



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

“Efectos de un programa de Afrontamiento Emocional en la Autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico en la ciudad de Sullana”

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA  
EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA:**

Bach. VINCES RIOFRIO, Katherine Tatiana

**ASESOR:**

Dr. VELA MIRANDA, Oscar

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**PIURA-PERÚ**

**2018**

El Jurado en cargo de evaluar la tesis presentada por don (a)

*Vinces Riosis Katherine Estiano.*

cuyo título es:


*Efectos de un Programa de Apoyamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico en la ciudad de Sullana.*

Reunido en fecha, escucho la sustentación y la resolución de preguntas por es estudiante, otorgándole el calificativo de: *18* (Número) *dieciocho* (Letras).

Trujillo (o Filial) *Piura*, *14* de *Diciembre* Del 20*18*

  
PRESIDENTE

  
SECRETARIO

  
VOCAL



Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Responsable del SGC	Aprobó	Vicerrectorado de Investigación
---------	----------------------------	--------	---------------------	--------	---------------------------------

## Dedicatoria

*A mi familia, que son el pilar fundamental de mi vida tanto profesional como personal, por darme todo el apoyo y el tiempo que he necesitado hasta el momento mostrándome siempre su respaldo incondicional.*

*La autora*

## **Agradecimientos**

*A mis familiares:*

*A mis padres, hermanos y a ti que siempre están apoyándome tanto moral como económicamente. Me brindan su apoyo y sobre todo su paciencia, ya que me comprenden y ayudan en todo momento.*

*A mis asesores:*

*Por su tiempo, por su trabajo y sus enseñanzas en cada momento y sobre todo por el desprendimiento y aporte a esta investigación.*

*A la Institución Educativa Primaria 14789 – Sullana:*

*Y a todas las autoridades, docentes y todos y cada uno de los niños y niñas que desinteresadamente apoyaron en esta investigación.*

*La autora*

## **Declaratoria de Autenticidad**

Yo Katherine Tatiana Vincés Riofrio con DNI 70505323, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes, consideradas en el reglamento de grados y títulos de la universidad César Vallejo, facultad de Humanidades, escuela de Psicología, declaro bajo juramento que, toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo declaro bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la universidad César Vallejo.

---

Vincés Riofrio, Katherine Tatiana  
D.N.I. 70505323

Piura, Agosto del 2018

## **Presentación**

La estructura de esta investigación obedece a las exigencias específicas de los niveles principales de la carrera profesional de Psicología; en forma concreta, busca conocer los efectos del “Programa de Afrontamiento Emocional en la Autoestima en niños víctimas de Maltrato Psicológico”.

De tal manera que esta investigación sea de un carácter selectivo; fundamentando así en las conclusiones y recomendaciones, en tanto se mantendrá sujeto a constante revisión y cambios que pueda realizar el docente del curso.

La Autora

## INDICE

Página del Jurado .....	¡Error! Marcador no definido.
Dedicatoria.....	iii
Agradecimientos .....	iv
Declaratoria de Autenticidad.....	v
Presentación.....	vi
Resumen .....	8
Abstract.....	9
<b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>10</b>
1.1. Planteamiento del problema .....	10
1.2. Trabajos Previos .....	14
1.3. Teorías relacionadas al tema .....	16
1.4. Formulación del problema .....	38
1.5. Justificación del estudio .....	38
1.6. Hipótesis .....	40
1.7. Objetivos.....	40
<b>II. MÉTODO.....</b>	<b>41</b>
2.1. Diseño de Investigación .....	41
2.2. Variables, operacionalización .....	43
2.3. Población y Muestra .....	50

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	51
2.5. Métodos de análisis de datos .....	53
2.6. Aspectos éticos.....	53
III. RESULTADOS.....	54
Tabla 02.....	55
Tabla 03.....	56
Tabla 04.....	57
IV. DISCUSIÓN.....	58
V. CONCLUSIONES.....	64
VI. RECOMENDACIONES .....	65
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	66





## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar los efectos del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico en Sullana. El diseño utilizado fue experimental, cuasi experimental con Pre test y Post test, grupo control y experimental, se administró un pre test a ambos grupos que componen el experimento, el grupo experimental recibió el programa o intervención y finalmente se aplicó el post test a ambos grupos. La población con la que se trabajó, estuvo constituida por un total de 42 niños de 5to y 6to grado del nivel primario de la I.E.P. 14789 y su muestra fue de 22 niños que mostraron disposición a las técnicas y estrategias del programa. El muestreo fue probabilístico por criterio (criterio de inclusión y exclusión). Se concluyó que si se demostró que existen diferencias significativas ( $,000$ ) en el grupo experimental con respecto a la aplicación de antes y después del programa a diferencia del grupo control aceptándose así la hipótesis de estudio, que refiere que la aplicación del programa de afrontamiento emocional influye significativamente en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico.

Palabras clave: Afrontamiento emocional, Autoestima, maltrato psicológico.

## **Abstract**

The objective of this research was to determine the effects of the emotional coping program on self-esteem in children victims of psychological abuse in Sullana. The design used was experimental, quasi experimental with Pre test and Post test, control and experimental group, a pretest was administered to both groups that make up the experiment, the experimental group received the program or intervention and finally the post test was applied to both groups. The population with which we worked was made up of a total of 42 children from the 5th and 6th grades of the primary level of the I.E.P. 14789 and its sample was of 22 children who showed willingness to the techniques and strategies of the program. The sampling was probabilistic by criterion (criterion of inclusion and exclusion). It was concluded that if it was shown that there are significant differences ( $,000$ ) in the experimental group with respect to the application of before and after the program as opposed to the control group, accepting the hypothesis of study, which indicates that the application of the emotional coping program significantly influences self-esteem in children victims of psychological abuse.

Key words: Emotional coping, Self-esteem, psychological abuse.

## I. INTRODUCCIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

Las dificultades presentadas durante la infancia constituyen en la actualidad un gran desafío para la psicología, pues se centra en los amplios procesos del desarrollo del niño, en los que participan los diferentes factores como; la familia, las relaciones interpersonales y la parte académico.

La familia es considerada el pilar fundamental de esta compleja sociedad, donde la persona va a encontrar el soporte afectivo y el apoyo para hacer frente a las adversidades que se presentan en su interacción y poder desarrollar capacidades como ser humano donde aprende valores, conductas y roles sociales; pero cuando en este proceso se manifiesta situaciones violentas o cualquier situación desfavorable para el niño ya se convierte en un problema familiar, social y académico para nuestro país y para el mundo, ya que va afectar tajantemente a los proyectos de vida de las personas en especial los menores de edad ya que va repercutir en su desarrollo integral.

La familia participa activamente en la formación emocional y en la autoestima de los niños. Este éxito se da cuando la estructura y el clima familiar son propicios y sanos para el desenvolvimiento de ellos; pero cuando los niños están al frente de una situación problemática como el maltrato psicológico en los hogares se verá reflejado desfavorablemente en las relaciones intrapersonales, interpersonales, académicos y en la autoestima del niño.

Si bien es cierto por teoría sabemos que la autoestima es una pieza importante en nuestras vidas, porque si en ella no pudiéramos conocer los puntos fuertes y débiles que tenemos como personas, es decir las habilidades y fortalezas que nos permita dar un valor agregado como seres humanos capaces de poder enfrentar un mundo de conflictos o una sociedad violenta y/o maltratos. Es construir una base sólida para poder derribar toda dificultad, sin embargo en este proceso existen diferentes detonantes que pueden ir en contra de la autoestima y dentro de los estudios realizados, la mayoría de estas investigaciones son sobre la autoestima de niños víctimas de maltrato pero, ¿si se

está investigando frecuentemente la autoestima y más aún en niños víctimas de maltrato psicológico, qué está pasando que no vemos resultados favorables en nuestro niños? Si analizamos la familia podríamos llegar a la conclusión que es un componente fundamental en este proceso, ya que son los primeros agentes de formación en los niños. Entonces ¿En qué estamos fallando?

Por lo general se considera la autoestima como un factor independiente, que actúa por sí solo. A diario podemos observar en las redes sociales diferentes frases de motivación: “tú eres la persona más importante de este mundo, tú decides ser feliz.” O “nadie merece que te maltrate, solo tú puedes poner un alto, confía en ti”, probablemente estas frases son dirigidas a personas víctimas de alguna situación de maltrato o que no tengan una estima propia, a todo esto sin considerar el motivo que genere que esa persona tenga una auto valía baja, se pueden considerar infinitas estrategias para lograr que una persona pueda “quererse y valorarse”, sin embargo si no detectamos la causa principal y abordar en ella no cambia la realidad en la que vive, que tal vez sea la causa de una baja autoestima.

En la actualidad al hablar de maltrato psicológico en niños es referirnos a un problema significativo en el campo educativo y social de nuestro país que ha existido desde décadas atrás; y lo real es que los niños que sufren maltrato psicológico tendrán graves efectos en su vida, y este tipo de maltrato genera un desequilibrio en los diferente componentes que conforman el bienestar de la persona, tanto físico, psicológico y emocional y dentro de la parte psicológica el que más se ve perjudicado es la autoestima ya que esta área es entendida como la autovalía que tiene todo persona; ¿cómo es?, ¿cómo se ve? y ¿cómo se deja ver ante las demás personas?. En esta construcción de autoconocimiento de la valoración propia que pasa el niño, si no se desarrollada adecuadamente y carece de amor, atención, comprensión e interactúa en una dinámica familiar inadecuada, el niño experimenta sentimientos de desvaloración hacia su persona y de su entorno, llegando a afectar su autoestima. Por lo contrario si el niño recibe una adecuada atención, amor y apoyo familiar logrará un proceso de recuperación y afrontamiento emocional, para crecer de forma saludable tanto física y psicológica.

Por otro lado según la Organización Mundial de la Salud en el 2016, publicó que el maltrato infantil, la desatención y el abusos en que los menores de 18 años los hace objetos de disposición para ser víctimas ante un suceso de esta magnitud o similar. Haciendo alusión que hablar de maltrato es hablar del maltrato físico o psicológico, así como también utilizar la fuerza para obligar a una persona a tener intimidad, el desinterés que muestran los cuidadores de los niños hacia ellos, negligencia y abuso laboral dirigido a los menores o cualquier otro tipo de actividad que pueda generar un daño o malestar en el bienestar de estos niños y que transgreda su desarrollo o dignidad del niño poniendo en peligro su supervivencia.

La exhibición de los enfrentamientos de las parejas o conyugues también es considerado un tipo de violencia que en cierta forma participa en el maltrato infantil en nuestra actualidad.

El reencuentro que hace la OMS, Sobre aquellas actividades que puede prevenir el maltrato hacia los niños expuso los siguiente: “El maltrato o cualquier otra práctica de abuso dirigido a los infantes se refiere a todas las actitudes que muestre el uso excesivo de fuerza física, o alteraciones en el aspecto emocional de los niños; como también emplear la fuerza para agredir sexualmente a un menor de edad, poca o nada atención hacia los niños o negligencia por parte de una persona mayor, después de lo mencionado es importante recalcar que el abuso laboral u otro tipo que pueda originar un daño real en el desarrollo del niño, así como también en su supervivencia, predisponiéndolo en problemas de adaptación o socialización del menor, es considerado maltrato hacia los niños”

Si analizamos detalladamente las fuentes estadísticas de maltrato físico y/o psicológico infantil encontramos que es una problemática que día a día se está apropiando de nuestra interacción social entre los miembros de la familia como agentes externos de ella. Según los resultados que publico la (UNICEF, 2016) revela cifras verdaderamente escalofriantes en torno al maltrato infantil; más de 50 países la mitad de los niños reciben correctivos empleando maltrato ya sea en sus hogares o en sus centros de formación. En la cifra a nivel mundial se dice

que de 1 niño 6 de ellos entre las edades promedio de 2 y 14 años sufre alguna actividad de maltrato a diario dicha cifra representa un aproximado mil millones de menores de edad que sufren de maltrato de parte de sus apoderados. La gran parte de estos niños padecen o reciben este tipo de maltrato ya sea psicológico y/o físico el cual atenta a su óptimo desarrollo integral.

En nuestro país Perú según las encuestas nacionales sobre relaciones sociales (ENARES, 2015) más del 70% de niños y niñas sufrió una agresión física o psicológica en sus hogares. También cabe recalcar que el 74% de niños y niñas entre 9 y 11 años fueron víctimas alguna vez en su vida de maltrato físico y/o psicológico por parte de las personas con las que viven y entre 12 y 17 años de edad eleva su porcentaje a 81%.

Como ya se mencionó anteriormente a la familia como pieza fundamental en el desarrollo de una buena autoestima y como dice el concepto universal clásico, la familia es un factor importante en la primera infancia, ¿Qué pasa si este factor no actúa adecuadamente en la infancia?, ¿Si cambia el buen trato por el maltrato?

A todo lo revisado se considera de suma importancia poder innovar con un programa de afrontamiento, ya que son aquellas representaciones que están en nuestra mente y nos emiten de manera intencionada una respuesta ya sea de nivel cognitiva, emocional o también conductual, con la intención de poder manipular nuestras respuestas ante estímulos conflictivos y reducir la ansiedad ante las demandas internas y externas, o todo aquello que genere un malestar, que ponen a prueba o exceden la disposición personal que presenta el sujeto. (Fernandez, 2016).

Asimismo en nuestro país se está intentando trabajar de manea practica para poder reducir las cifras de niños que sufren maltrato, sin embargo no se ve mucho involucramiento por los agentes encargados para poder intervenir o prevenir en las consecuencia que conlleva ser víctima de alguna de estas actividades. El ministerio de la mujer está impartiendo por las zonas más vulnerables las charlas informativas sobre las consecuencias que nos conduce vivir en una sociedad con maltrato; en cuanto a las escuelas el Ministerio de

Educación es el que más se acerca en el trabajo directo con los niños en ejecutar en la hora de tutoría talleres vivenciales de autoestima, inteligencia emocional pero poco se ve el trabajo de la inclusión a estas actividades de los padres de familia.

Es decir que a nivel terapéutico lo que se está buscando es el trabajar en los talleres aplicándose en las I.E. y son alternativas del ministerio de educación; sin embargo se puede decir que aún están pendientes algunas de estas propuestas, como, el involucramiento de los padres a estas actividades de afrontamiento en los niños, para en un futuro ellos sean capaces de controlar sus propias emociones, valerse por sí mismos, etc., el cual nos va ayudar a reducir el estado inconfortable de esta población vulnerable.

En función a lo mencionado el objetivo es elaborar y ejecutar un programa de Afrontamiento Emocional en niños Víctimas de Maltrato Psicológico en la ciudad de Sullana, a fin de determinar la efectividad de dicho programa y con ello poder contribuir a la formación personal de estos niños.

## **1.2. Trabajos Previos**

Aldana. (2012) se preocupó por llevar a cabo un trabajo de Investigación en Guatemala cuyo objetivo fue establecer los efectos en la autoestima de los niños(as) que han sido víctimas de maltrato físico “bullying” el autor pretendió reducir las consecuencias de bullying a través de la planificación y ejecución de un programa de apoyo dirigido a niños víctimas de maltrato escolar. Para que se realice este trabajo fue conformado por una pequeña muestra de seis niños y cuatro niñas en el rango de edades entre 10 y 12 años de edad, esta muestra fue escogida mediante un método no probabilístico. El diseño de investigación que selecciono el autor es de tipo cuasi experimental; obteniendo como resultado en su trabajo de su programa fue que obtuvo efectos favorables en cuanto a la autoestima de estos niños víctimas de bullying. Así mismo para llevar acabo la organización y planificación del análisis estadístico, obteniendo así un resultado con diferencia estadística significativa en las medias en la autoestima centrándonos en el pre test y post test aplicado a esta muestra. En otras palabras



se rechaza la hipótesis nula ya que el post test demostró que si existe diferencia significativa del 0.05 en la autoestima de los niños después de llevar a cabo el programa.

Gonzales, C; Rueda, A y Guevara, Y. (2012), la elaboración de esta investigación se centra en la averiguación de las teorías cognitivo y/o conductual para poder intervenir en situaciones problemáticas conductuales. Es así como se pretende analizar los resultados de la aplicación de un programa para ver sus efectos es decir desarrollar las habilidades sociales en aquellos menores de edad institucionalizados como también el impacto en las variables psicológicas como: autoestima, depresión y ansiedad. Esta investigación fue conformada por una muestra de treinta y seis niños y niñas en el rango de edad de 8 y 12 años, en el cual se empleó un método probabilístico aleatorio separándolos en dos grupos: grupo control y grupo experimental. El diseño de investigación se empleo fue la aplicación del pre y post test adicionándole seguimiento de 1, 3 y 6 meses; empleando 4 escalas cognitivo conductuales con valides y confiabilidad. Como resultado se encontró que fueron resultados favorables después de la intervención en los niños institucionalizados.

Ranero, M. (2014) en Guatemala, de acuerdo al autor de este trabajo de investigación lo realizo con el objetivo de poder encontrar los aspectos que debe obtener la elaboración de un programa cognitivo conductual basado en la autoestima dirigido a las niñas y niños de las edades de 7 a 10 años que han vivido violencia intrafamiliar convirtiéndolas en víctimas. Para llevar a cabo este programa fue conformada la muestra por un total de 5 niños, cuyo modelo de investigación fue de tipo cualitativo; así mismo tuvo como instrumento para su investigación la entrevista semiestructurada cuya entrevista cuenta con valides y con formada por 20 preguntas abiertas guardando relación con la variable de la investigación, a partir de estos resultados se realizó un programa para aumentar la autoestima en esta población, los resultados fueron significativos.

Ruesta (2015) en Chile, en su trabajo de investigación tuvo como objetivo analizar la eficacia de un programa de educación emocional en niños. El método usado fue cuasi – experimental, de diseño de intercambio de tratamiento, con grupo control y grupo experimental. Desde este enfoque el estudio se presentó de la siguiente manera: aplicación de dos pruebas pretest - postest, dos grupos naturales: un grupo experimental y un grupo control. Los grupos serán evaluados con los mismos instrumentos en tres ocasiones en el tiempo. El instrumento utilizado fue de Autoestima para niños. Llegando a la conclusión de que la obtención de datos confiables y coherentes demuestran beneficios en el programa de educación emocional a corto plazo en Educación Inicial.

Martínez (2013), Colombia, en su trabajo de investigación tuvo como objetivo; trabajar las emociones presentadas en distintas situaciones, fomentando el hábito de escucha y lenguaje oral. El método que se usó fue cuasi experimental, con grupo control y grupo experimental, aplicándoseles un pre y post test. Se trabajó con niños de primaria. La conclusión a la que llegó la investigación fue que trabajar un programa con niños ayudó a trabajar la inteligencia emocional de forma adecuada y sensata ya que los niños reconocen situaciones complejas y aprendieron estrategias nuevas para afrontarlas.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

#### **1.3.1. Definiciones de la Autoestima**

En el ámbito de la Psicología y la Educación existen diferentes investigadores que tuvieron la iniciativa para concretar las definiciones o teorías basadas en el estudio de la autoestima por esa razón es importante tomarlo en cuenta en el proceso de la enseñanza y aprendizaje, socialización y en la formación integral de los niños. A todo lo mencionado, se explicaran las definiciones que se consideran pertinentes para entender el presente trabajo y son recogidas y planteadas por diferentes autores.

Referirnos a la autoestima, es hablar de nuestros pensamientos, percepciones y aquella evaluación, que nosotros mismos nos hacemos, como también se toma en cuenta nuestras emociones y manifestaciones comportamentales dirigidas hacia nuestra persona, a nuestra esencia de ser humano con respecto a nuestro cuerpo, es decir es la percepción de poder evaluarnos a nosotros mismos. La importancia de la autoestima inicia en nuestro ser; a la esencia de nosotros como personas, es nuestra manera de sentirnos capaz de retornos, superar y manejar nuestra valor personal. Por ende, puede interferir en nuestro bienestar psicológico, como también el actuar frente a nuestro ambiente influyendo en el día a día en que interactuamos con los demás en el caso de no saber modular o manejar la autoestima. Nada en nuestro pensamiento, decisiones, sentimientos y el proceder no puede desvincularse de la autoestima. (Fischietti, 2008)

(Maslow, 1943) Uno de nuestros pioneros en el enfoque humanista nos ilustra con su pirámide de las necesidades humanas, puntualiza la carencia del aprecio, dividiéndolo en 2 grandes dimensiones: el autoaprecio de las personas es decir el amor que se tiene uno mismo acompañado de la confianza; y el respeto con la autoestimación que como seres humanos podemos recibir de otros individuos, también conocido como el reconocimiento que cada persona debe tener y la autoaceptación. La expresión de aprecio más sana según este autor es la que se manifiesta con el respeto demostramos hacia los demás, más que el nombre que buscamos en una sociedad, la popularidad y la adulación que podemos recibir de nuestro entorno.

(CARL) Uno de los grandes investigadores que formó parte de la psicología humanista, explico que uno de los grandes conflictos que tienen las personas es el hecho de no aceptarse como son, considerándose seres con poco valor que no merecen ser amados por personas que ellos consideran valiosas; es ahí surge el valor que tiene el aceptarse de manera incondicional cada persona. En conclusión, este autor considera que la definición de autoestima se debe tratar según la escuela humanista como un privilegio exclusivo que tiene todos los seres humanos sin excepción, por el mero hecho de considerarse pieza clave en la interacción social, debe ser respetado de manera absoluta ante los demás

manteniendo una estimación, aprobación; aceptándose tal y como es. Todas las personas tenemos una representación gráfica en nuestra mente de quienes somos realmente, qué aspecto tenemos, y de qué somos capaz de cumplir de acuerdo a los retos que nos establece la sociedad, que aspecto tenemos, y de qué manera podemos ser una persona extraordinaria evaluando nuestros puntos débiles para mejorarlos. Es ahí donde vamos formando al transcurrir el tiempo de nuestra imagen de acuerdo a las experiencias, iniciando por nuestra infancia.

Para este autor referirse autoestima es emplear el término de la autoimagen y es que se refiere a la representación gráfica mental que cada persona tiene de uno mismo, en gran medida de nuestra imagen personal se centra en nuestras relaciones sociales con otras personas adicionándoles nuestras experiencias vivenciales. Aquella autoimagen contribuye a la autoestima, aquella autovaloración como ser sociable. En base a esta definición, se puede sostener que también las personas insensibles de pocos sentimientos merecen un buen trato y consideración por parte de los demás. Esta afirmación, no pretende iniciar un conflicto con las respuestas que puede emitir una sociedad con la finalidad de evitar que algunas personas generen malestar o lesiones cual sea el tipo, simplemente rescatamos el respecto a las persona.

La definición de autoestima ha ido evolucionado en función de los paradigmas psicológicos tales como: la posición humanista, los psicoanalíticos y conductuales. Desde la posición de los psicoanalíticos, la autoestima está estrechamente vinculada al crecimiento del ego; a diferencia del conductismo se basa en netamente en el concepto de estímulo y respuesta, así como también el reforzamiento y aprendizaje, con lo cual la definición holística de autoestima no tiene sentido. El término autoestima también es considerado un concepto que ha traspasado frecuentemente el lenguaje científico para formar parte de un lenguaje popular. (DURAN, 2003)

Mientras tanto otros estudiosos aportan significativamente a esta definición: como la capacidad de desarrollar la confianza y el respeto por uno mismo es propia de la naturaleza de las personas, ya que el solo hecho de poder pensar constituye la base de su suficiencia, y el único hecho de formar parte de una sociedad como persona es el principio para comprometerse a esforzarse por

alcanzar la felicidad. Es así como el estado natural de todo ser humano debería tener una autoestima alta o promedio. Sin embargo, nuestra realidad nos manifiesta que existen muchas personas que de una u otra manera no reconocen, o no admiten, que poseen un nivel de autoestima inferior a lo esperado en una sociedad exigente como la nuestra. Todo esto se debe a que, a lo largo del desarrollo, y a lo largo de nuestra vida, las personas ceden a apartarse de la autoconceptualización y conceptualización positiva, o bien a no relacionarse nunca a ellas; los porqués por los que esto ocurre son varios, y pueden ser debido a la influencia negativa de otros sujetos, en un autocastigo por haber fallado a los valores propios o a los valores de su grupo social ya establecidos, como también en un déficit de comprensión o de compasión por las acciones que uno mismo ejecuta y, por distensión, de las acciones que provienen de los demás. (BONET, 2009)

Si bien es cierto hablar de autoestima es sencillamente sobre la actitud valórica emocional que posee un sujeto de sí mismo, que se mueve por un continuo entre lo positivo y lo negativo, de acuerdo a los estímulos y experiencias que puede percibir. Es decir en este caso, lo que es valorado o evaluado es la autoimagen, o sea, la representación gráfica que una persona tiene de sí mismo y como se presenta ante una sociedad de prejuicios y exigente.

Mézerville (1993) Refiere que los investigadores Alfred Adler y William James consideran que la autoestima es el producto de los objetivos propuestos. Así mismo, indican que la etapa de la autoestima no sólo se desarrolla de acuerdo a los aspectos de la persona, sino que también se considera la relación del triunfo o el fracaso que puede obtener mediante la búsqueda de sus propias propuestas. Es decir que podemos considerar que existen 2 pilares que argumentan la definición de autoestima: aquella fuente interna (el propio valor de competencia para confrontar las situaciones externas) y otra externa (el valor que recibe la persona de otros individuos).

(BRANDEN N. , 1969) Refiere que el termino autoestima es la sumatoria de la seguridad y el respeto que una persona se tiene. Refleja la habilidad implícita que cada individuo posee acerca de su capacidad para poder enfrentar los desafíos de la vida y sus experiencias conflictivas (para así entender y sobresalir

los propios problemas) y sobre todo en su derecho de encontrar la felicidad (respetando y defendiendo sus propios intereses y carencias ante los demás).

(BERMUDEZ, 2000) Define la autoestima como el autoconcepto es decir la imagen mental que cada ser humano tiene de sí mismo. La autoestima surgirá al realizar un contraste dicha imagen, creada por aquellas situaciones y experiencias concretas que percibimos, empleando la figura ideal de lo que anhelamos alcanzar (es decir el autoconcepto ideal). De la misma manera este término se manifiesta como una última etapa del proceso de autoevaluación y se deduce como el éxito de la persona consigo mismo, la satisfacción de su propio actuar y optando por una actitud de evaluación favorable de sí mismo. Sin embargo antes de poder tener un autoconcepto es conveniente una visión general de uno mismo, un estudio de uno mismo que nos pueda permitir conocernos realmente y saber analizar nuestros puntos fuertes y débiles.

Según (ERIKSON, 1968) (citado en López, E. 2012), la definición de autoestima hace referencia a todo aquello que integra la identidad y se va desarrollando mediante el proceso de la etapa de la adolescencia es decir entre los 12 y 20 años; y éste “manifestándose en el pensamiento y creencia que la persona muestra de sí mismo; es decir sus ideales, emociones, y toda aquella conducta o expectativa que presente”

Por otra parte, (Coopersmith, 1996), (citado en Rodas y Sánchez, 2006) nos menciona que las personas manifiestan diferente manera y grados de percepción, así como también diferenciaciones en cuanto a la conducta repetitiva de acercamiento y de las respuesta ante los estímulos externos. Por todo ello se entiende que la Autoestima tiende a su existencia tanto por la forma de que el sujeto se autovalora, como la forma que nos evalúan los demás.

Y por último, (Ruiz, 2003), Refiere que la autoestima es el respeto y la estima de sí mismo, sin considerar mejor o peor que otros sin creerse perfecto; es decir, cuando la persona reconoce sus capacidades y limitaciones esperando mejorar. Así mismo para Ruiz la calidad de las experiencias de la infancia determinaran lo que piensa y siente de sí mismo, la persona que se siente amada y que ha tenido experiencias enriquecedoras a lo largo de la vida podrá aceptarse

tal y como es, con sus habilidades, cualidades y defectos, a diferencia de la persona que no recibió buenos estímulos de valor respecto a su persona, se enjuicia a sí mismo y de manera negativa.

### **¿Cómo se forma la Autoestima?**

Según nuestros teóricos la Autoestima se forma de diferente manera, para unos se forma antes del nacimiento de la persona otros después del nacimiento, a continuación se explicara algunas teorías del desarrollo de la Autoestima:

Conforme a lo propuesto por (Craig, 1998). La autoestima se inicia: “a partir del periodo de gestación de la madre y durante la etapa prenatal, así mismo refiere el autor que en los primeros años del nacimiento del niño hasta los primeros 5 años de edad, son aquellas e son aquellas experiencias que aprenderá, como también lo recibido en su entorno, si es adecuado para conseguir las metas, y ser feliz, o si opta por aceptarse como una persona común, es decir aquella persona que solo acompaña a la sociedad en donde va a interactuar con otras personas y que muy probablemente expresara su resentimiento y su actuar muy deficiente a comparación de su verdadera capacidad”.

De acuerdo a su teoría (Ramírez, 2005), revela: Que el proceso para adquirir una adecuada autoestima empieza desde el momento en que nacemos, cuando el bebé comienza a percibir su propio cuerpo como algo nuevo y distinto de los demás en el medio en el que interactúa. Es aquí donde empieza a percibir las diferentes sensaciones tanto físicas que provienen del interior de su cuerpo y a percibir de su propio cuerpo lo vivido lo cual le genera frustración, necesidades insatisfechas. En general mientras el niño va desarrollando su propio lenguaje va experimentando mediante el juego un valioso rol en cuanto al establecimiento de la identidad. Es así que poco a poco va asimilando y reconociendo que con un sonido se involucra consigo mismo: al escuchar repetitivamente su nombre, el niño comienza a interiorizar que es un individuo diferente de los demás.

Cuando un infante posee la autoestima adecuada, se puede distinguir ya que tendrá una sensación de competencia y de superación la cual le permitirá

enfrentar los desafíos escolares, sociales con mayor familiaridad y creatividad.; no se siente desmotivado o desvalorizado cuando tiene que enfrentar nuevos desafíos, porque al reconocer y aceptar su propia valoración le es fácil reconocer su propia importancia como también de los demás. Así mismo se vuelve responsable, siendo capaz de expresarse adecuadamente y relacionarse con su contexto social. Siendo así de suma importancia tanto los profesores como los padres atribuir estrategias en el desarrollo de los niños en esta etapa, ya que su enorme participación con los niños, aportaran en el desarrollo de una autoestima positiva y puedan tomar conciencia de los efectos emocionales que tienen la aprobación y el rechazo de los demás. Si el niño siente que el profesor o el padre de familia son amable, acogedor y valorativo con los niños, ellos se podrán formar positivamente y mostrarse correctamente ante los demás. Si, por el contrario, observa y aprende formas distantes, críticas o agresiones, interiorizará y se va formar desfavorablemente.

### **Elementos que Conforman la Autoestima**

Para entender el proceso de autoestima nos vamos a enfocar en las definiciones de la imagen personal, la valoración propia y la confianza que nos tenemos para poder entender el proceso que conforman la autoestima positiva, ya que estos son los componentes clave que nos manifiesta que somos propios de una buena autoestima. (BRANDEN N. , 1969). Propone estos elementos:

#### *A. Autoimagen*

Hablar de la autoimagen es propiamente dicho a referirse al “retrato” que cada individuo posee de sí mismo, siendo esta una visión cierta, o sea, una imagen existente de la persona. Es la predisposición de percibirse no superior ni inferior de lo que realmente valemos como persona, considerando un amplio desarrollo de asimilar y procesar conscientemente nuestros pensamientos, emociones, carencias, habilidades, etc., para así tener una imagen propia y realista. Una de las principales razones de la autoestima negativa es la poca convicción en cuanto al autoconocimiento como persona, es lo que genera complejos de superioridad o inferioridad, también la ignorancia acerca de nuestros puntos débiles y fuertes que poseemos cada individuo.



## B. Autovaloración

La autovaloración es entendida como la apreciación que cada persona se tiene y se cree valioso e importante para sí como para el entorno. Es decir la persona posee una extraordinaria autoimagen es porque le da el valor adecuado lo que realmente ve y tiene la seguridad en su competitividad. Muy por el contrario, cuando un sujeto percibe su autoimagen vulnerable es porque se ha realizado una evaluación desfavorable en cuanto a sus atributos, lo que está afectando a la capacidad de amarse, valorarse y conocer sus propias virtudes y habilidades.

## C. Autoconfianza

La autoconfianza es considerada como la capacidad de desarrollar diferentes actividades de forma satisfactoria. Esta seguridad interna deja que la persona pueda sentir tranquilidad y seguridad al momento de confrontar los nuevos desafíos y ocasiona cierta seguridad frente a la exigencia que pueda generar un grupo de personas. Una persona que no se tiene confianza va a ser insegura y mediocre, lo que se relaciona a la impotencia e incapacidad para ejecutar y proponerse nuevas expectativas superando sus desafíos actuales.

## **Dimensiones de la Autoestima**

Menciona (Ruiz, 2003), que las personas para poder alcanzar una buena autoestima debe desenvolverse de manera adecuada en las diferentes dimensiones, manifestándose en sus respuestas antes estímulos externos. Es decir, para poder hablar de autoestima es referirnos a las diferentes áreas dimensionales que caracterizan su amplitud. Considerando estos los componentes que nos ayudan a entender mejor la autoestima, siendo los siguientes:

A) *Identidad*: En esta dimensión se sabe el grado de aceptación donde el sujeto estima su conducta autodescriptiva.

B) *Socialización*: Aquí se manifiesta y se sabe el grado con el cual una persona se acepta y estima su conducta en función a su entorno social.

C) *Familia*: En este apartado se descubre el grado de aprobación con el que el individuo considera su propia conducta en relación a los integrantes de su familia.

D) *Motivación*: En esta dimensión se menciona el grado de aprobación con el que el niño percibe y considera las experiencias académicas como los integrantes de la misma.

E) *Autonomía*: Grado en que la persona está seguro de sí mismo y puede tomar sus propias decisiones.

F) *Emociones*: Evalúa la estructura y organización de su interacción y el grado de control hacia las otras personas como así mismo.

### **Tipos de autoestima**

La autoestima se sitúa, de acuerdo a las experiencias, las cuales se hacen responsables de muchos de los fracasos o el éxito que se pueda tener en la vida, ya que los mencionados están estrechamente relacionados. Una autoestima positiva, ligada a un concepto apropiado de su persona, favoreciendo la capacidad de cada individuo para potencializar sus recursos los cuales incrementaran el grado de seguridad como personas y seres sociables, así como también es la base de una salud mental y física sana, a diferencia de aquella persona que posee una autoestima baja se centra en sus errores, derrota y el fracaso. Cesar Ruiz nos habla y propone dos niveles de autoestima:

#### **1. Autoestima Alta**

La autoestima positiva se da cuando el individuo se respeta y estima, sin considerarse mejor ni peor que los otros y sin creerse perfecto, es decir, cuando el sujeto reconoce sus capacidades y sus límites esperando mejorar.

#### **2. Autoestima Baja**

Referirse a los individuos con autoestima baja implica insatisfacción y descontento consigo mismo, incluso el individuo puede llegar a sentir desprecio y rechazo de sí mismo.

## **Componentes de la Autoestima**

Según (Alcántara, 1993). La autoestima posee 3 aspectos: cognitivo, afectivo y conductual. El componente cognitivo, Hace mención aquellas opiniones, ideas y percepciones que ayuda a procesar la información basada en el concepto propio, también definido como el concepto que se conserva de la misma personalidad y de la conducta de cada persona. Aquí interfieren obligatoriamente las 3 áreas: autoesquema, autoconcepto y autoimagen. En cuanto al componente afectivo, es el valor positivo o negativo que tiene la persona sobre sí mismo, es decir se involucra un sentimiento de lo favorable y desfavorable que plantea y ejecuta la persona. Es el juicio del atributo que le damos a nuestras cualidades y habilidades personales, en conclusión es el resultado de nuestros sentimientos y emociones ante los valores y no valores que se nos puedan presentar.

## **La importancia de la autoestima.**

Según (Castrillón, 2001) (Citado por Berrospi, 2014), manifiesta que ser conscientes del efecto de la autoestima es una supuesta clave de la eficiencia y de la perfección que como personas queremos lograr en nuestro desarrollo. La razón de que en las metas, propuestas y tareas escolares se le considera con menor magnitud la educación de la autoestima consiste en la ignorancia o inadvertencia respecto a la influencia decisiva que sostiene en todo el desarrollo de la evolución personal. Según el autor, la autoestima logra diferentes aspectos, que a continuación se detallara:

*a. Condiciona el aprendizaje.-* Ausubel, nos manifiesta que la ventaja de ideas innovadoras del aprendizaje están dirigidas a las actitudes básicas que poseemos; y de estas acatan que los pasos de la percepción estén abiertos o cerrados, que una red interna lentifique o favorezca la integración de generar una representación mental en el niño, generando así predisposición más intenso de ser atentos y manejar nuestra concentración, es aquí donde se manifiesta gran parte de las causas que conlleva al fracaso del niño y con mayor complejidad en el área escolar. Se dice y se ha comprobado por nuestros investigadores que la autoestima influye notoriamente en el rendimiento académico, ya que va adquirir y

experimentar bajas calificaciones en la escuela, desfavoreciendo el desenvolvimiento del menor, recibiendo palabras de nuestros progenitores, educadores y compañeros de su autoconcepto que será desfavorable para la formación del alumno, es por ello que para evitar estos resultados es necesario una intervención pedagógica acertada. También es evidente la proyección que se opera en todo el comportamiento escolar, familiar y social.

*b. Supera las dificultades personales.*- Cuando un niño o cualquier sujeto disfruta de una autoestima alta es capaz de resolver los fracasos y las dificultades que les presente y de la mejor manera porque están preparados para poder actuar asertivamente. Disponiendo dentro de sí la valentía suficiente para enfrentar dificultades, logrando derribar de los obstáculos y cumpliendo las metas propuestas. En buena medida es poco aceptable prolongar las palabras desmotivadoras ya que se busca conseguir mejores respuestas, que favorezcan el desarrollo tanto en la madurez como en la competencia personal.

*c. Fundamenta la responsabilidad.*- La parte académica favorece el desarrollo intelectual de las personas ya que solo se responsabilizan aquellas personas que confían en sí mismo, el que tiene fe en su actitud y que usualmente encuentra en sí mismo las herramientas sugeridas para vencer las adversidades propias de su compromiso lo mencionado es lo que genera una buena autoestima.

*d. Apoya la creatividad.* Un sujeto creativo, innovador consigue únicamente superar desde la confianza de sí mismo, en su originalidad y con sus capacidades.

*e. Determina la autonomía personal.* Desde los objetos principales de una buena educación, posiblemente, se ubique en 1ro o 2do lugar la formación de estudiantes que sean independientes y lo suficiente capaz de sí mismo para superar adversidades de su entorno, dispuestos de mantener decisiones, y que puedan aceptarse a sí mismo, logrando encontrar su identidad, valía para superar aquellas dificultades de independencia en la adolescencia, que sepan autoorientarse sin importa las experiencias presentadas para ellos es importante crear y desarrollar lograr previamente una autoestima anticipada de manera

positiva. Se llevara a cabo a partir de esta convicción en el momento que la persona elige sus propios propósitos que quiere lograr, es donde decide que tareas y conductas son favorables y adecuadas para él y asume las consecuencias de conducirse a sí mismo, sin tener la necesidad de depender de otras personas o necesitar el apoyo de los demás.

*f. Garantiza la proyección futura de la persona.* - Desde la experiencia de las virtudes propias de del sujeto se manifiesta hacia una planificación futura, se proponen unas metas y unas alternativas de realización, de éxitos, porque se siente seguro de escoger retos superiores a los que normalmente se proyecta, le nace la seguridad de la meta para buscar estrategias que le faciliten este proceso y así puedan conjugar la inseguridad y puedan transmitir valor para el bienestar de los que lo rodean. Así mismo pueden anticipar el futuro personal, vivir intensamente el presente, analizando el pasado acercándonos a la felicidad que cada persona busca tener.

*g. Constituye el núcleo de la personalidad.* El sujeto es un ente capaz y que desea conseguir su propia identidad, la fuerza más profunda de la persona es su deseo de llegar a ser el mismo. Ese valor impulsador que genera es la voluntad inexorable que toda persona pretende captar para su desarrollo integral. El dinamismo básico de la persona en su realización personal. Recibir una educación favorece la autoestima. Si los responsables de los niños descuidan la tarea, van a desfavorecer el trabajo dirigido a los niños. Es por ello que se debe desarrollar lograr y exponer esta teoría porque lograríamos mejores resultados sería fascinante, pero nos llevaría lejos. Es de suma importancia el involucramiento de los padres en la formación de una imagen positiva personal del niño de la imagen personal del niño, ya que las personas nacemos ya que nosotros nacemos con un agregado que es el valor de uno mismo como persona, y esto lo adquirido de acuerdo al clima y dinámica familiar; es por ello que es de suma importancia aquellos mensajes y tipo de comunicación que nos ofrecen en casa y que pueda sumar a nuestro valor personal.

## **La Autoestima propone cuatro aspectos:**

Según (Coopersmith, 1996) (citado en Cerquín 2006) estos son los aspectos de la autoestima:

1.- *Vinculación*: Refiere al sentimiento de satisfacción que pueda sentir cada persona, como resultado del pacto de las relaciones que son significativas para cada sujeto.

2.- *Singularidad*: se manifiesta de acuerdo al producto de los saberes y el respeto que cada sujeto siente por las condiciones que lo hacen único y diferente, que se comprueba mediante el respeto, aceptación y la aprobación que recibe de las demás personas.

3.- *Poder*: es el resultado del individuo que pueda obtener mediante sus recursos, las alternativas, y la predisposición que tiene para modificar las consecuencias de su vida de manera correcta y positivamente.

4.- *Pautas*: Estas se manifiestan en las habilidades que posee la persona para valorar los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos, correctos; que los va a emplear para ejecutar y valorar sus principios, sus metas, ideales y proyectos de vida.

## **Los Padres y la Autoestima del Niño**

Para (Tierno, 1995). Citado en Carrillo (2009) manifiesta que “la propia identidad de cada persona es el objetivo básico de la infancia, no se lograra obtener nunca si no cumple y practica como base un conjunto de valores personales que sumaran positivamente al bienestar psicológico y emocional del niño, ya que los valores se enseñan y se practican en el la dinámica familiar, según se comprendan dentro de la familia; los niños aprenderán de ellos mediante la observación y lo practicarán durante toda la vida” es por ello que se sugiere no practicar la violencia o los malos tratos en la dinámica familiar o frente de los niños, ya que va interferir significativamente y de manera desfavorable al desarrollo de una buena autoestima. Además, dice “El niño adquiere nuevos conocimientos, a estimarse en que recibe respeto y pone en práctica valores porque cree en ellos, además detrás de cada comportamiento hay una teoría que

nos manifiesta que situaciones vale la pena y cuáles no, sí algo importa. Por ende, ese concepto moral, de la escala de valores que modera la conducta se convierte en fuerte exigencia que hace única a cada persona en el camino del deber”. La autoestima de los niños se ve afectada positiva o negativamente de acuerdo a los comportamientos que ven a su alrededor: padres, profesores y amigos.

### **1.3.2. VIOLENCIA**

El inicio de la palabra violencia proviene a la definición de “fuerza”. Es decir hablar de violencia hace alusión al uso de la fuerza extrema y dejando como consecuencia un daño en la otra persona, en otras palabras hablar de violencia es un tema muy amplio y se puede hablar en diferentes planos tales como: violencia política, económica, social o metereológica en un sentido amplio. En cualquiera de los casos el uso excesivo de la fuerza empleada por una persona hacia otra, centrándose al concepto del poder. La Organización Mundial de la Salud manifiesta lo siguiente: referirnos al termino de violencia: “Al uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra sí mismo, un grupo, hacia otra persona en específico o comunidad, que cause o tenga diferentes probabilidades de causar lesiones físicas, muerte, daños psicológicos, trastorno del desarrollo o privaciones. (GALLAR, 2007)

#### **Clases de Violencia**

**A.** *Violencia Patrimonial o Económica.*- forma parte de una de las clases de la violencia psicológica que, en oportunidades limita la libertad física de la persona ya que le impide al individuo el desarrollo de su libertad de movimiento y de actuar; se manifiesta también en la privación a la persona de los medios o recursos económicos de subsistencia para ella y sus hijos o de afectarla matrimonialmente.

**B.** *La Violencia Autoinferida.*- este tipo de violencia hace referencia aquellos comportamientos intencionales y agresivos dirigidos hacia la persona mismo que pueden terminar en la muerte, forma parte a la autoinferida también a

los intentos de suicidio y los propios comportamientos autodestructivos donde la intención final no es provocarse la muerte sino causar una lesión (por ejemplo, la automutilación).

**C.** *La Violencia Interpersonalita.*- El tipo de violencia interpersonalita al pasar del tiempo se define como el comportamiento impulsivo y violento entre personas conocidas o desconocidas que puede ser representado como una relación de agredido y agresor.

**D.** *La Violencia Interpersonal.*- hablar de violencia interpersonal puede ser clasificada de acuerdo a la edad y al sexo del individuo agredida. Este tipo de violencia usualmente ocurre dentro de la dinámica familiar o también en la interacción de una comunidad y puede ser en ocasiones delinquirido o tolerado por el Estado.

**E.** *Violencia Intrafamiliar.*- Son muchas las formas que se pueda practicar la violencia familiar. Puede hablarse de violencia hacia las personas mayores de edad, como también entre esposos, hacia los hijos, los hombres, las mujeres, o aquellas personas que no pueden defenderse por alguna incapacidad ya sea física o intelectual, etc. Es poco común hablar o pensar en un esquema clásico familiar, ya que las manifestaciones de la violencia puede ser diferentes como: psíquica o física, y ocurre en todas las clases sociales, culturas y edades y con mayor frecuencia se habla de adultos dirigidos hacia uno a varios individuos.

### **Violencia intrafamiliar**

Se puede hablar de violencia intrafamiliar cuando se presenta el abuso intencionado dirigido a una persona o unas personas considerando que tiene más poder ante otra con menos poder. El término violencia familiar hace referencia a cualquiera que sea las manifestaciones de agresión que tienen lugar en la interacción de la dinámica de los miembros de la familia. Para afirmar que estamos frente de una penosa situación de violencia familiar, es cuando la relación de abuso debe ser constante, repetitiva entre cualquiera de los integrantes de la familia, es decir permanente y periódica se debe dar el abuso, se puede relacionar también a las diferentes formas en relación del abuso que



usualmente caracteriza un vínculo familiar. (GARCIA, 2013) En su mayoría las familias en las que se logra evidenciar un caso de violencia intrafamiliar tienen una organización jerárquica fija o inamovible, así mismo sus integrantes mantienen una dinámica rígida, con muy poca frecuencia pueden expresar su propia identidad, estas personas utilizan patrones de conductas establecidos mayormente por lo que le impone la otra persona que cree tener poder. Según La Ley Contra la Violencia a la Mujer y la Familia define el término de violencia intrafamiliar: Aquello que se considerará violencia intrafamiliar será toda acción u omisión que consista en maltrato físico, psicológico o sexual dirigido hacia una persona de la familia en contra de la mujer o demás integrantes del núcleo familiar. (Alcántara, 1993). Así mismo nos propone estos tipos de violencia:

**Interacción de Violencia:** Este término frecuentemente tocado en la terapia familiar y se sugiere hacer la mención correspondiente a lo que se entiende por “relación complementaria y relación simétrica”: Es decir se centra en una conducta repetitiva o también conocida como patrón de conducta, en otras palabras en aquella relación entre las personas, en la cual los participantes suelen a copiar la conducta agresiva de la otra persona (GALLAR, 2007)

**Complementariedad:** Es aquella violencia donde la persona que agrede y aquel que es agredido suele estar de acuerdo sobre aquel concepto del papel y el lugar que corresponde a cada uno se habla de dos tipos de violencia (GALLAR, 2007)

- **Violencia – Agresión:** Aquí hablamos de cierta relación que va existir entre dos personas de manera simétrica, es decir de igual a igual. La violencia se presenta mediante golpes que le propicia una persona a otra para reivindicar que el nivel de su fuerza es mayor a la que recibe la agresión y en ocasión termina desembocando una agresión mutua. Cuando se maneja casos de violencia y agresión entre personas adultas los que participan son, los esposos, pueden aceptar aquel contraataque como también defenderse; ejemplo (un padre de familia puede golpear a su esposa, pero ella le arroja un artefacto que tenga cerca de ella o manifestarle un insulto); cuando se refieren de violencia-agresión entre personas adultas e infantiles, lo más común es que la persona que agrede actúe por impulso y golpee al menor que no se puede defender o en ocasiones si,

por ejemplo: en caso que intente confrontar va tener latente su oposición y desafío. Ante este tipo de intervención, la jerarquía que se mantiene en casa disminuye su nivel ya que el niño toma momentáneamente el poder ante la posición de la persona adulta, estamos hablando de una relación igualitaria, sin darle mucha importancia a la edad de estos participantes de la agresión o a la inversa el adulto interactúa de igual a igual. En estas dos situaciones o si hablamos de una relación simétrica existe un nivel de complementariedad, es decir el “periodo de reconciliación” que los integran la persona que agrede y aquella que recibe la agresión, dejando de lado el momento donde se dio la violencia de manera momentánea. (Alcántara, 1993)

- *Violencia – Castigo:* Aquí le da la debida importancia a los sujetos que son implicados en una relación desigual, es decir se presenta en diferentes manifestaciones tales como: sanciones, torturas, negligencia o poco compromiso en el cuidado de las personas encargadas y suele ser la pieza superior de un grupo de integrantes, es decir su condición superior, es por ello que cuando esta persona que dice tener más poder en el grupo practica una violencia unidireccional e íntima haciendo que el sujeto que fue agredido se someta contra su voluntad. Cuando se trata de violencia –castigo entre adultos, quien controla la interacción práctica con la persona agredida castigos empleando la fuerza de tal manera que deja como secuelas daños físicos, limitaciones para que se relacione con otras personas empleando las humillaciones para cubrir supuestamente una situación de agresión descubierta. Cuando se trata de violencia-castigo del adulto contra un infante se divisa que el menor ha sufrido repetitivamente torturas, poco amor y atenciones por debajo de lo esperado, causando retrasos en su desarrollo psicológico, biológico y social. Estos niños crecen con un sentimiento de frustración e indignidad, crecen con un pensamiento erróneo que son merecedores del castigo, son incapaces de mirar hacia delante. En el contexto social su comportamiento puede volver a inducir la violencia contra ellos o ellos practica la violencia. En la violencia-castigo no hay pausa, es decir, la persona que agrede considera que debe tener ese tipo de comportamiento y con frecuencia la persona agredida se convence de que tiene que conformarse con la vida que le imponen, manteniendo esta violencia sea de carácter íntima y en secreto; ambos actores tienen una autoestima baja.

**Violencia Física.**- se considera toda manifestación del uso excesivo de la fuerza que cause dolor, o sufrimiento físico en las personas que son agredidas, cualquiera que sea el medio empleado y sus consecuencias, sin considerar el tiempo que se requiere para su recuperación total.

**Violencia Psicológica.**- se centra en todo tipo de acción con intención de lastimar a otra persona u omisión que pueda generar secuelas, dolor o perturbación en la parte emocional de la víctima, como también alteración psicológica o atentar contra la autoestima de la mujer o el integrante agredido. Es también la forma en que una persona puede intimidar o amenazar mediante la utilización de palabras que van contra su moral del otro integrante de la familia causando miedo o temor a sufrir un maltrato o que ataque a su persona o en la de sus parientes, con fines de generar malestar en todo el núcleo de la familia.

**Violencia Sexual.**- Sin dejarnos orientar por los prejuicios de los casos de víctimas de violación sexual y otros delitos que puedan atentar hacia la libertad sexual de una persona, es considerada violencia sexual todo maltrato que constituya imposición en la práctica de la sexualidad de una persona y que este la obligue a tener intimidad o cualquier prácticas sexual con la persona que está realizando este acto violento o con ayuda de terceros, mediante el uso excesivo de la fuerza física, intimidación, amenazas o cualquier otro medio coercitivo que pueda atentar sobre alguien.

**Violencia parental.**- Este tipo de violencia está definido como la violencia ejercida por de los pilares de la familia papá o mamá hacia sus hijos, y abarca un amplio comportamiento que se puede extender por una simple acción por omisión (no ofrecer la atención debida a los hijos) hasta tal punto que se puede llegar al filicidio.

**Niños testigo de violencia.**- Se habla de este tipo de violencia cuando los niños vivencian situaciones contantes y hostigantes de la práctica de violencia entre padre y madre. Estos niños poseen trastornos muy parecidos a los niños que han sido víctimas de abuso.

**Violencia Ejercida Contra Niños y Adolescentes** Con definiciones similares el Código de la Niñez y Adolescencia utiliza el concepto homónimo de maltrato y violencia, en concordancia con el manual CIE-10.

### 1.3.3. MALTRATO

Se comprende por maltrato aquella conducta, de acción u omisión, que atente o pueda provocar daño tanto a la integridad física, psicológica o sexual de los niños o adolescente, por parte de otra persona, incluidos sus padres, parientes, profesores o personas que se encuentren a cargo del cuidado de esta persona; cualquiera sea el medio utilizado para conseguir su objetivo, dejando consecuencias en la víctima el cual se tomara tiempo poderse la recuperar ante una actividad o episodio de maltrato. Se incluye en esta tipo de maltrato el trato negligente, o descuido grave o reiterado en el cumplimiento de las obligaciones para con los niños y adolescentes, relativas a la privación de alimentos, salud, educación o cuidados que debe recibir un menor todos los días.

#### Tipos de Maltrato

- **Maltrato Físico.**- Este tipo de maltrato es definido como aquellas agresiones físicas dirigidas al menor por parte de uno de los padres, puede ser papá o mamá biológicos como adoptivos u otras personas que se relacionen con el víctima, y en otros casos la pareja sentimental de cualquiera de los progenitores o encargados de su la custodia (resida o no en la misma casa del víctima) o también puede ser por parte de cualquier otra persona en quien los padres otorguen su responsabilidad y que puedan poner en peligro el desarrollo integral del niño.
- **Abandono Físico.**- Es definido cuando el cuidador o responsable del menor o cualquier persona que tenga la tutela del niño realiza ciertas conductas de omisión las atenciones que debe recibir los infantes ya sea por parte de los padres o del cuidador permanente que puedan generar daños tanto, físicos, cognitivos, emocionales o sociales u otros que le puedan producir estas acciones o similares hacia el menor.
- **Maltrato Psicológico:** Según (Wolfe, 1991). la teoría del maltrato psicológico se basa en la interacción de los padres hacia los hijos o también todo tipo de comunicación o relación que genere o altere algún daño en sus relaciones sociales, área emocional o cognitiva del menor, en función de las vulnerabilidades que presenta (especialmente su desarrollo). Esta definición se basa en la conducta que emite los padres generando daño en sus potenciales o que le cause consecuencias negativas en el menor.

### ***Categorías del Maltrato Psicológico:***

- *El rechazo o degradación:* Se centra en las conductas donde se le niega algo a alguien o también no hacer caso a las peticiones de ayuda que hace una persona a otra persona o se niega a las peticiones mediante el insulto, despreciar o humillar ante otras personas al menor.
- *La conducta de aterrorizar:* hablamos de esta conducta cuando se manifiesta en aquellos amenazas parentales que hacen los padres hacia los menores, causarles una lesión o dejarlos a su suerte sin la importancia al caso o las consecuencia que puede conllevar este acto desfavorable para la integridad del menor y esto se cumple en el caso que los niños no se comporten de acuerdo a las demandas que exige el cuidador. Asimismo, el menor puede sentir el terror cuando se ve expuesto a la violencia o amenazas dirigidas hacia una persona o ser cercano del niño o también dirigido a la persona que está frente al cuidado del menor, también se puede hablar de aquellas conductas que no alcanza la felicidad del menor.
- *El aislamiento:* forma parte de ella aquellos actos de la persona responsable del bienestar del menor y lo privan de aquellas las oportunidades donde el niño puede establecer o fomentar una relación sana en su entorno, es decir crear vínculos sociales saludables para el buen desarrollo integral del niño.
- *La corrupción:* Es cuando se percibe la presencia de los comportamientos antisociales o creencias poco común en el niño (enseñarle o también exponer al niño para que pueda aprender aquellas conductas delictivas o dejar que el niño las ponga en práctica sin decirle nada, también se puede considerar la participación del menor la pornografía.)
- *La explotación:* este apartado hace mención a las manifestaciones de obligar al niño que realice actos laborales que vayan en contra de su seguridad y aislándolo de sus derechos, este trabajo puede ser en la calle o trabajos domésticos, donde esto debería hacerlas una persona adulta y ya que si lo cumple los niños esto puede interferir de manera directa en las actividades y necesidades sociales como académicas del menor de edad. También se considera explotación cuando obligan al niño participar en el cuidado o crianza e alguno hermano menor u otra persona, es decir hacer las funciones que le corresponde a los padres o responsable de los niños, es decir que las actividades

que realicen los infantes no deben interferir en sus relaciones interpersonales del niño no tampoco en su formación académica.

○ *El abandono emocional:* Se define como aquella falta de respuesta persistente por el lado de la persona que está a cargo del menor y por ende de las expresiones emocionales y conductuales de niño, es decir hacer cualquier actividad que se interponga en el bienestar emocional equilibrado del niño. El responsable se muestra desatento, o con falta de compromiso en el desarrollo emocional del niño, imponiéndose a las muestra de amor, alegría o de satisfacción cuando se relaciona con el menor. El desinterés por el menor y su falta de interés para lograr un estado emocional sano en el niño se manifiesta ignorando los intentos de interacción del niño o respondiéndole de un modo mecánico, sin caricias, besos o habla.

#### **1.3.4. AFRONTAMIENTO EMOCIONAL**

Referirnos al término Afrontamiento hace una descripción de aquellos cambios comportamentales producto de las emociones, el cual hace que las personas se anticipen para la acción. Es por ello, muchos psicólogos consideran que el afrontamiento se compone como un conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivo, que se manifiestan a través de reiterados cambios para poderse adaptar a las condiciones desfavorables que considere las personas, y que deben desarrollar para controlar las demandas, tanto internas como externas, que son valoradas como excedentes o desbordantes para las alternativas de solución de las persona. Asimismo se considera un proceso psicológico que se ejecuta os se activa, cuando en su contexto se producen cambios inesperados y desagradables para alguien en específico y a su vez le genera estrés, o cuando las consecuencias de estos sucesos no son las deseables.

En el proceso de afrontamiento se ve involucrado también el aprendizaje constante que tenemos y la, de tal modo que las manifestaciones antiguas y básicas de afrontamiento propias de las emociones básicas se transforman habitualmente a formas de afrontamiento extendido, más cercano a la resolución de problemas que a los patrones automáticos de conducta. Estas formas de

afrontamiento extendido usualmente se van a sobregeneralizarse, puesto que todo afrontamiento que ha empleado y resultó un éxito en la resolución de una experiencia emocional, tiende a ser empleada reiteradas veces tras desaparecer la dificultad que originó su movilización e incluso, en circunstancia, se mantiene y practica ante nuevas situaciones en las que no es funcional su utilización. De forma equivalente, si una forma de afrontamiento no sale como se espera, la sobregeneralización puede dejarse de utilizar e incluso ante situaciones frente a las que sí sería funcional y pertinente su uso, pudiendo llegar incluso a generar situaciones de indefensión. La tendencia a la sobregeneralización facilita el desarrollo de los denominados estilos de afrontamiento, que son formas personales propias y características de afrontamiento que cada sujeto ejerce preferentemente para responder ante las emociones.

Son diversas las dimensiones empleadas en una situación que es necesario aplicar un adecuado afrontamiento emocional. Considerando, en primera instancia, al método empleado en el proceso de afrontamiento, así mismo es importante recalcar que entre el afrontamiento activo que moviliza esfuerzos para la solución de alguna demanda, del afrontamiento pasivo en el que se inhibe toda respuesta. Atendiendo a la focalización del afrontamiento, se distingue entre el afrontamiento dirigido al problema, en el que se intentan controlar las condiciones responsables de la situación compleja, del afrontamiento dirigido a la respuesta emocional, en el que se pretende controlar la propia respuesta emocional observable. Por su parte, atendiendo al tipo de actividad movilizada en el afrontamiento, se distingue entre formas de actividad cognitiva o actividad conductual. Finalmente, otra dimensión recoge los esfuerzos encaminados a la evaluación situacional inicial, que focalizan el esfuerzo en obtener más información para analizar con más profundidad la situación.

Por otra parte las principales emociones del afrontamiento, la principal planificación para la ejecución de la respuesta emocional de miedo es la facilitación de respuestas de escape o evitación ante episodios complejos. Es decir que la evasión no es posible o no es la esperada, el miedo también motiva a afrontar las complejas manifestaciones aterrizantes. En cualquier caso, el miedo

forma parte de una respuesta práctica que busca promover la protección de los individuos. Por otra parte, el afrontamiento de la ira desarrolla diferente modalidad de funciones adaptativas, incluyendo la organización y regulación de aquellos procesos internos, psicológicos y fisiológicos, del ser humano que guardan relación con el defenderse a sí mismo, así como el buscar el punto medio de conductas intrapersonales e interpersonales. Una de las primordiales anticipaciones para actuar, es intentar o eliminar las dificultades que impiden la realización de los objetivos esperados y que nos conllevan a un malestar.

Para finalizar la tristeza, en su mayoría de los esfuerzos sobre las secuelas de la tristeza parecen indicar disminuye la iniciativa para que la persona realice actividades centradas en sí mismo, previniendo dificultades como en el pensamiento y lentifique una recuperación de energía. Así mismo, también se ha manifestado que la tristeza realiza diferentes funciones de cohesión con otras personas, ya que permite tanto comunicar el bajo estado anímico como buscar auxilio o apoyo en otras personas u otro contexto.

Es decir el afrontamiento emocional se considera a los esquemas mentales intencionales de respuestas cognitivas emocionales o conductuales dirigidos a manejar las demandas internas, ambientales y los conflictos entre ella (Fernandez, 2016).

#### **1.4. Formulación del problema**

¿Cuál es la influencia del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico en la ciudad de Sullana?

#### **1.5. Justificación del estudio**

Este trabajo de investigación tiene 5 razones que justifican la importancia de la ejecución de un programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico en la ciudad de Sullana; corroborar los efectos del programa con otros resultados de investigaciones relacionadas a la variable estudiada.



En cuanto al aspecto teórico nos favorece en poder ampliar el conocimiento ya existente sobre la autoestima en niños víctima de maltrato y aquellos programas que buscan favorecer el desarrollo integral de los niños víctimas de maltrato, así mismo poder entender el inicio y desarrollo de esta variable con el fin de fomentar un adecuado proceso de desarrollo de los niños.

Así mismo tiene una justificación metodológica, ya que en la ejecución y desarrollo de las capacidades de la investigación están respaldadas por métodos científicos y situaciones que pueden ser investigadas posteriormente por otras investigaciones, una vez que se pueda demostrar su validez y confiabilidad podrá ser utilizada en futuras trabajos de investigación y en otras instituciones educativas.

Por otro lado es conveniente esta investigación para ampliar las estrategias educativas frente a situaciones de violencia en niños y a su vez pueda mejorar la autovaloración y desarrollo personal de los niños.

En cuanto a la relevancia social favorece a otras investigaciones como guía y antecedente de nuevos programas que estén relacionado con la variable; asimismo, aquellas instituciones que se centran por el beneficio y bienestar de los niños víctimas de maltrato, les dé unas técnicas importante para buscar alternativas que puedan orientar de una adecuada intervención grupal o individual para un desarrollo global de los mismo, de modo que la dinámica familiar y el clima dentro de las escuelas también serán beneficiadas.

En cuanto al aspecto práctico de la presente investigación, la institución educativa con la que se pretende elaborar el presente trabajo de intervención será beneficiada porque aquí se otorga un panorama más amplio en cuanto a la información de sus estudiantes y una visión más cercana a su realidad para poder llevar a cabo las acciones oportunas que mejorará las áreas afectadas en este caso Autoestima.

## **1.6. Hipótesis**

### **1.6.1. Hipótesis general**

Hi: La aplicación del programa de afrontamiento emocional influye significativamente en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana.

### **1.6.2. Hipótesis específicas**

H1: Existe diferencias significativas antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación con el grupo control.

H2: Existe diferencias significativas después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación en el grupo control

H3: Existe diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo Control).

H4: Existe diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, de la ciudad de Sullana, (Grupo Experimental).

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1. Objetivo general**

Determinar la influencia de un programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana.

### **1.7.2. Objetivos específicos**

- Determinar las diferencias significativas antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación en el grupo control.

- Determinar las diferencias significativas después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación al grupo control.
- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo control)
- Determinar las diferencias significativas existente antes y después de la aplicación del de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo experimental)

## II. MÉTODO

### 2.1. Diseño de Investigación

El presente trabajo de investigación se llevara a cabo con un Método Experimental, el cual se diferencia de aquellos Métodos No Experimentales en que en el experimento se desarrolla en la formación de aquellas condiciones especiales que da como resultado los sucesos esperados controlando las circunstancias que va favorecer a la observación científica. El experimento toma parte activa en el desarrollo del suceso. (Hernandez, hernandz & Batista. 2010)

El diseño que se utilizará en el trabajo de investigación será un Diseño experimental, cuasi experimental con la aplicación de un Pre test y Post test, en los dos grupo que participarán, es decir el grupo control y el grupo experimental. Administrándose un pre test para ambos grupos que formaran parte del experimento (grupo control y grupo experimental), al mismo tiempo la retribución de ambos grupos será por conveniencia, donde el grupo experimental recibirá la aplicación programa o intervención y como último paso se aplicará el post test para ambos grupos. (Hernández, Fernández y Batista, 2010). Lo cual se representa de la siguiente manera:

G.	Exp. =	X1	Y1	X2
----	--------	----	----	----

G. Cont.. = X3 ----- X

G1: Representa al Grupo Experimental

G2: Representa al Grupo Control

X1 y X2: Se aplicará la prueba (Pre test)

X3 y X4: Se aplicará la prueba (post test)

Y: Representa el programa de Afrontamiento Emocional

-----: Ausencia del programa.

*Diseño experimental:* Es conocido también como el diseño que puede controlar las variables aleatoriamente o también llamado modelo experimental, en este tipo de diseño el investigador va instaurar un conjunto de condiciones y relaciones de las causas y los efectos bajo ciertas reglas específicas y aplicar el método científico en el cual aplican la observación, medición y evaluación de los resultados logrados. Según Hernández, Fernández y Baptista (1991).

*Diseños entre grupos:* se realizan estudios entre el comportamiento de un grupo de control y otro experimental. (Hernández, Fernández y Baptista 1991).

*Cuasi experimental:* Según Hernández, Fernández y Baptista (1991). Se considera cuasi experimento aquel en el cual el experimentador no puede hacer asignación al azar de los individuos de los grupos experimentales.

## 2.2. Variables, operacionalización

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>VARIABLE DEPENDIENTE</b>  <b>AUTOESTIMA</b>	<p>Se entiende por autoestima al valor que el sujeto se respeta y estima sin considerarse peor o mejor que los otros y sin creerse perfecto; es decir, cuando el sujeto reconoce sus capacidades y limitaciones esperando mejorar. (Ruiz, 2003)</p>	<p>Es la valoración que tenemos por uno mismo. Se evaluó en seis dimensiones con un total de 25 Ítems: Familia, Identidad Personal, Autonomía, Socialización, Emociones y Motivación.</p>	<p>Identidad Personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actitudes negativas o positivas de sí mismo</li> <li>• Autovaloración sobre sí mismo.</li> <li>• Construir opiniones, valores y sobre sí mismo.</li> </ul>	<p>5 ítems (1, 3, 13, 15 y 18).</p>	<p>Intervalo</p>

			<p>Socialización</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidad en las relaciones con amigos.</li> <li>• Aceptación de Sí mismo y de los demás.</li> <li>• Establece expectativas intrapersonales de aprobación por parte de otros sujetos.</li> </ul>	<p>3 Ítems (2, 8, 1).</p>	
			<p>Familia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualidades y habilidades en las relaciones íntimas entre los miembros de la familia.</li> <li>• Actitud entre los miembros</li> </ul>	<p>6 ítems (6, 9, 10, 16, 20 y 22).</p>	

				de la familia.		
			Motivación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad para aprender.</li> <li>• Trabaja a gusto de manera individual y grupal.</li> <li>• Rendimientos mayores a lo esperado.</li> <li>• Actitud hacia los compañeros.</li> </ul>	3 ítems (14,17 y 23).	

			Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra seguridad para tomar decisiones.</li> <li>• Reafirma sus aspectos positivos como negativos ante situaciones desagradables.</li> </ul>	3 Ítems (4, 7 y 19)	



			Emociones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantiene la cordura ante situaciones estresantes.</li> <li>• Se interesa por las emociones de sí mismo y de los demás.</li> </ul>	5 Ítems (5, 12, 21, 24 y 25).	
<b>VARIABLE INDEPENDIENTE:</b>  <b>PROGRAMA DE AFRONTAMIENTO EMOCIONAL</b>	Se considera a los Esquemas mentales Intencionales de Respuestas cognitivas Emocionales o Conductuales dirigidos A manejar las demandas Internas y ambientales	Programa de Afrontamiento Emocional, que constará de 12 sesiones que se desarrollaran con los estudiantes del nivel primario de una I.E, Sullana.  El programa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptarse a sí mismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica sus aspectos positivos y negativos de sí mismo</li> <li>• Evoca y expresa sus características positivas y negativas frente a los demás.</li> </ul>		

	Y los conflictos entre ella (Fernandez, 2016).	constara de 8 sesiones aproximadamente de 1 hora cada sesión, la cual se emplearan técnicas cognitivas - conductuales - Evaluándose con un pre test y post test, antes y después de la aplicación.				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser Autoresponsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controla sus emociones y conductas manifestadas, ante diferentes situaciones</li> <li>• Utiliza el control de los impulsos.</li> </ul>		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoafirmación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoce la importancia de su existencia</li> <li>• Practica la importancia de los aspectos positivos de sí</li> </ul>		

				mismo		
			<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivir con propósito</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Concientizar sus metas futuras</li><li>• Ejecutar algunas metas planteadas.</li></ul>		

## 2.3. Población y Muestra

### 2.3.1. Población

La población es un conjunto de elementos que poseen las mismas condiciones y particularidades (Hernández et al. 2014, pág. 174). Para la presente investigación la población fue constituida por los niños del nivel primario de la I.E. 14789, Sullana. Que son víctimas de maltrato en sus hogares y actualmente cursan los grados de 5to y 6to del nivel primario.

<b>Población</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Grupo Control</b>	<b>Grupo Experimental</b>
5to	72	11	11
6to	63	11	11
Total	135	22	22

### 2.3.2. Muestra

De esta población conformada por 135 estudiantes el cual obtuvo una muestra de 44 alumnos, siendo 22 del grupo control y los otro 22 del grupo experimental, distribuido homogéneamente.

### 2.3.3. Muestreo

El siguiente trabajo investigación tiene como muestreo no probabilístico por criterio, la cual facilitara el desarrollo del trabajo de investigación.

#### **Criterios**

##### **Criterios de inclusión:**

- Que obtengan un nivel de categoría bajo en autoestima.
- Que muestren disposición para el desarrollo del programa.
- Que asistan constantemente a clase.
- Estudiantes de ambos sexos

##### **Criterios de exclusión:**

- Que el alumno presente dificultades para seguir instrucciones.
- Muestre dificultad para el trabajo en equipo.

## **2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

Las técnicas que se emplearon en el presente trabajo de investigación serán la observación, entrevista y evaluación psicométrica mediante de la administración del test psicológico.

- Escala de Autoestima para escolares de Cesar Ruiz.

### **2.4.1. Instrumentos:**

#### **ESCALA DE AUTOESTIMA PARA ESCOLARES**

**(Cesar Ruiz 2003)**

##### **Ficha técnica**

Fue adaptada en Lima por Cesar Ruiz Alva (psicólogo y docente universitario), la aplicación de este instrumento puede ser individual, así como también aplicarse en forma colectiva; la duración de este instrumento puede variar, sin embargo se oscila entre 15 a 20 minutos aproximadamente, su aplicación es desde los ocho años en adelante. En los niveles de escolares primaria y secundaria.

Evalúa el nivel general de autoestima de la persona. Este autor da su aportación en la definición de autoestima como el valor que el individuo otorga a la imagen que tiene de sí mismo, es una actitud positiva o negativa hacia un objeto particular.

##### **El sí mismo:**

La autoestima positiva se da cuando el individuo se respeta y estima sin considerarse mejor o peor que los otros y sin creerse perfecto, es decir, cuando el sujeto reconoce sus capacidades y sus limitaciones esperando mejorar.

Por otra parte, la baja autoestima implica aquella satisfacción y descontento que tienen el sujeto hacia su persona, incluso la persona puede llegar a sentir rechazo y desprecio de sí mismo.

La calidad de las experiencias que el sujeto ha tenido desde su infancia determina en definitiva lo que piensa y siente de sí mismo la persona que se sienta

amada y que ha tenido experiencia enriquecedora a lo largo de su vida podrá aceptarse tal cual es, con sus habilidades, cualidades y defectos; en cambio la persona que no recibió estímulos de valor y respeto hacia su persona se enjuicia a sí mismo generalmente en forma negativa.

Consta de 25 ítems su calificación es manual y según la plantilla de corrección se otorgará un punto por respuesta que coincida con la clave, el total se convierte al puntaje normativo general que evalúa el nivel de autoestima.

**En cuanto a sus normas:** Según niveles cualitativos al transformar el puntaje total.

**En confiabilidad se usó:**

**Método de Consistencia Interna:** Los coeficientes van de 0.89 a 0.94 para los diversos grupos estudiados todos los que resultan siendo significativas al 0.001 de confianza. (100 casos por grupo – total 600 sujetos).

Grupo 3ro. Prim. 6to. Prim. 2do. Secun. 5to. Secun. Jóvenes adultos  $r_{11}$  0.90\* 0.89\* 0.92\* 0.91\* 0.94\* 0.92\*\* significativo al 0.01 de confianza en él.

**Método Test Retest:**

Los coeficientes en promedio van del 0.90 al 0.93 con lapsos de tiempo de 2 meses entre prueba y respuestas, estimados también como significativos al 0.001 de confianza. (100 casos por grupo, haciendo un total de 600 sujetos).

Grupo 3ro. Prim. 6to. Prim. 2do. Secun. 5to. Secun. Jóvenes adultos significativos al 0.01 de confianza.

Una forma de probar validez en un test psicológico, se da relacionando un test nuevo con otro ya acreditado y validado, en amplio uso del diagnóstico psicológico. De allí que se realizaron los estudios de correlación de los puntajes totales del test de autoestima 25 con los puntajes generales del test de autoestima de Cooper Smith. Empleando el método de coeficiente de correlación producto momento de Pearson, se obtuvieron los resultados de correlación siguientes para los grupos estudiados (100 casos por grupo, siendo un total de 600 sujetos)

## **2.5. Métodos de análisis de datos**

Los resultados que se obtuvieron luego de la aplicación del pre test y pos test, serán corroborados en una base de datos que ayudara a procesar a través de la utilización del programa estadístico SPSS, versión 22, donde se comprobará si existió una diferencia significativa entre la primera y segunda aplicación de la prueba.

Así mismo se tendrá en cuenta utilizar la T – Student para muestras independientes y relacionadas. Cuando ya esté procesados la información obtenida, se transformaran la información en tablas en base a la comparación de medias y gráficos los cuales se centraran en frecuencias y porcentajes.

## **2.6. Aspectos éticos**

- Guardar con confidencialidad la información obtenida en el desarrollo del presente trabajo de investigación.
- Este trabajo de investigación será desarrollado con consentimiento informado por parte de los encargados de la I.E. de la ciudad de Sullana.
- Las estrategias que se llevara a cabo será explicadas detalladamente a las personas involucradas para el bienestar de los niños víctimas de maltrato del nivel primario.

### III. RESULTADOS

**TABLA 01**

*Resultados de la autoestima antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional entre el grupo control y experimental.*

Estadísticos de grupo					
Grupo de estudio		N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Pretest	Experimental	22	10,6364	3,27393	,69800
	Control	22	12,0455	2,51618	,53645

Prueba de muestras independientes						
		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias		
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pretest	Se han asumido	,460	,502	-1,601	42	,117
	varianzas iguales				39,392	

En la tabla 01 se puede observar que al aplicar la prueba estadística se obtiene una significancia de ,117, lo cual nos indica que no es altamente significativa y que no se han mostrado cambios tanto el grupo control y experimental antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional.



**Tabla 02**

*Resultados de la autoestima después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional entre el grupo control y experimental.*

<b>Estadísticos de grupo</b>					
	Grupo de estudio	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Posttest	Experimental	22	20,2727	1,51757	,32355
	Control	22	12,0455	2,51618	,53645

<b>Prueba de muestras independientes</b>						
		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias		
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)
Posttest	Se han asumido	9,933	,003	13,133	42	,000
	varianzas iguales				34,493	

En la tabla 02 se puede observar que al aplicar la prueba estadística se obtiene una significancia de ,000 lo cual nos indica que es altamente significativa y que se han mostrado cambios entre el grupo control y experimental después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional.

**Tabla 03**

*Resultados de la autoestima antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en el grupo experimental.*

<b>Estadísticos de muestras relacionadas</b>					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	PRE TEST EXPERIMENTAL	10,6364	22	3,27393	,69800
	POST TEST EXPERIMENTAL	20,2727	22	1,51757	,32355

<b>Prueba de muestras relacionadas</b>					
		Diferencias relacionadas	t	Gl	Sig. (bilateral)
		95% Intervalo de confianza para la diferencia			
		Superior			
Par 1	PRE TEST EXPERIMENTAL - POST TEST EXPERIMENTAL	-8,03749	-12,534	21	,000

En la tabla 03 al comparar el grupo experimental con respecto a las pruebas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional, se encontró que si existen diferencias significativas (,000) entre ambos momentos, evidenciándose así que hubo cambios y mejoraras debido a la aplicación del programa.

**Tabla 04**

*Resultados del autoestima antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en el grupo control.*

<b>Estadísticos de muestras relacionadas</b>					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	PRE TEST CONTROL	12,0455	22	2,51618	,53645
	POST TEST CONTROL	12,7727	22	1,95014	,41577

<b>Prueba de muestras relacionadas</b>					
	Diferencias relacionadas	t	gl	Sig. (bilateral)	
	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
	Superior				
Par 1	PRE TEST CONTROL – POST TEST CONTROL	,40255	-1,339	21	,195

En la tabla 04 al comparar el grupo control con respecto a las pruebas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional, se encontró que no existen diferencias altamente significativas ( $,195$ ) entre ambos momentos, demostrando así que no hubo cambios ni mejoras debido a la ausencia de programa.

#### IV. DISCUSIÓN

En cuanto a los resultados encontramos que no existen diferencias significativas en el afrontamiento emocional entendido por Hernández como los esquemas mentales intencionales de respuestas cognitivas, emocionales o conductuales dirigidas a manejar las demandas internas, ambientales y conflictos entre ellas en la autoestima en los niños víctimas de maltrato psicológico antes de la aplicación del programa tanto en el grupo control como el grupo experimental. En ese sentido los puntajes obtenidos son similares, es decir, no difiere entre ellos y no se reconocen variables extrañas o intervinientes en los calificativos de los grupos; pues en ambas muestras, los resultados obtenidos se expresan entre las categorías Baja (11 a menos) y Tendencia a Baja autoestima (12 a 15). Por ellos las características para ambos grupos utilizados en la presente investigación son homogéneas, vale decir, que para los 44 niños evaluados de los grados 5to y 6to de primaria no existen discrepancias que pudiesen afectar los resultados.

Estos hallazgos se corroboran con lo investigado por Aldana (2012), Gonzales, C; Rueda, A y Guevara, Y. (2012), quienes aplicaron programas similares al de la presente investigación con poblaciones homogéneas a la nuestra encontrándose los mismos resultados en el pre test.

Por otro lado, al determinar si existen diferencias después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación del grupo control, hallamos que si se evidenciaron cambios significativos en la autoestima de estos niños. Esto significa que pasaron de obtener un puntaje entre 15 a menos, ubicándolos en una categoría tendencia baja autoestima y baja autoestima, ha obtener un puntaje de 21 a 25 ubicándolos en una categoría tendencia a alta autoestima y alta autoestima. Esto nos refiere que los niños víctimas de maltrato psicológico que participaron del programa de afrontamiento emocional en la autoestima llegaron a desarrollar habilidades blandas a diferencia del grupo control y esto se vio reflejado en el avance progresivo que alcanzaron los niños, donde el primer objetivo fue que ellos determinen el autoconcepto que tienen de sí mismo, es decir que ellos adquieran el valor que cada persona se atribuyen ante la sociedad y a medida que se fomentaba actitudes como el respeto de sí mismo,

para posteriormente puedan reconocer y evocar sus características tanto positivas como negativas llevando a descubrir el potencial que cada uno de ellos traen consigo mismo.

Así mismo se interesó en trabajar en niños víctimas de maltrato psicológico la conciencia de lo que está aconteciendo en sus contexto social, familiar, escolar y personal, de tal manera que no solo describan sus características sino que puedan analizar cada una de ellas, la cual les está conduciendo a un proceder desfavorable para el desarrollo tanto emocional como en la autoestima, siendo respaldado por lo que Branden (1993) reafirma de la autoimagen que cada persona tiene y lo manifiesta al “retrato” que cada individuo posee de sí mismo, siendo esta una visión cierta, o sea, una imagen existente de la persona; es exactamente lo que la presente investigación pretendía alcanzar; que después de la aplicación del programa, este, pueda tener eficacia en estos niños víctimas de maltrato psicológico; es decir, es la predisposición de percibirse no superior ni inferior de lo que realmente valemos como persona, considerando un amplio desarrollo de asimilar y procesar conscientemente nuestros pensamientos, emociones, carencias, habilidades, etc., para así tener una imagen propia y realista. Una de las principales razones de la autoestima negativa es la poca convicción en cuanto al autoconocimiento como persona, es lo que genera complejos de superioridad o inferioridad, también la ignorancia acerca de nuestros puntos débiles y fuertes que poseemos cada individuo.

Es por ello que se propuso como unos de los objetivos del programa de esta investigación evaluar el pensamiento negativo de los estudiantes ante un problema o situación conflictiva en la vida diaria, para así mejorar aspectos que los conlleve a una baja autoestima o falta de control emocional ante situaciones ansiógenas o estresantes para ellos, introduciendo una imagen propia y realista que vaya acorde con lo que se busca en nuestra sociedad actual, demostrado seguridad en sí mismo.

Por otro lado después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional se logró que los participantes puedan aprender a conocer y a diferenciar sus emociones, para que así logren interiorizar los sentimientos y emociones de ellos mismo como los demás ante situaciones conflictivas, las emociones son tan

intensas y tan intempestivas que a menudo se requiere un esfuerzo tenaz para dominarlas, en lugar de que ellas nos dominen a nosotros, podríamos compararlas con un potro salvaje que trata de derribarnos a toda costa y que nos lleva por donde su desbocada y alocada carrera lo conduce. Podemos dejarlo que nos maneje de esta forma, o bien podemos domarlo y que realmente nos sea útil para ir a donde queramos dirigirnos.

Es decir hablar de emociones hace alusión a lo que nos refiere RUIZ (2004), podemos afirmar que inclusive las emociones más negativas, que nos producen sufrimiento tiene una función positiva porque templan nuestro carácter y nos ayudan a responder más eficientemente en el futuro.

Esto explica que si conocemos nuestras emociones podremos controlarlas durante situaciones de enfrentamiento, inseguridad o contratiempos, que es uno de los objetivos que persigue el programa y se consiguió después de su aplicación.

Si bien es cierto para superar aquellas dificultades que se van presentado a lo largo de nuestras experiencias personales, no es suficiente el conocimiento y aceptación de sí mismo; o el control de emociones si no que debemos reafirmar nuestra identidad como personas, es decir buscar la seguridad de sí mismo ante nosotros mismo y los demás sentirnos seres únicos y tratarnos con respeto y aprecio para así poder sentirnos personas libres y exitosas. La autoafirmación no significa beligerancia o agresividad inadecuadas; no significa abrirse paso para ser el primero o pisar a los demás; no significa afirmar mis propios derechos siendo ciego o indiferente a los de todos los demás. Significa, simplemente, la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Equivale a una negativa a falsear mi persona para agradar a los demás.

La persona es la única protagonista de su vida. Tras conocerse, se trata de tener un proyecto propio y coherente de vida y enfocarse al mismo con plenitud, ilusión, energía y persistencia. La persona se autoafirma cuando establece su propio proyecto y lo sigue.

Es importante destacar que quien no tiene proyecto, quien no se autoafirma para culminarlo, quien no ejerce su protagonismo, acaba resentido de tanto ir a remolque de los demás y de los acontecimientos. A veces son las personas tóxicas

las que nos arrastran a su forma de ser; depende, una vez más, de nosotros y de nuestra autoafirmación no dejarnos contaminar por ellas (TORAN, 2018).

Y finalmente en relación a los hallazgos obtenidos en este segundo objetivo de la investigación relacionada al programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico, se busca el Aprovechamiento productivo de los niños que los conduzca a afianzar su capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones en corto y largo tiempo, es decir los niños en su cotidianidad presenta una serie de acciones y reacciones que son el resultado de las actitudes emocionales que reflejan la proyección de las mismas, sobre la base del conocimiento que el propio individuo tenga de ellas los conducirá a fomentar hábitos que los faciliten a un desempeño superior o más efectivo; en otras palabras: una habilidad que agrega un valor a los esfuerzos de los niños en sus actividades diarias.

En cuanto al tercer objetivo de la investigación, que busca determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, tenemos que en los resultados entre el pre y post test (en el grupo control) se mantienen las mismas categorías Tendencia a Baja Autoestima y Baja Autoestima. Esto nos indica que los niños a lo largo del tiempo que tomo el desarrollar el programa en el grupo experimental no han logrado modificar su autoestima es decir no ha existido ninguna variable adicional que pueda explicar algún cambio lo que solo se lograría como hemos demostrado hasta ahora por el efecto del programa que fue altamente efectivo y que llevo a la modificación de la autoestima de los niños que si recibieron el tratamiento experimental. Al respecto el Autor Cesar Ruiz creador del test de Autoestima Escolar, nos reafirma que hablar que la autoestima es el respeto y la estima de sí mismo, sin considerar mejor o peor que otros sin creerse perfecto; es decir, cuando la persona reconoce sus capacidades y limitaciones esperando mejorar, no se ha logrado desarrollar en estos niños que no se les administro el programa. Así mismo para Ruiz la calidad de las experiencias de la infancia determinaran lo que piensa y siente de sí mismo, la persona que se siente amada y que ha tenido experiencias enriquecedoras a lo largo de la vida podrá aceptarse tal y como es, con sus habilidades, cualidades y defectos, a diferencia de la persona que no recibió

buenos estímulos de valor respecto a su persona, se enjuicia a sí mismo y de manera negativa, lo cual nos revela que situaciones extremas como las que presentan estos niños no contribuye significativamente a tener esas experiencias enriquecedoras que les permitirían tener una mejor autoestima y que el programa que hemos planteado ayuda en alguna medida a mejorarlo significativamente y que se pudo demostrar en el grupo experimental. Esta definición se asemeja a los que propone, (Coopersmith, 1996), (citado en Rodas y Sánchez, 2006) que nos menciona que las personas manifiestan diferente manera y grados de percepción, así como también diferenciaciones en cuanto a la conducta repetitiva de acercamiento y de las respuesta ante los estímulos externos. Por todo ello se entiende que la Autoestima tiende a su existencia tanto por la forma de que el sujeto se autovalora, como la forma que nos evalúan los demás.

Es por ello que Ruiz nos habla de Autoestima Alta y Autoestima Baja en su interpretación de su instrumento, definiéndolo: Autoestima Alta o autoestima positiva se da cuando el individuo se respeta y estima, sin considerarse mejor ni peor que los otros y sin creerse perfecto, es decir, cuando el sujeto reconoce sus capacidades y sus límites esperando mejorar, y la segunda es Referirse a los individuos con autoestima baja implica insatisfacción y descontento consigo mismo, incluso el individuo puede llegar a sentir desprecio y rechazo de sí mismo.

Por último, tenemos que en la tabla 04 se evidencia que existen diferencias altamente significativas ( ) en el grupo experimental, aceptándose así la hipótesis de estudio que dice que la aplicación del programa de afrontamiento emocional influye significativamente en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico. Es así que se puede decir que en el grupo experimental se evidenciaron progresos sustanciales en el programa reflejando que los niños mejoraron su Autoestima con lo que respecta a su aceptación a sí mismo, Ser autoresponsable, Autoafirmación y Vivir con Propósito.

Estas afirmaciones se ratifican con los estudios ya antes realizados por Ranero, M. (2014), Ruesta, (2015) y Martínez (2013), quienes ejecutaron programas similares al de la presente investigación con poblaciones homogéneas a la nuestra encontrándose los mismos resultados en el pre test y post test, obteniendo como resultado que el programa ejecutado favorecen notablemente el desarrollo del



afrontamiento emocional en la autoestima en niños que han sufrido maltrato psicológico.

Así mismo como menciona (Ruiz, 2003), las personas para poder alcanzar una buena autoestima y un adecuado afrontamiento emocional debe desenvolverse de manera adecuada en las diferentes dimensiones, manifestándose en sus respuestas ante estímulos externos. Es decir, para poder hablar de autoestima es referirnos a las diferentes áreas dimensionales que caracterizan su amplitud. Situación que pudo observarse en el desarrollo de cada una de las sesiones en las que los participantes fueron exhibiendo la mejora de su autoestima en varias dimensiones de esta autoestima y en la interacción con los otros niños.

## **V. CONCLUSIONES**

1. La aplicación del programa de afrontamiento emocional sí influye significativamente en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico, lo cual demuestra la eficacia del programa.
2. No se evidencian cambios significativos en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional tanto del grupo control como del grupo experimental.
3. Si se evidenciaron cambios significativos en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en el grupo experimental a diferencia del grupo control.
4. No se evidenciaron cambios significativos antes y después de la aplicación de las pruebas en el grupo control, teniendo en cuenta que hubo ausencia de programa.
5. Se evidencia que sí existen diferencias significativas en el grupo experimental con respecto a la aplicación de antes y después del programa de afrontamiento emocional a comparación del grupo control en niños víctimas de maltrato psicológico.

## **VI. RECOMENDACIONES**

- Ejecutar programas de afrontamiento emocional, como el que se ejecutó en la presente investigación la cual demostró ser bastante eficaz en poblaciones vulnerables, en instituciones que cuenten con población afectada por maltrato psicológico, para así ayudar en su equilibrio emocional y poder tener niños y niñas formados con conductas aceptables dentro de la sociedad.
- Realizar capacitaciones, encuentros formativos u orientaciones psicológicas a los padres de familia o tutores para que se capaciten y puedan instruir adecuadamente a sus hijos y así evitar conductas inadecuadas tanto en el ámbito social como académico de sus hijos o alumnos.
- Diseñar programas de afrontamiento emocional para todos los grados de primaria, y así mejorar su proceso de socialización y autoestima, usando técnicas cognitivo conductuales, las cuales podrán usar de acuerdo a la edad en la que se encuentran.
- Se recomienda trabajar con técnicas netamente conductuales para modificar conductas y establecer normas antes de empezar el trabajo de cada sesión, instaurando estas actividades permanentemente.
- Realizar charlas psicológicas con el trinomio educativo sobre la importancia del clima adecuado social familiar y académico, para guiar a los agentes que se involucran en el crecimiento social de los niños sobre los diversos problemas o dificultades que se pueden manifestar en su entorno familiar y educativo.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALCÁNTARA, S. (1993). *AUTOESTIMA Y SUS PILARES* . ESPAÑA : PAICOS .
- BERMUDEZ. (2000). *COMO EDUCAR LA AUTOESTIMA*. BARCELONA: GRUPO EDITORIAL .
- BONET, V. (15 DE DICIEMBRE DE 2009). *TODO SOBRE LA AUTOESTIMA.COM*. OBTENIDO DE TODO SOBRE LA AUTOESTIMA.COM: [HTTPS://WWW.WATTPAD.COM/106420099-LA-AUTOESTIMA-GRADOS-DE-AUTOESTIMA](https://www.wattpad.com/106420099-la-autoestima-grados-de-autoestima)
- BRANDEN, N. (1969). *LA PSICOLOGIA DE LA AUTOEESTIMA* . ESPAÑA : PAIDOS .
- BRANDEN, N. (1969). *LA PSIICOLOGIA DE LA AUTOESTIMA*. BUENOS AIRES: PAIDOS.
- CARL, R. (1956). *AUTONOMIA PERSONAL EN LA INFANCIA*. ESPAÑA: PARANINFO.
- CASTRILLÓN, F. (2001). *AUTOESTIMA Y MAS* . COLOMBIA : GEUPO EDITORIAL .
- COOPERSMITH, S. (1996). *AUTOESTIMA*. COLOMBIA: EDITORIAL PAULINA.
- CRAIG, S. (1998). *FORMACION DE LA AUTOESTIMA* . BARCELONA: GRUPO EDITORIAL .

- DURAN, F. (2003). *TEMARIO TECNICO EN EDUCACION INFANTIL* . ESPAÑA: PARANINFO.
- ERIKSON, E. (1968). *LIBRO DE LA AUTOESTIMA*. ESPAÑA: PAIDOS.
- FERNANDEZ, F. (9 DE FEBRERO DE 2016). *PSICOTERAPIA ONLINE*. OBTENIDO DE PSICOTERAPIA ONLINE: [HTTP://TODOESMENTE.COM/DEFENSA/ESTRATEGIAS-DE-AFRONTAMIENTO](http://TODOESMENTE.COM/DEFENSA/ESTRATEGIAS-DE-AFRONTAMIENTO)
- FISCHIETTI, R. (DICIEMBRE DE 2008). *MONOGRAFIAS. COM* . OBTENIDO DE MONOGRAFIAS.COM: [HTTP://WWW.MONOGRAFIAS.COM/TRABAJOS87/AUTOESTIMA-PSICOLOGIA/AUTOESTIMA-PSICOLOGIA.SHTML](http://WWW.MONOGRAFIAS.COM/TRABAJOS87/AUTOESTIMA-PSICOLOGIA/AUTOESTIMA-PSICOLOGIA.SHTML)
- GALLAR, M. (2007). *PSICOLOGIA DEL NIÑO* . ESPAÑA : EDICIONES ESPAÑA.
- GARCIA, J. (2013). *VIOLENCIA DOMESTICA Y ACTITUD VIOLENTA* . EN J. GARCIA, *VIOLENCIA DOMESTICA Y ACTITUD VIOLENTA* (PÁG. 345). LIMA: EDITOL.
- MASLOW, A. (1943). *TEORIAS DE LA PERSOSALIDAD DE ABRAHAM MASLOW*. PSYCHCLASSICS.
- RAMÍREZ, T. (2005). *AUTOESTIMA* . COLOMBIA : EDITORIAL PAULANA .
- TIERNO. (1995). *PADRES Y AUTOESTIMA* . COLOMBIA : GRUPO COLOMBIA .
- WOLFE, M. Y. (1991). *MALTRATO INFANTIL* . ESPAÑA : PAICOS .

## **ANEXO N° 01**

### **ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE LOS TRABAJOS ACADÉMICOS DE LA UCV**

Yo, Oscar Vela Miranda, docente de la experiencia curricular de Desarrollo de Proyecto de Investigación del ciclo XI y revisor del trabajo académico titulado “Programa de afrontamiento Emocional” de la estudiante Katherine Tatiana Vines Riofrio; he sido capacitada e instruida en el uso de la herramienta Turnitin y he constatado lo siguiente:

Que el citado trabajo académico tiene un índice de similitud de 25% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y no constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Piura, Agosto de 2018

---

**Dr. Oscar Vela Miranda**

**Desarrollo de Proyecto de Investigación**

## ANEXO N° 02

### DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Katherine Tatiana Vincés Riofrio, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo filial Piura, declaro que el trabajo académico titulado “Programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico en la ciudad de Sullana”, presentada en 150 folios para la obtención del grado académico de Psicología de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

-He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis provenientes de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.

-No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.

-Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.

-Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.

-De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinan el procedimiento disciplinario.

Piura, agosto de 2018

---

Katherine Tatiana Vincés Riofrio

### ANEXO N° 03

#### Escala de Maltrato Psicológico De Gael

INSTITUCION EDUCATIVA: \_\_\_\_\_ GRADO: \_\_\_\_\_

EDAD: \_\_\_\_ SEXO: \_\_\_\_ FECHA DE APLICACIÓN: \_\_\_\_\_ N° DE HERMANOS: \_\_\_\_\_

#### INSTRUCCIONES

A continuación encontraras frases que pueden describir situaciones diarias con tus padres, coloca una "X" donde crea correspondiente la frecuencia con la que te suceden.

N°	ITEM	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	siempre
1	A menudo me siento excluido por mis padres y hermanos sin motivo aparente.				
2	Creo que mis hermanos hacen las cosas mejor que yo.				
3	Cuando estoy cerca de mis padres me siento nervioso y temeroso.				
4	Cuando hago algo contrario a lo que mis padres quieren, levantan su mano para golpearme.				
5	Cuando le hablo a mis padres, no suelen escucharme.				
6	Cuando tengo un mal comportamiento, me tratan con indiferencia o me privan de propinas.				
7	En casa me siento muy útil.				
8	Es difícil expresar mi afecto, por miedo a no ser correspondido.				
9	Es frecuente en mi casa escuchar que no				



	<b>sirvo para nada.</b>				
10	<b>Está bien conseguir dinero como sea, con tal de agradar mi familia.</b>				
11	<b>He intentado llamar a otras personas cuando he sentido mi vida en peligro.</b>				
12	<b>Me dicen que no parezco parte de la familia, “mejor no hubiera nacido.</b>				
13	<b>En casa me quitan las propinas que ahorro.</b>				
14	<b>Me siento feliz y saludable</b>				
15	<b>Me siento protegido en casa.</b>				
16	<b>Me siento tranquilo (a) cuando estoy solo (a) en casa.</b>				
17	<b>Mis padres critican todo lo que hago,</b>				
18	<b>Mis padres dicen que soy distinto a todos los integrantes de la familia.</b>				
19	<b>Mis padres me ponen apodos o insultan cuando molesto a mi hermano.</b>				
20	<b>Mis padres me prohíben la amistad de mis compañeros de clase.</b>				
21	<b>Mis padres me prohíben todo, hasta jugar.</b>				
22	<b>Cuando llegan mis papas me pongo nervioso.</b>				
23	<b>Mis padres refieren que me quede encasa al cuidado de mis hermanos a que salga con mis amigos.</b>				
24	<b>Mis padres nunca suelen acariciarme.</b>				
25	<b>Si no hago lo que ellos quieren me alejaran de la persona que más quiero.</b>				
26	<b>Siempre estoy al cuidado de personas que no conozco.</b>				
27	<b>Siento que mis padres prefieren más a mis padres que a mí.</b>				

28	<b>Siento que no les importa mis logros.</b>				
29	<b>Siento que no les importo a mis padres.</b>				
30	<b>Suelo estar sentado y observar a los demás reírse y jugar.</b>				
31	<b>Tengo miedo a quedarme solo (a).</b>				
32	<b>Tengo miedo cuando mis padres se molestan mucho, siento que pueden lastimarme.</b>				
33	<b>Tengo que estar en un lugar donde siempre mis padres puedan ver lo que hago.</b>				

## ANEXO N° 04

### ESCALA DE AUTOESTIMA ESCOLAR (Cesar Ruiz)

N°	PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO	SI	NO
1	Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de como ahora soy		
2	Me resulta muy difícil hablar frente a un grupo.		
3	Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera hacerlo		
4	Tomar decisiones es algo fácil para mí.		
5	Considero que soy una persona alegre y feliz.		
6	En mi casa me molesto a cada rato.		
7	Me resulta DIFICIL acostumbrarme a algo nuevo		
8	Soy una persona popular entre la gente de mi edad		
9	Mi familia me exige mucho/espera demasiado de mi.		
10	En mi casa se respeta bastante mis sentimientos		
11	Con mucha facilidad hago lo que mis amigos me mandan hacer		
12	Muchas veces me tengo rabia / cólera a mí mismo		
13	Pienso que mi vida es muy triste.		
14	Los demás hacen caso y consideran mis ideas.		
15	Tengo muy mala opinión de mí mismo		
16	Han habido muchas ocasiones en las que he deseado irme de mi casa		
17	Con frecuencia me siento cansado de todo lo que hago.		
18	Pienso que soy una persona fea comparada con otros.		
19	Si tengo algo que decir a otros, voy sin temor y se lo digo.		

20	Pienso que en mi hogar me comprenden		
21	Siento que les caigo muy mal a las demás personas.		
22	En mi casa me fastidian demasiado		
23	Cuando intento hacer algo, MUY PRONTO me desanimo		
24	Siento que tengo MÁS problemas que otras personas.		
25	Creo que tengo más DEFECTOS que CUALIDADES		

## ANEXO Nº 05

### Matriz de Consistencia

TÍTULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS
<p>Programa de Afrontamiento Emocional en la Autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico en la ciudad de Sullana.</p>	<p>¿Cuál es la influencia del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la influencia de un programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar las diferencias significativas antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación en el grupo control.</li> <li>• Determinar las diferencias significativas después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación al grupo control.</li> <li>• Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo control)</li> <li>• Determinar las diferencias significativas existente antes y después de la aplicación del de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de</li> </ul>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p><b>Hi:</b> La aplicación del programa de afrontamiento emocional influye significativamente en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p><b>H1:</b> Existe diferencias significativas antes de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en comparación con el grupo control.</p> <p><b>H2:</b> Existe diferencias significativas después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, en</p>

		maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo experimental)	<p>comparación en el grupo control</p> <p><b>H3:</b> Existe diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, en la ciudad de Sullana, (Grupo Control).</p> <p><b>H4:</b> Existe diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa de afrontamiento emocional en la autoestima en niños víctimas de maltrato Psicológico, de la ciudad de Sullana, (Grupo Experimental).</p>
	<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>
	<b>VARIABLE INDEPENDIENTE:</b> Programa de afrontamiento emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptarse a sí mismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica sus aspectos positivos y negativos de sí mismo.</li> <li>• Evoca y expresa sus características positivas y negativas frente a los demás.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser Autoresponsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controla sus emociones y conductas manifestadas, ante diferentes situaciones</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza el control de los impulsos.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoafirmación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoce la importancia de su existencia</li> <li>• Practica la importancia de los aspectos positivos de sí mismo</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivir con Propósito</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concientizar sus metas futuras</li> <li>• Ejecutar algunas metas planteadas.</li> </ul>
	<b>VARIABLE DEPENDIENTE:</b> Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identidad Personal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actitudes negativas o positivas de sí mismo</li> <li>• Autovaloración sobre sí mismo.</li> <li>• Construir opiniones, valores y sobre sí mismo.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Socialización</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidad en las relaciones con amigos.</li> <li>• Aceptación de Sí mismo y de los demás.</li> <li>• Establece expectativas intrapersonales de aprobación por parte de otros sujetos.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualidades y habilidades en las relaciones íntimas entre los miembros de la familia.</li> <li>• Actitud entre los</li> </ul>

			miembros de la familia.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad para aprender.</li> <li>• Trabaja a gusto de manera individual y grupal.</li> <li>• Rendimientos mayores a lo esperado.</li> <li>• Actitud hacia los compañeros.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autonomía</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra seguridad para tomar decisiones.</li> <li>• Reafirma sus aspectos positivos como negativos ante situaciones desagradables.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emociones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantiene la cordura ante situaciones estresantes.</li> <li>• Se interesa por las emociones de sí mismo y de los demás.</li> </ul>



# PROGRAMA DE AFRONTAMIENTO EMOCIONAL EN LA AUTOESTIMA EN NIÑOS

## I. DATOS GENERALES

- Institución Educativa : I.E.P 14789 – Sullana
- Nivel de enseñanza : Primaria
- N° de participantes : 20
- N° de Sesiones : 12 sesiones
- Tiempo por sesión : 1 hora
- Modalidad de trabajo : Colectivo
- Lugar de Aplicación : Aula de la I.E.
- Duración : 3 a 4 meses aproximadamente
- Responsable : Katherine Tatiana Vines Riofrio
- Ps. Asesor : Dr. Oscar Vela Miranda

## II. FUNDAMENTACIÓN:

El propósito de realizar un programa surge después de encontrar las dificultades que se presentan en los niños en el proceso de adaptación de la etapa escolar y la dinámica familiar, en el cual se ve reflejado en diferentes situaciones difíciles de controlar, debido a las consecuencias que se origina por la práctica del maltrato psicológico entre los miembros de la familia y que se evidencia en su mayoría de los casos durante esta etapa. Se ha podido observar que en nuestro contexto encontramos niños y niñas con dificultades en sus relaciones sociales, interacción o en su autoestima para relacionarse con su grupo, teniendo como efecto a niños y niñas inseguros, desconfiados, tímidos con limitaciones o poca capacidad para afrontar y resolver diferentes situaciones complejas y así poder mantener una buena relación con su entorno y consigo mismo.

Es por ello que se propone un modelo de intervención grupal para aquellas personas que muestran cierta inestabilidad emocional y que se reflejado en su

autoestima, y que suelen reaccionar ante situaciones de frustración bien de forma violenta, bien con evitación, o bien autobloqueándose y en cualquier caso, mostrando conductas inadecuadas que lejos de ser favorable en la resolución de los problemas, les pueden acarrear consecuencias indeseables.

En este programa consta de 12 sesiones y se trabajarán una serie de técnicas psicológicas **cognitivo conductuales** cómo; exposición en grupo, modelado de auto instrucciones, autoinstrucciones, el ABC de la conducta, autoregistro, técnica de relajación y respiración, técnica de afrontamiento, reforzamiento, el modelo interactivo el auto modelado y role playing o representación, que van a permitir que los niños hagan uso de ellas mejorando el desarrollo social para que tengan un buen desarrollo social.

Por lo tanto, este programa está en base al enfoque cognitivo conductual orientado a enseñarle al niño estrategias de afrontamiento emocional que favorezca su conducta, como también el incremento del desarrollo social en niños víctimas de maltrato psicológico.

### III. OBJETIVO:

- Mejorar las áreas de Autoaceptación, Autoresponsable, Autoafirmación y Vivir con Propósito, para que tengan la capacidad de mantener adecuadas estrategias de afrontamiento emocional.

#### IV. TÉCNICAS

CONDUCTAS A DESARROLLAR	NRO. DE SESIÓN	DENOMINACIÓN DE LA SESIÓN	TÉCNICAS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	T°
Aceptarse a sí mismo	1	Aprendiendo a conocerme	<p><b>Exposición en grupo:</b> La exposición en grupo se refiere a la planificación y evaluación de las sesiones de exposición en un contexto grupal, manteniendo la ejecución de la propia exposición de forma individual. (Furmank, 1997)</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "Cada día Soy Mejor"</p> <p>Les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente (se trabajara con música instrumental y se darán algunas indicaciones para generar un ambiente cálido). Luego formarán un círculo y se les mostrará unos lentes y les dirá que son los lentes de la confianza se pedirá un voluntario para iniciar la actividad quien deberá ponérselos y colocarse en el centro del círculo, deberá caminar y elegir a un compañero, quien los usará los lentes y dará un paso al frente y deberá verbalizar sus aspectos que más le agrada y cuáles no, así hasta que participen todos.</p>	10"
				<p><b>Proceso:</b> Se les narrará a los participantes una historia "La Rosa Blanca de mi Vida".</p> <p>Se apertura el diálogo al finalizar la misma.</p> <p>Jardín de flores: Se le indica a los niños que deberán realizar un jardín con diferentes flores, este jardín se llamara "Jardín de Pensamientos". Los participantes dibujarán diferentes flores las que crean conveniente. En los pétalos de las flores irán escritas sus emociones, en el tallo irán escritos los pensamientos y el suelo será el acontecimiento que me lleva a tener esos</p>	25"

				<p>pensamientos y emociones (basándose en su cuerpo y experiencias personales). Todo este ejercicio va relacionado a los pensamientos irracionales que los niños tienen sobre sí mismo.</p> <p>Utilizando las creencias del jardín de pensamientos, se les dará tarjetas a los niños en donde deberá de tornar esas creencias en afirmaciones positiva utilizando la frase YO SOY_____.</p>	
				<p><b>Final:</b> los participantes deberán pararse uno por uno frente a un espejo viéndose a los ojos y deberá de repetir las frases que escribió en las tarjetas. Se terminara realizando respiraciones profundas.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	15”
	2	Explorando en mi mundo interior	<p><b>Modelado de auto instrucciones:</b> El modelado de autoinstruccions implica exponer a un modelo que,</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: “CADA DÍA SOY MEJOR”</p> <p>Se formarán grupo de 4 a 5 personas y se les entregará un sobre cerrado por grupo y cada sobre será de diferente color. Dentro del sobre encontraran piezas que al armarlo formarán</p>	15 “

			<p>mientras está realizando o va a comenzar a realizar una conducta, se va diciendo en voz alta todos los pasos o instrucciones de ayuda que le permitan llevar a cabo la tarea. El observador puede aprendérselas o generar algunas similares y practicarlas al realizar la conducta pertinente (Meichenbaum y Goodman, 1971)</p>	<p>una situación como: una problemática de la vida diaria, momento agradable, etcétera, para que los participantes puedan verbalizar alternativas toman en situaciones similares, piensan antes de actuar o solo responden a los estímulos. Se realizara la retroalimentación final de la actividad.</p>	
				<p><b>Proceso:</b> Se jugará “Jenga Preguntón”. Cada pieza del juego de jenga tendrá una pregunta escrita abajo. Las preguntas irán dirigidas hacia aspectos del cuerpo de los y hacia los pensamientos que ellos tienen acerca de cada parte específica de su cuerpo. Después de responderlas será el turno de la facilitadora. En este juego se deberá de aprovechar para crear una conversación reflexiva en donde se dejará fluir la narración de los participantes por medio de las preguntas, asimismo también puede hacerse uso de los diferentes tipos de debates. Utilizando papelotes se dibujará la silueta de algunos participantes y con marcadores él deberá de escribir en cada parte del cuerpo pensamientos que tiene acerca de cada una.</p> <p>Luego se deberá de cambiar verbalmente estas creencias. El participante utilizando un títere se convertirá en un superhéroe y su misión será decirle al niño dibujado (silueta) porque los pensamientos que está teniendo no son ciertos y mostrar porque estos no tienen validez. El facilitador deberá ir anotando todo lo que el niño vaya diciendo en tarjetas y luego cambiarlas por instrucciones positivas que el niño posteriormente deberá repetir.</p> <p>Ejemplo: Silueta: Mis piernas son flacuchas y débiles. Superhéroe: No tienes razón al decir que tus piernas son débiles porque estas te sirven para caminar rápido y llegar temprano a estudiar</p>	25”

				<p><b>Cierre:</b> Se formará un círculo con los participantes y cada participante deberá verbalizar una situación que le cause una emoción desagradable y deberá cambiarlo por una frase positiva y lo repetirá por tres veces y finalmente deberá colocar su huella con tempera y también haciendo su nombre en símbolo de una promesa que cada vez que sienta un pensamiento negativo lo cambiara por uno positivo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	10"
3	Aprendiendo de mí mismo, es valorar cada parte de mí.	<p><b>Técnica del espejo:</b> Es una técnica que sirve para mejorar el autoconcepto y autoestima en general, está basada en la observación personal de cada uno frente al espejo, así como</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>Se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente de trabajo y a medida que se van desplazando el facilitador le dará indicaciones: respiro profundamente, le toco la mano a mi compañero, me doy un abrazo, forman parejas y le digo a mi compañera algo positivo, etcétera.</p> <p>Luego se pedirá que se sienten en forma de círculo y la facilitadora tendrá en su mano 2 bolillo de lana de color rojo y</p>	10"	

			<p>en la que realiza el entono en el que nos desarrollamos, se aplica una serie de preguntas que podremos guiarnos y hagamos nuestra propia introspección y expresemos lo que se observa en el espejo. (RIZALDOS, 2015)</p>	<p>otra de color negro(el rojo representa lo positivo y el negro lo negativo o aspectos que necesito mejorar) el ejemplo lo dará la facilitadora, si considero verbalizar un aspecto positivo lanzo primero el bolillo de color rojo y luego el negro, esta actividad hasta que participen todos mis compañeros, luego diré un aspecto negativo o un área que necesito mejorar y la cambio por una positiva y finalmente rompo un pedazo de color negro.</p>	
				<p><b>Proceso:</b> Los participantes deberán hablar sobre los aspectos que se le dificultan y en las cuales se cree malo (pensamientos oruga), así también irán expresando que es lo que les hace sentir estos pensamientos. Después deberán escribir en unas mariposas de papel como cree que los pensamientos oruga pueden modificarse y mejorar. Cuando se haya de terminado de trabajar los evocaran y utilizando un ventilador se pondrán a volar las mariposas, como símbolo de que en ese momento se decide empezar a modificar sus pensamientos oruga estos podrán cambiar en mariposas y cambiar su conducta.</p> <p>Utilizando una botella transparente de la calma, los participantes deberán pensar en una situación conflictiva y la botella será agitada y el participante deberá verbalizar soluciones hasta que a botella se calme. (Se trabajará con música instrumental).</p>	30"
				<p><b>Cierre:</b> Se habla con los estudiantes acerca de los pensamientos y emociones que provoca en el darse un gusto personal. Se les contara casos de niños que han aprendido a valorarse como personas.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza,</p>	10"

				<p>felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	
Ser Autoresponsable	4	Soy un niño feliz	<p><b>Juego de Roles:</b> Un juego de rol es un juego interpretativo-narrativo en el que los jugadores asumen el "rol" de personajes imaginarios a lo largo de una historia o trama en la que interpretan sus diálogos y describen sus acciones. No hay un guion a seguir, ya que el desarrollo de la historia queda por completo sujeto a las</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>La facilitadora formará 3 grupo, el grupo uno será la greda, y su actitud es de disposición, ellos no podrán realizar ningún movimiento, el grupo dos serán los escultores, el cual serán los encargados de moldear con los cuerpos del grupo uno y no podrán realizar ningún movimiento sin orden previa. El grupo tres son los gestores de la estatua, este grupo va pensar y decidir que estatua quiere realizar y dar las indicaciones al grupo dos para que las realice. Ellos no pueden hacer gestos solo hablar. Cada vez que se dé una escultura se dará los aplausos los grupos rotarán. Al terminar la actividad se les preguntará: ¿Sí tuvieran elegir un grupo cuál eligieran?, ¿por qué?, ¿Quién crees que lo hizo mejor?, ¿Por qué?.</p>	10"
				<p><b>Proceso:</b> La facilitadora les proporcionará a los estudiantes diferentes títeres movibles, y les explicará el uso: "Éstos son los títeres de problemas. Ellos están para ayudarles a resolver sus problemas". Yo siempre les doy un trato especial a los títeres de problemas. Viven en una caja de zapatos marcada especialmente. Hago que los participantes les pongan</p>	25"



			<p>decisiones de los participantes. (Burg, 2009).</p>	<p>nombres. Luego se formaran grupos de 5 personas.</p> <p>2. Se le presentarán diferentes situaciones y cuando haya un conflicto, ellos deberán usar los títeres para dramatizar la situación.</p> <p>3. Se detendrá el juego de roles de títeres en el punto del conflicto. Se solicitará sugerencias para resolver el problema y finalmente se Incorporará sugerencias y se dará por terminado el juego de roles.</p>	
				<p><b>Cierre:</b> Se formará un círculo y la facilitadora colocara en el centro una caja que será llamado el Buzón de las emociones.</p> <p>La facilitadora le pedirá a un participante que tome una tarjeta y lea el sentimiento escrito. Los otros participantes deben reaccionar con sus caras y cuerpos ante tal sentimiento.</p> <p>De manera alternativa, haga que un estudiante tome una tarjeta y que actúe sin mostrársela al grupo. El grupo debe intentar adivinar el sentimiento escrito en la tarjeta o finalmente puede leer una pequeña historia y ver cuál es la reacción de los participantes al escuchar la historia.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	15"

	5	Controlo mis emociones	<p><b>La Respiración:</b> Es un proceso esencial en la regulación de la actividad metabólica del organismo. Mediante el intercambio de gases durante la respiración se produce tanto el aporte de oxígeno necesario para las funciones celulares, como la expulsión de los que se generan en dicha combustión. (Speads, 1988).</p>	<p>Inicio: La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: “CADA DÍA SOY MEJOR”</p> <p>-Se formarán dos equipos y se colocarán frente a frente, los integrantes de un equipo se colocarán una nariz roja y deberán reírse de tal manera que deben lograr que el otro equipo se ría, luego se invierten los papeles.</p>	10 “
				<p><b>Proceso:</b> Se formarán dos equipos de unos seis participantes. Luego se trazarán dos líneas paralelas separadas por unos cinco metros de cada equipo, la mitad de los jugadores tras una línea y la otra mitad frente a ellos tras la otra línea.</p> <p>Se da la indicación que un integrante de cada equipo deberá salir soplando la bola, debe llegar hasta el compañero de equipo que tiene frente a sí, este tomará el relevo, soplando la bola, y volverá a llevarla al punto de origen. Así sucesivamente, hasta que hayan participado todos los componentes del equipo.</p> <p>Luego se les presentara situaciones para que los participantes se las imagine y posteriormente se les entregara a los participantes tarjetas y un lápiz donde ellos deberán de anotar aquellas situaciones complicadas que le generan pánico y colocarlo en la cajita de sugerencias que estará en el centro de ellos, con la finalidad de usarlas de ejemplo y realizar ejercicios de respiración y relajación.</p>	25”
				<p><b>Cierre:</b> La facilitadora les pedirá a los participantes que formen dos líneas rectas y que se coloquen frente a frente luego que se acuesten y en medio de los participantes se les presentará un</p>	

				<p>cordel de globos de diferentes colores ellos deberán de cerrar sus ojos y escuchar lo que la facilitadora les diga luego les pedirán que dibujen un rostro de una emoción de acuerdo a su percepción de la historia luego que han dibujado la cara emotiva deberán respirar concentrándose en el globo y finalmente reventarlo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que colorea el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	15”
	6	Pienso y actuó con responsabilidad	<p>- <b>El ABC:</b> Son creencias, ideas, pensamientos, las interpretaciones y percepciones que las personas realizan de sí mismo en relación de los demás al futuro y del mundo. (ELLIS, 2008).</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: “CADA DÍA SOY MEJOR”</p> <p>-Se colocará globos en diferentes lugares del ambiente, luego se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente y que escuchen atentamente a lo que dice la facilitadora y ellos deben imaginarse que los globos son personas, objetos que encontramos en nuestra vida diaria. De acuerdo a la indicación ellos deberán elegir cuál es su actuar reventar los globos, abrazar el globo, mirar el globo, etc.</p> <p><b>Proceso:</b> se formara un circulo con los participantes y se les pedirá que en voz alta cuenten una situación de su vida diaria y</p>	10”

			<p><b>-Técnica de la Tortuga:</b> Se enseña al niño a replegarse dentro del caparazón imaginario cuando se sienta amenazado, al no poder controlar sus impulsos y emociones ante estímulos ambientales. (ROBIN, 2008).</p>	<p>como reaccionaron ante ello, la facilitadora dará el ejemplo: yo Tatiana cuando no le sale las cosas como las plantea grito, etc.</p> <p>Luego se les entregara una hoja el cual ellos deben de completar con lo que sientes, piensas y hacen ante una situación luego de completarlo lo compartirán con el grupo, la facilitadora deberá intervenir en caso que sea necesario, para finalmente enseñarle a analizar los problemas, pensar y reaccionar ante ellos con las burbujas del enojo.</p>	20”
				<p><b>Cierre:</b> Se les entregara a un grupo de participantes unas tarjetas de situaciones conflictivas y al otro grupo tarjetas de alternativas, de manera interactiva ellos deberán leer la situación y los que tienen las alternativas deberán leerlas y en manera conjunta se tomara la mejor decisión sobre qué hacer en el caso de....</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que colorea el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	15”
Autoafirmación	7	Reafirmando cada momento vivido, es aprender a vivir: Construyo un nuevo	<p><b>Modelado:</b> Modelar a alguien es coger a una persona que sea buena</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: “CADA DÍA SOY MEJOR”</p>	

		por venir	<p>en X cosa, normalmente en una virtud o habilidad que te gustaría aprender o desarrollar en ti, para que te sirva como modelo o figura de referencia para observarla y después imitar su modus operandi y de esta forma adquirir tú también esa habilidad o virtud. (IGLESIA, 2015).</p>	<p>-Se formará un círculo con los participantes y se le entregará a un participante un sobre donde deberá leer lo que dice. "Tengo derecho a existir", y luego se les preguntará al grupo le creyeron lo que dijo. Para luego los demás participantes deberán Repetir la frase, uno por uno, por lo menos cinco veces. Se hará conciencia de lo que la frase significa, mediante comentarios y reflexiones acerca de la frase.</p>	10"
				<p><b>Proceso:</b> Se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente y que ejecuten las mismas actividades que realiza la facilitadora (abrazarse, mirar a un compañero, tomarle la mano a un compañero, etc.). Luego se les pedirá a los estudiantes que se coloquen en un lugar donde más cómodos se sientan. Se les entregará una hoja con crayolas y se les pedirá que dividan la hoja en dos partes, en la parte izquierda deberán representar con un dibujo como se percibían unos meses atrás y en la parte derecha como se perciben ahora, luego detrás de la hoja deberán escribir sus aspectos positivos.</p>	25"
				<p><b>Cierre:</b> Se realizara un circulo y a modo de ejemplo la facilitadora se colocara en el centro y mirara al espejo y dirá: yo valgo mucho porque... (mencionará sus aspectos positivos)</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las</p>	10"

				sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.	
	8	Explorando cada parte de mí.	<p><b>Exposición en Grupo:</b> La exposición en grupo se refiere a la planificación y evaluación de las sesiones de exposición en un contexto grupal, manteniendo la ejecución de la propia exposición de forma individual. (Ferebee y Furmank, 1997)</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>Se les contará a los participantes la metáfora de "Las cuatro semillas". Luego de escuchar la metáfora se hablará acerca de lo que piensa los alumnos acerca de la misma.</p>	5"
				<p><b>Proceso:</b> La facilitadora les entregará material para que pueda crear un anuncio publicitario, este deberá ser creativo y en el cual debe promocionarse a sí mismo. En este anuncio debe incorporar cualidades positivas, logros y aspectos que pueda destacar de su persona y lo deberá exponer frente al grupo logrando convencer de lo que son y valen. Los demás compañeros observarán el trabajo de sus compañeros y darán palabras de alago.</p> <p>-La facilitadora les leerá una serie de situaciones complicadas a los participantes las cuales pueden suceder de aquí en adelante y se le pedirá que diga cómo piensa actuar frente a cada una de ellas y se destacará los recursos y crecimiento personal que ha obtenido a lo largo de las sesiones.</p>	25"
				<p><b>Cierre:</b> se les pedirá a los participantes que de manera interactiva comentarán que les pareció las actividades trabajadas el día de hoy y finalmente se les pedirá que se den un abrazo y una sonrisa para fortalecer lo aprendido.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado</p>	

				un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que colorea el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.	15"
9	Jugando aprendo a controlar mi niño interior	<b>Reforzamiento Positivo:</b> Implica presentar un reforzador siempre que se realice la conducta objetivo. Este tipo de reforzamiento conviene utilizarlo para aumentar la frecuencia de respuestas débiles o muy inestables o cuando pretendemos instaurar una nueva conducta	<b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.  Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"  -La facilitadora les presentara a los participantes un correccaminos con un dado y les pedirá a cada participante que lance el dado y de acuerdo al número deberá abrir un sobre y contestar la pregunta. A modo de ejemplo: ¿Qué harías tú ante un problema?, ¿Qué es para ti la felicidad?, etc.	15"	
			<b>Proceso:</b> La facilitadora les pedirá a los participantes un poco de la evolución que ha experimentado en las sesiones trabajadas, se trabaja a manera de línea del tiempo en donde se recogerán los sentimientos, emociones y pensamientos con los cuales inicio el paciente.  -Junto con la facilitadora los estudiantes deberán realizar una torre con piezas de jenga cada vez que pongamos una pieza se ira diciendo algo significativo que se lleva de las sesiones trabajadas. Cuando la torre se caiga la facilitadora les dirá a los participantes "Está bien si la torre se cae. Siempre y cuando se recuerde de las cosas aprendió y que siempre la puede volver a	20"	

			<p>en el repertorio del individuo. (Skinner, 1953).</p>	<p>armar” y se volverá armar hasta que todos los participantes reciban palabras de halagos.</p> <p><b>Cierre:</b> Los participantes observaran un video y luego se hará la reflexión final del video. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=o_cb5G08Fy0">https://www.youtube.com/watch?v=o_cb5G08Fy0</a>, del tema trabajo la autoafirmación.</p> <p>Evaluación. Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	10”
Vivir con propósito	10	Tomamos decisiones adecuadas	<p><b>Modelo interactivo:</b> Sostiene que la competencia social sería el resultado final de una cadena de procesos cognitivos y de conducta que se iniciará con una percepción correcta de</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: “CADA DÍA SOY MEJOR</p> <p>La facilitadora les pedirá a los participantes que formen una fila y que coloquen sus manos en el hombro del compañero que está delante, de tal manera formen un ciempiés imaginario, el cual deberá moverse por el espacio dando giros, a voluntad, los participantes deberán ponerse de acuerdo para decidir los movimiento del ciempiés sin romperse, porque el gusano dejaría de existir. ¿Podrán mantener vivo y activo al gusano?, Cuando los participantes estén en forma de ciempiés se les dará</p>	15”



			estímulos interpersonales relevantes, seguiría con el procesamiento flexible de esos estímulos para producir y evaluar posibles opciones de respuesta de las cuales se seleccionaría la mejor y finalizaría con la expresión de la alternativa de acción elegida (Schlundt y McFall 1985).	algunas indicaciones como: formen un nudo, etcétera.	
				<p><b>Proceso:</b> La facilitadora le explicará a los participantes sobre la nueva palabra que será empleada en la actividad: ERGO significa “por consiguiente” en latín. Luego se les entregará unas tarjetas en forma de escaleras que significan lo peldaños que ellos deberán alcanzar con sus buenas decisiones, por ejemplo: Andrea no sabe si estudiar para su examen o salir con sus amigas; ergo. . . Pedrito se no sabe si ir o no a una fiesta porque no tiene ropa nueva; ergo. . . etc.</p> <p>Luego se formara un círculo para que los alumnos junto con la facilitadora puedan interactuar sobre las respuestas de sus ERGOS. Tales como: ¿Qué pistas usaste para deducir tus ergos? ¿De qué manera te basaste en tu propia experiencia? ¿Qué otro tipo de información sería útil para deducir ergos? ¿Cómo podrías encontrar esa información?, etcétera.</p>	20”
				<p><b>Cierre:</b> La facilitadora les entregará a todos los participantes una pista y algunos de ellos tendrán dos o tres tarjetas una de las tarjetas será la pista y las otras tarjeta será “rellenó” (la información irrelevante para el caso) luego se les explicará, "cada uno de ustedes tiene una pista que puede ser o no ser útil para resolver el misterio, deben considerar toda la información e intenten llegar a un consenso para encontrar la respuesta, no pueden mostrarle su tarjeta a nadie más; sólo pueden leerla en voz alta. Esta actividad se trabajará con tiempo. Luego se dará la reflexión de la actividad.</p> <p>Evaluación. Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado</p>	10”

				un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.	
11	Ejemplos de mi vida diaria	<p><b>Modelo interactivo:</b> Sostiene que la competencia social sería el resultado final de una cadena de procesos cognitivos y de conducta que se iniciará con una percepción correcta de estímulos interpersonales relevantes, seguiría con el procesamiento flexible de esos estímulos para producir y evaluar posibles</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR</p> <p>La facilitadora formará grupos de 5 o 6 y les entregará un sobre cerrado el cual contendrá un rompecabezas de una situación de la vida diaria, los participantes deberán armar el rompecabezas sin hablar, sin hacer gestos, solo deben observar y esperar que el compañero entregue su pieza para poder tener la situación, cada grupo deberá manejar la situación, luego deberán organizarse y salir al frente para representar su situación mediante gestos, mímicas sin hablar, luego deberán hacer una señal que ahora simulación gestualmente la solución.</p> <p>Finalmente se les pedirá a los demás grupos que den su punto de vista de solución al problema.</p>	15"	
				<p><b>Proceso:</b> La facilitadora colocara en un parte del ambiente un plano de una ciudad extendiéndolo en un mural, luego se les explicará a los participante que tendrán un tiempo determinado para que observen la mini ciudad y luego se pedirá la participación voluntaria de un de los asistentes para que</p>	

			<p>opciones de respuesta de las cuales se seleccionaría la mejor y finalizaría con la expresión de la alternativa de acción elegida (Schlundt y McFall 1985).</p>	<p>coloque una bandera en la parte de la ciudad que más le guste, esta participación se hará hasta que todos los asistentes coloquen su bandera en alguna parte de la ciudad. Luego se hará la reflexión al respecto ¿Por qué elegiste esta parte de la ciudad?, ¿Qué aspectos positivos encontraste en esta parte de la ciudad?, ¿te gustaría una ciudad en tu vida así, qué debes de hacer para lograrlo?, etcétera.</p>	25"
				<p>-Se formara un círculo y junto con la facilitadora realizaran una reflexión por qué eligieron cada ciudad y cada participante realizara un compromiso en frente del grupo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra</p>	10"
12	Sé exactamente cómo te sientes	<p><b>Rol playing:</b> Para incorporar realmente las habilidades entrenadas a su repertorio y ponerlas en</p>	<p><b>Inicio:</b> La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR</p> <p>La facilitadora junto con los participantes formara un círculo y les explicará que esta es la última sesión que se trabajará y para</p>		

			<p>práctica en situaciones naturales, puede inicialmente ensayarlas en situaciones simuladas. En realidad, el niño o niña ensaya la habilidad o conducta en un contexto simulado, más controlado y estructurado que le permite adquirir confianza y seguridad sin ningún riesgo de fracaso. (Gamson, 1974)</p>	<p>ellos haremos una reflexión final, que nuestra misión final es poder reconocer como fue las primeras experiencias al terminar la participación deberán lanzar el ovillo de lana de color negro a cualquiera de mis compañeros, luego contare como me siento ahora y al terminar lanzaré el otro ovillo de lana de color blanco. (Esta actividad se trabajará hasta que participen todos.)</p>	
				<p><b>Proceso:</b> Se formarán grupos y se les explicará a los participantes que deberán actuar una situación en específico que cada grupo elegirá de como iniciamos en las primeras sesiones y como se encuentran ahora. Luego se hará la reflexión final, brindando a los participantes algunas pautas que les servirá en un futuro.</p>	
				<p><b>Cierre:</b> Se les entregará un folio, revistas y diferentes material que los ayude a realizar su álbum futuro el cual contendrá, su presente, sus metas, algunas pautas que ellos mismos elaboraran, por ejemplo como enfrentar situaciones complicadas en nuestra vida, etcétera.</p> <p>Estos álbumes serán conservados por los participantes.</p> <p>Evaluación. Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que colorea el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las</p>	

				<p>sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra</p> <p>Se les entregará un reconocimiento por la participación de los estudiantes y finalmente un pequeño compartir.</p>	
--	--	--	--	---	--

## V. RECURSOS

### **RECURSOS HUMANOS**

- Directora de la I.E. 14789
- Profesores de la institución.
- Practicantes de psicología.
- Participantes

### **RECURSOS MATERIALES**

- Cartulinas
- Cintas
- Microporosos
- Cámara fotográfica
- Fichas
- Lapiceros
- Papel crepe
- Títeres
- Cuentos
- Videos
- Temperas
- Hojas
- Goma
- Carteles
- Computadora
- Registro de control de criterios
- Instrumento de medición

## VI. CONDUCTA FINAL:

Al finalizar este programa de Afrontamiento Emocional se espera que los niños víctimas de Maltrato psicológico, logren potencializar su autovaloración como persona, para así tener un mejor desarrollo social.

## VII. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

### 8.1 CONOCIMIENTOS:

<b>MOMENTOS</b>	<b>TÉCNICAS DE EVALUACIÓN</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
<b>Antes</b>	Evaluación Psicológica	Escala de Autoestima Escolar de Cesar Ruiz Alva
<b>Durante</b>	Observación	Lista de Cotejo
<b>Final</b>	Evaluación Psicológica	Escala de Autoestima Escolar de Cesar Ruiz Alva

### 8.2 ACTITUDES:

<b>MOMENTOS</b>	<b>TÉCNICAS DE EVALUACIÓN</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
<b>Antes</b>	Observación	Registro de observación

<b>Durante</b>	Observación	Lista de cotejo
<b>Después</b>	Observación	

## VIII. REFERENCIAS

- BRANDEN, N. (2002). *La psicología de la autoestima* . Buenos Aires : Paidós Ibérica S.A .
- ELLIS, N. (2008). *TECNICAS CONDUCTUALES* . España : Epodos .
- Furmank, F. y. (1997). *Tecnicas de Grupo* . España : Paimos .
- RIZALDOS, M. (3 de junio de 2015). *RIZALDOS- psicología clinica online* . Obtenido de RIZALDOS- psicología clinica online: <https://www.rizaldos.com/2015/06/03/autoestima-tecnica-del-espejo/>
- RUIZ, E. (2004). *Programa de Educacion Emocional para niños y jovenes* . Chile : Editorial Internacional .
- SANTROCK, W. (2006). *Psicología de la Educacion*. Mexico : Segunda edicion interamericana Mexico .
- TORAN, F. (2018 ). *LIBRO DE AUTOAFIRMACION PERSONAL* . VALENCIA : ESPAÑA EDICIONES .



## SESION N° 01

### APRENDIENDO A CONOCERME

#### I. INTRODUCCIÓN

El autoconcepto es un proceso mediante el cual se adquiere conocimiento acerca de sí mismo, en un momento particular del tiempo y que define una serie de circunstancias internas y externas que determinan la forma de pensar, sentir, comportarse y relacionarse, aparte de las actitudes que uno posee y todo aquello que le interesa y motiva hacia la satisfacción de las necesidades personales. Nuestra forma de ser no es estática ni definitiva a lo largo de la vida, aunque hay algunas características que acompañan al individuo a lo largo de su vida. La forma de pensar, sentir, comportarse, relacionarse, los intereses y motivaciones son distintas en las diversas etapas evolutivas de la vida y aunque el conocimiento de uno mismo es acumulativo y adaptable a las circunstancias de la vida presente, la implementación de ese conocimiento no será idéntico en la adolescencia y en la adultez. (SANTROCK, 2006). Por ejemplo.

El proceso de autoconcepto involucra un estado de observación de uno mismo que permita identificar, interpretar, evaluar y modificar las manifestaciones de los estados internos y las manifestaciones que se hagan hacia el ambiente externo. Se trata de reconocer los propios pensamientos, emociones y conductas, reconocer los patrones que se dibujan en nuestro proceder cotidiano y que trascienden hasta convertirse en nuestra personalidad e identidad.

#### II. OBJETIVO:

Ψ Determinar el autoconcepto que el niño tiene de sí mismo.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Seguimiento de instrucciones.
- Ψ Capacidad de escucha.
- Ψ Disposición frente al trabajo individual y grupal.
- Ψ Imitación de gestos de un adulto.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "Cada día Soy Mejor"</p> <p>Les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente, luego formarán un círculo y se les mostrará unos lentes y les dirá que son los lentes de la confianza se pedirá un voluntario para iniciar la actividad quien deberá ponérselos y colocarse en el centro del círculo, deberá caminar y elegir a un compañero, quien los usará los lentes y dará un paso al frente y deberá verbalizar sus aspectos que más le agrada y cuáles no, así hasta que participen todos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Música Instrumental.</li> <li>-Anteojos</li> <li>-Mp3</li> <li>-Laptop</li> <li>-Parlantes.</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>Se les narrará a los participantes una historia "La Rosa Blanca de mi Vida". Se apertura el diálogo al finalizar la misma. Jardín de flores: Se le indica a los niños que deberán realizar un jardín con diferentes flores, este jardín se llamara "Jardín de Pensamientos". Los participantes dibujarán diferentes flores las que crean conveniente. En los pétalos de las flores irán escritas sus emociones, en el tallo irán escritos los pensamientos y el suelo será el acontecimiento que me lleva a tener esos pensamientos y emociones (basándose en su cuerpo y experiencias personales). Todo este ejercicio va relacionado a los pensamientos irracionales que los niños tienen sobre sí mismo. Utilizando las creencias del jardín de pensamientos, se les dará tarjetas a los niños en donde deberá de tornar esas creencias en afirmaciones positiva utilizando la frase YO SOY_____.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Cuento</li> <li>-Hojas</li> <li>-Lápiz</li> <li>-Colores</li> <li>-Tarjetas de cartulinas</li> </ul>	25"
CIERRE	<p>Los participantes deberán pararse uno por uno frente a un espejo viéndose a los ojos y deberá de repetir las frases que escribió en las tarjetas. Se terminara realizando respiraciones profundas.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Espejo</li> <li>-Música Instrumental</li> <li>-Crayolas</li> <li>-Hojas Aplicativas de las Emociones.</li> </ul>	15"

**V. EVALUACIÓN:**

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"><li>Ψ Evoca sus características personales a través de situaciones.</li><li>Ψ Participa en las actividades planteadas.</li><li>Ψ Muestra entusiasmo al momento de ejecutar las actividades.</li></ul>

## ANEXOS SESIÓN N° 01

### CUENTO

En un jardín de matorrales, entre hierbas y maleza, apareció como salida de la nada una rosa blanca. Era blanca como la nieve, sus pétalos parecían de terciopelo y el rocío de la mañana brillaba sobre sus hojas como cristales resplandecientes.

Ella no podía verse, por eso no sabía lo bonita que era. Por ello pasó los pocos días que fue flor hasta que empezó a marchitarse sin saber que a su alrededor todos estaban pendientes de ella y de su perfección: su perfume, la suavidad de sus pétalos, su armonía. No se daba cuenta de que todo el que la veía tenía elogios hacia ella. Las malas hierbas que la envolvían estaban fascinadas con su belleza y vivían hechizadas por su aroma y elegancia.

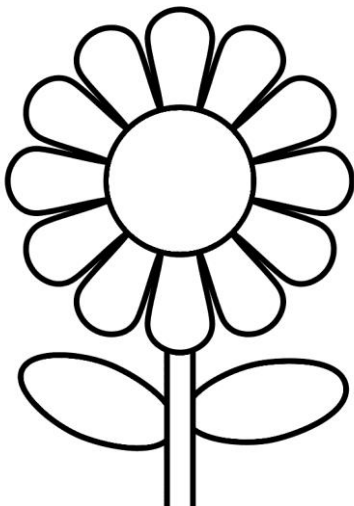
Un día de mucho sol y calor, una muchacha paseaba por el jardín pensando cuántas cosas bonitas nos regala la madre tierra, cuando de pronto vio una rosa blanca en una parte olvidada del jardín, que empezaba a marchitarse. –Hace días que no llueve, pensó – si se queda aquí mañana ya estará mustia. La llevaré a casa y la pondré en aquel jarrón tan bonito que me regalaron.

Y así lo hizo. Con todo su amor puso la rosa marchita en agua, en un lindo jarrón de cristal de colores, y lo acercó a la ventana.- La dejaré aquí, pensó –porque así le llegará la luz del sol. Lo que la joven no sabía es que su reflejo en la ventana mostraba a la rosa un retrato de ella misma que jamás había llegado a conocer.

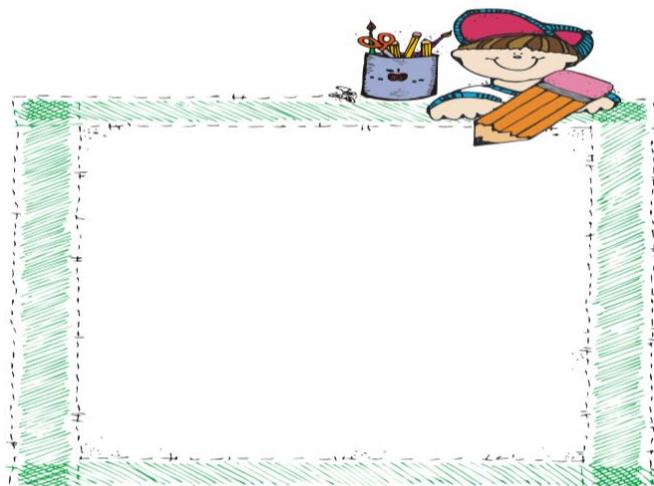
-¿Esta soy yo? Pensó. Poco a poco sus hojas inclinadas hacia el suelo se fueron enderezando y miraban de nuevo hacia el sol y así, lentamente, fue recuperando su estilizada silueta. Cuando ya estuvo totalmente restablecida vio, mirándose al cristal, que era una hermosa flor, y pensó: ¡¡Vaya!! Hasta ahora no me he dado cuenta de quién era, ¿cómo he podido estar tan ciega?

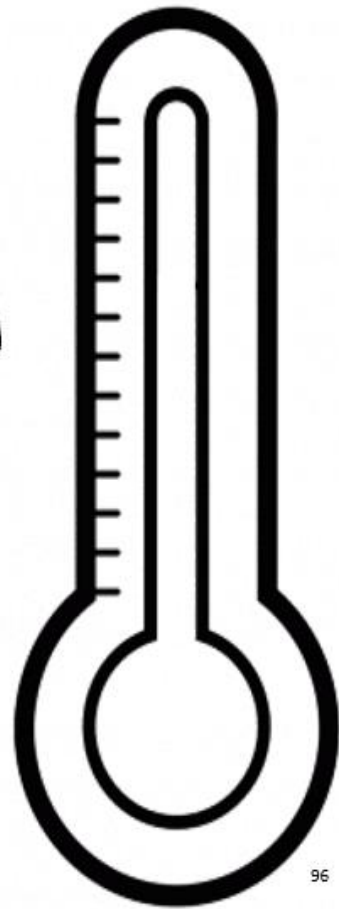
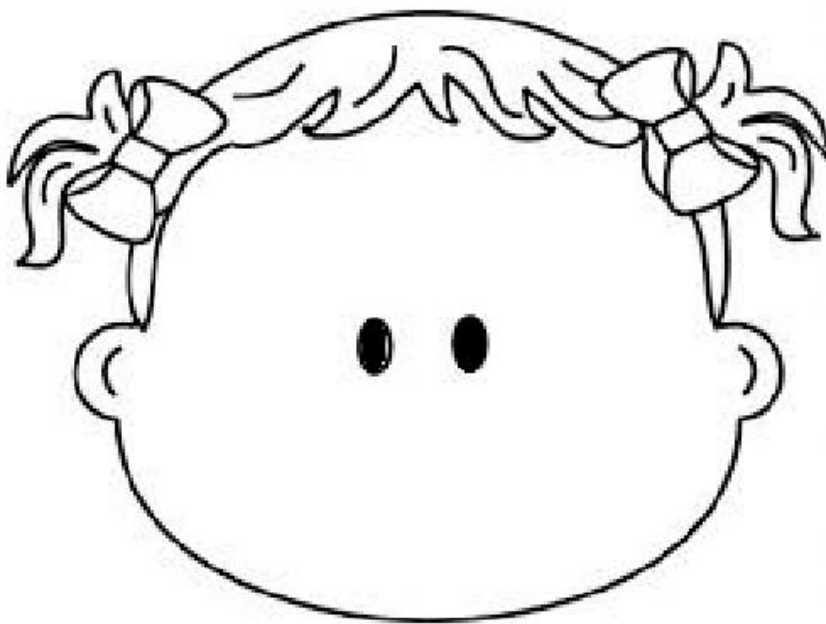
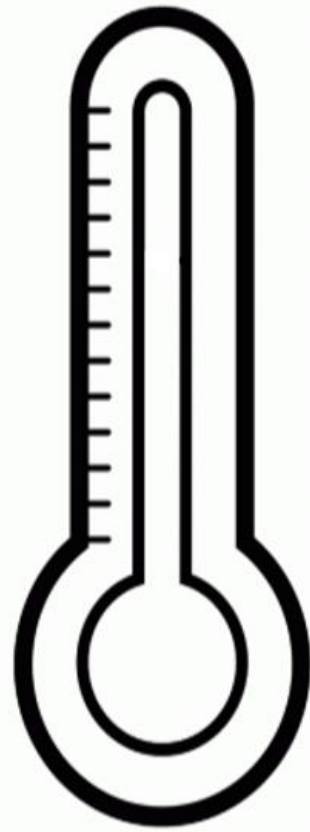
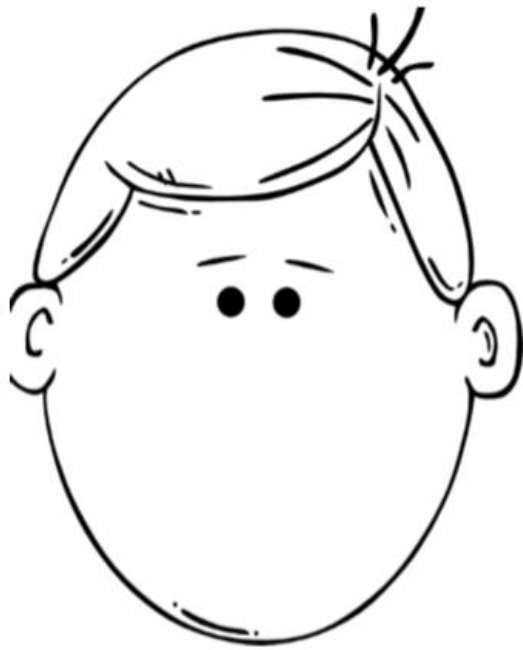
La rosa descubrió que había pasado sus días sin apreciar su belleza. Sin mirarse bien a sí misma para saber quién era en realidad. Si quieres saber quién eres de verdad, olvida lo que ves a tú alrededor y mira siempre en tu corazón.

#### \* LA FLOR DEL PENSAMIENTO



#### - TARJETA DE AFIRMACIONES POSITIVAS





## SESION N° 02

### EXPLORANDO MI MUNDO INTERIOR

#### I. INTRODUCCIÓN

El autoconcepto es un proceso mediante el cual se adquiere conocimiento acerca de uno mismo, en un momento particular del tiempo y que define una serie de circunstancias internas y externas que determinan la forma de pensar, sentir, comportarse y relacionarse, aparte de las actitudes que uno posee y todo aquello que le interesa y motiva hacia la satisfacción de las necesidades personales. Nuestra forma de ser no es estática ni definitiva a lo largo de la vida, aunque hay algunas características que acompañan al individuo a lo largo de su vida. La forma de pensar, sentir, comportarse, relacionarse, los intereses y motivaciones son distintas en las diversas etapas evolutivas de la vida y aunque el conocimiento de uno mismo es acumulativo y adaptable a las circunstancias de la vida presente, la implementación de ese conocimiento no será idéntico en la adolescencia y en la adultez. (SANTROCK, 2006). Por ejemplo.

El proceso de autoconcepto involucra un estado de observación de uno mismo que permita identificar, interpretar, evaluar y modificar las manifestaciones de los estados internos y las manifestaciones que se hagan hacia el ambiente externo. Se trata de reconocer los propios pensamientos, emociones y conductas, reconocer los patrones que se dibujan en nuestro proceder cotidiano y que trascienden hasta convertirse en nuestra personalidad e identidad.

#### II. OBJETIVO:

Ψ Lograr describir sus características personales, para que así puedan tomar conciencia de lo que sucede en su entorno.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Seguimiento de instrucciones.
- Ψ Capacidad de escucha.
- Ψ Disposición frente al trabajo individual y grupal.
- Ψ Imitación de gestos de un adulto.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación.</p> <p>Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>Se formarán grupo de 4 a 5 personas y se les entregará un sobre cerrado por grupo y cada sobre será de diferente color. Dentro del sobre encontraran piezas que al armarlo formara una situación como: una problemática de la vida diaria, momento agradable, etcétera, para que los participantes puedan verbalizar alternativas toman en situaciones similares; piensan antes de actuar o solo responden a los estímulos. Se realizara la retroalimentación final de la actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sobre de colores</li> <li>Rompecabezas de situaciones</li> <li>-Música Instrumental</li> </ul>	15"
PROCESO	<p>Se jugará "Jenga Preguntón". Cada pieza del juego de jenga tendrá una pregunta escrita abajo. Las preguntas irán dirigidas hacia aspectos del cuerpo de los y hacia los pensamientos que ellos tienen acerca de cada parte específica de su cuerpo. Después de responderlas será el turno de la facilitadora. En este juego se deberá de aprovechar para crear una conversación reflexiva en donde se dejará fluir la narración de los participantes por medio de las preguntas, asimismo también puede hacerse uso de los diferentes tipos de debates. Utilizando papelotes se dibujará la silueta de algunos participantes y con marcadores él deberá de escribir en cada parte del cuerpo pensamientos que tiene acerca de cada una.</p> <p>Luego se deberá de cambiar verbalmente estas creencias. El participante utilizando un títere se convertirá en un superhéroe y su misión será decirle al niño dibujado (silueta) porque los pensamientos que está teniendo no son ciertos y mostrar porque estos no tienen validez. El facilitador deberá ir anotando todo lo que el niño vaya diciendo en tarjetas y luego cambiarlas por instrucciones positivas que el niño posteriormente deberá repetir.</p> <p>Ejemplo: Silueta: Mis piernas son flacuchas y débiles. Superhéroe: No tienes razón al decir que tus piernas son débiles porque estas te sirven para caminar rápido y llegar temprano a estudiar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> <li>-Jengas</li> <li>-Frases</li> <li>-Papelotes</li> <li>-Plumones</li> <li>-Títeres</li> <li>-</li> </ul>	25"
CIERRE	<p>Se formará un círculo con los participantes y cada participante deberá verbalizar una situación que le cause una emoción desagradable y deberá cambiarlo por una frase positiva y lo repetirá por tres veces y finalmente deberá colocar su huella con tempera y también haciendo su nombre en símbolo de una promesa que cada vez que sienta un pensamiento negativo lo cambiara por uno positivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mp3</li> <li>-Música Instrumental</li> </ul>	10"

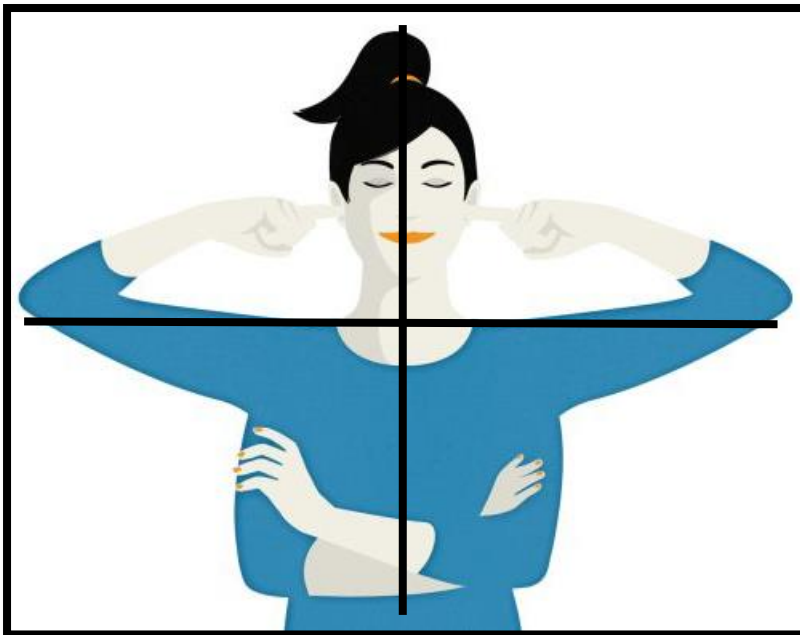
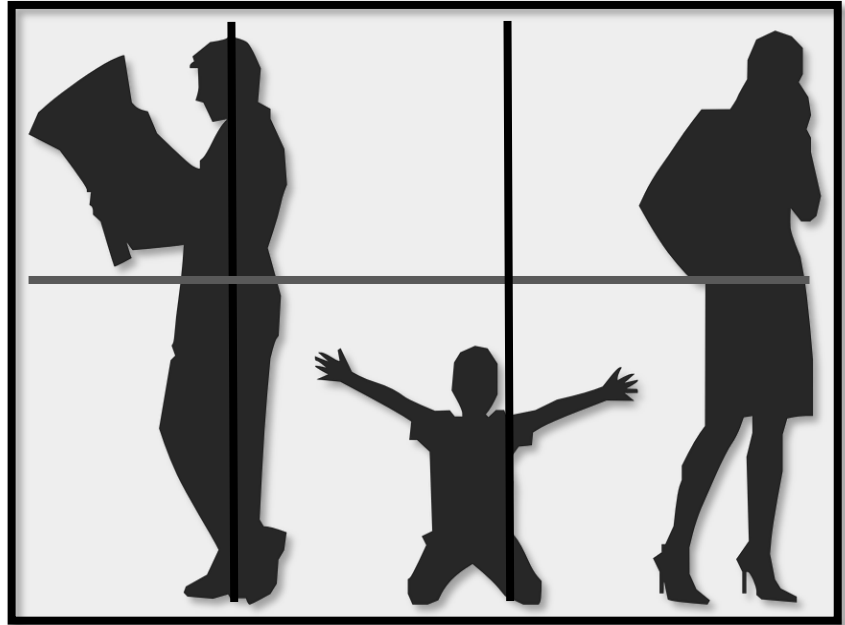
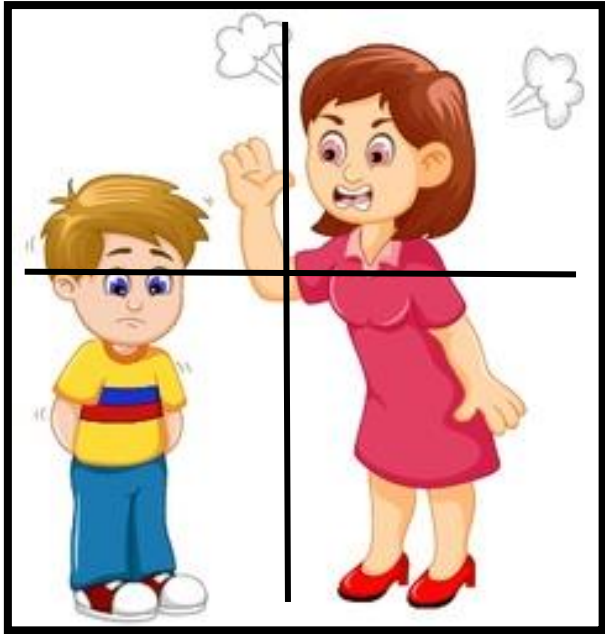
	<p><b>Evaluación.</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>		
--	---	--	--

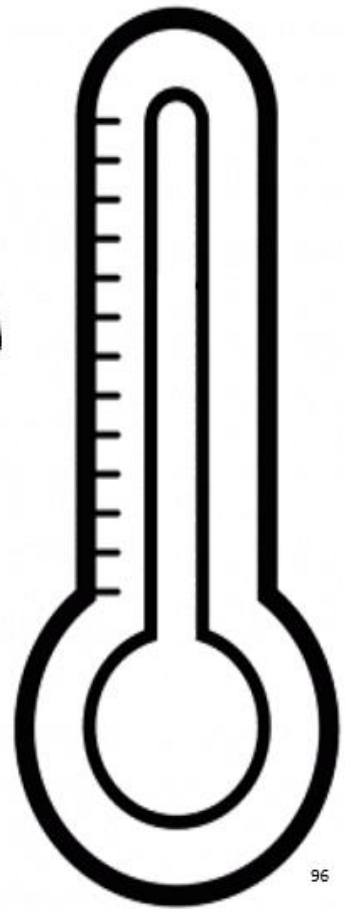
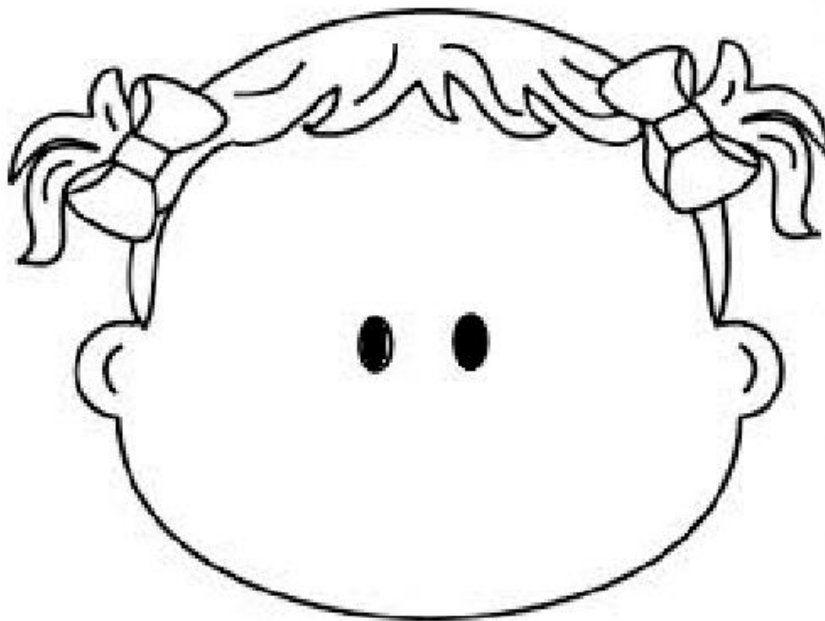
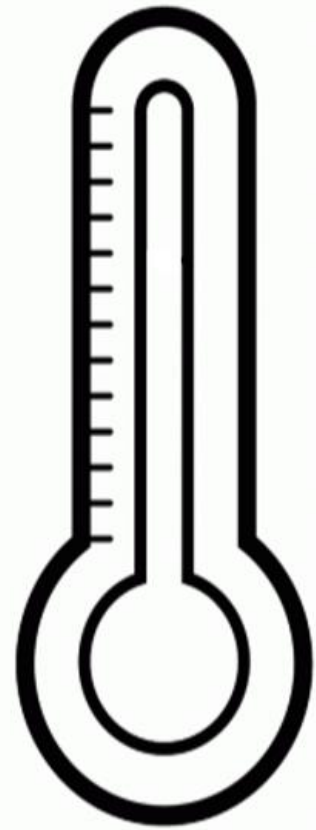
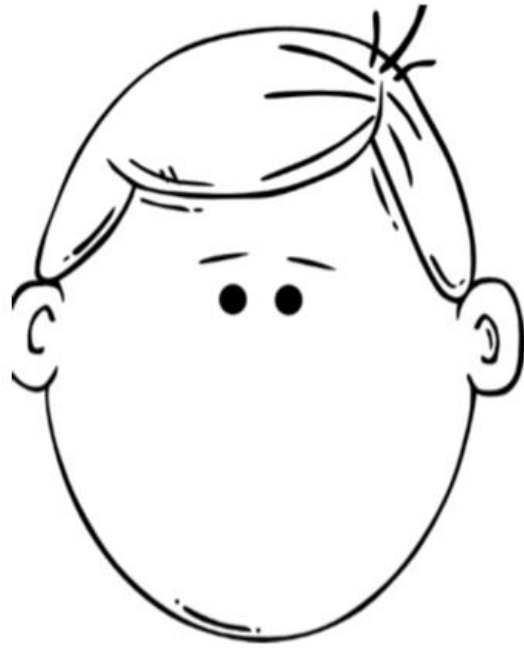
## V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Brinda opiniones frente al grupo.</li> <li>Ψ Escucha activamente cuando sus compañeros opinan frente al grupo.</li> <li>Ψ Participa con alegría y entusiasmo durante la sesión.</li> </ul>



ANEXOS SESIÓN N° 02





## SESION N° 03

### APRENDIENDO DE MI MISMO, ES VALORAR CADA PARTE DE MÍ

#### I. INTRODUCCIÓN

El autoconcepto es un proceso mediante el cual se adquiere conocimiento acerca de uno mismo, en un momento particular del tiempo y que define una serie de circunstancias internas y externas que determinan la forma de pensar, sentir, comportarse y relacionarse, aparte de las actitudes que uno posee y todo aquello que le interesa y motiva hacia la satisfacción de las necesidades personales. Nuestra forma de ser no es estática ni definitiva a lo largo de la vida, aunque hay algunas características que acompañan al individuo a lo largo de su vida. La forma de pensar, sentir, comportarse, relacionarse, los intereses y motivaciones son distintas en las diversas etapas evolutivas de la vida y aunque el conocimiento de uno mismo es acumulativo y adaptable a las circunstancias de la vida presente, la implementación de ese conocimiento no será idéntico en la adolescencia y en la adultez. (SANTROCK, 2006). Por ejemplo.

El proceso de autoconcepto involucra un estado de observación de uno mismo que permita identificar, interpretar, evaluar y modificar las manifestaciones de los estados internos y las manifestaciones que se hagan hacia el ambiente externo. Se trata de reconocer los propios pensamientos, emociones y conductas, reconocer los patrones que se dibujan en nuestro proceder cotidiano y que trascienden hasta convertirse en nuestra personalidad e identidad.

#### II. OBJETIVO:

- Ψ Evaluar el pensamiento negativo de los estudiantes ante un problema o situación conflictiva en la vida diaria.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Seguimiento de instrucciones.
- Ψ Capacidad de escucha.
- Ψ Disposición frente al trabajo individual y grupal.
- Ψ Imitación de gestos de un adulto.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

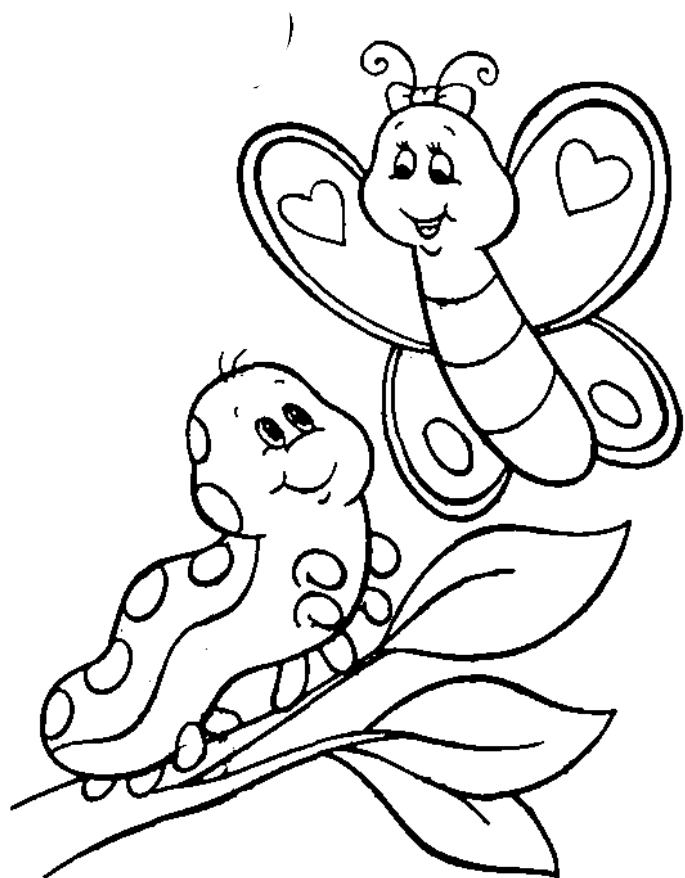
MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>Se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente de trabajo y a medida que se van desplazando el facilitador les dará indicaciones: respiro profundamente, le toco la mano a mi compañero, me doy un abrazo, forman parejas y le digo a mi compañera algo positivo, etcétera.</p> <p>Luego se pedirá que se sienten en forma de circulo y la facilitadora tendrá en su mano 2 bolillo de lana de color rojo y otra de color negro(el rojo representa lo positivo y el negro lo negativo o aspectos que necesito mejorar) el ejemplo lo dará la facilitadora, si considero verbalizar un aspecto positivo lanzo primero el bolillo de color rojo y luego el negro, esta actividad hasta que participen todos mis compañeros, luego diré un aspecto negativo o un área que necesito mejorar y la cambio por una positiva y finalmente rompo un pedazo de color negro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mp3</li> <li>-Laptop</li> <li>-Lana de color Rojo y Negro.</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>Los participantes deberán hablar sobre los aspectos que se le dificultan y en las cuales se cree malo (pensamientos oruga), así también irán expresando que es lo que les hace sentir estos pensamientos. Después deberán escribir en unas mariposas de papel como cree que los pensamientos oruga pueden modificarse y mejorar. Cuando se haya de terminado de trabajar los evocaran y utilizando un ventilador se pondrán a volar las mariposas, como símbolo de que en ese momento se decide empezar a modificar sus pensamientos oruga estos podrán cambiar en mariposas y cambiar su conducta.</p> <p>Utilizando una botella transparente de la calma, los participantes deberán pensar en una situación conflictiva y la botella será agitada y el participante deberá verbalizar soluciones hasta que a botella se calme. (Se trabajará con música instrumental).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hojas arcolor</li> <li>-lápiz</li> <li>-Colores</li> <li>-Ventilador</li> <li>-Botella de la calma</li> <li>-Mp3</li> <li>-Música instrumental</li> </ul>	30"
CIERRE	<p>Se habla con los estudiantes acerca de los pensamientos y emociones que provoca en el darse un gusto personal. Se les contara casos de niños que han aprendido a valorarse como personas.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mp3</li> <li>-Música Instrumental</li> </ul>	10"

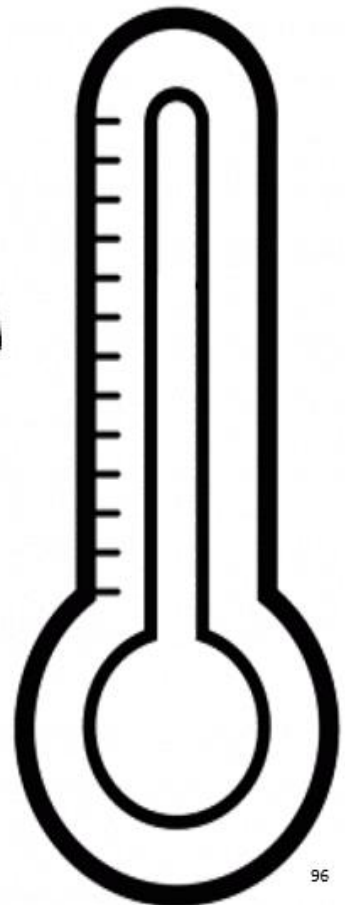
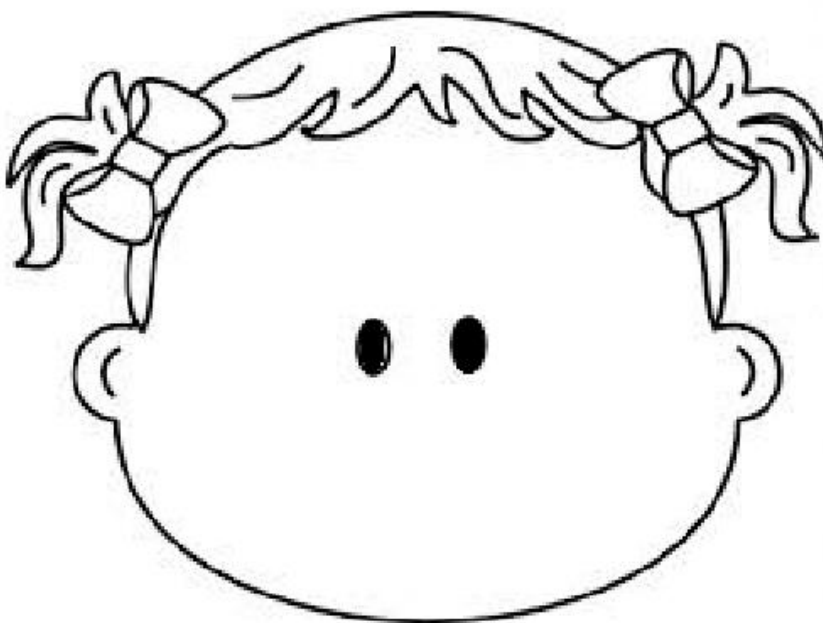
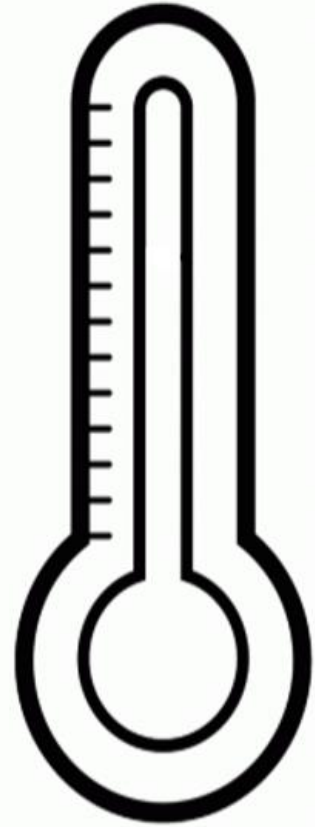
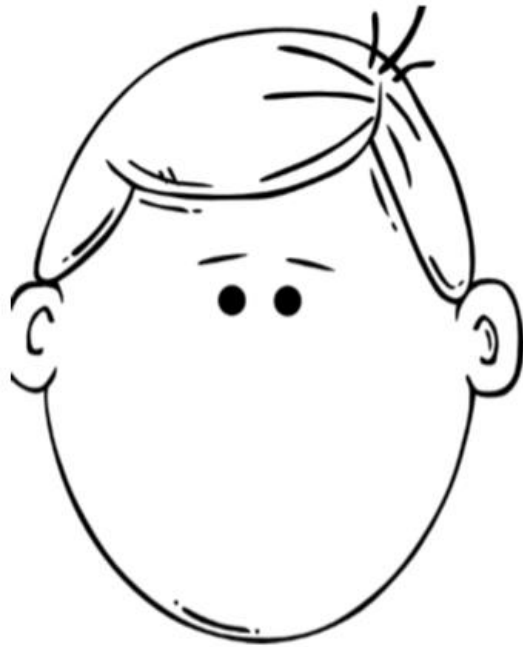
	<p>siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>		
--	--	--	--

## V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Brinda opiniones frente al grupo.</li> <li>Ψ Escucha activamente cuando sus compañeros opinan frente al grupo.</li> <li>Ψ Muestran seguridad para verbalizar sus pensamientos negativos frente a sus compañeros.</li> </ul>

ANEXO SESIÓN N°3





## SESION N° 04

### SOY UN NIÑO FELIZ

#### I. INTRODUCCIÓN

Las emociones son tan intensas y tan intempestivas que a menudo se requiere un esfuerzo tenaz para dominarlas, en lugar de que ellas nos dominen a nosotros, podríamos compararlas con un potro salvaje que trata de derribarnos a toda costa y que nos lleva por donde su desbocada y alocada carrera lo conduce. Podemos dejarlo que nos maneje de esta forma, o bien podemos domarlo y que realmente nos sea útil para ir a donde queramos dirigirnos.

Este control no significa supresión de emociones negativas, no tendría sino un efecto contraproducente. Supongamos que, en nuestra situación laboral, al ver los avances de algún compañero, sentimos una desagradable sensación de envidia, como éste es un sentimiento inaceptable y además desaprobado moral y socialmente, lo negamos y lo mandamos al inconsciente. El hecho de que lo hayamos colocado “debajo de la alfombra” no quiere decir que no exista, y desde ese lugar oculto nos hará más daño porque provocará conductas en nosotros de las cuales nos será difícil reconocer su causa. Sería mejor reconocer el sentimiento de envidia y tratar de encontrar su causa primaria en nosotros mismos. Un adecuado autocontrol significa más bien el reconocimiento y la expresión equilibrada de nuestras emociones negativas, puesto que cada una de ellas tiene un propósito y en principio no existen emociones “malas”, ellas nos indican algún aspecto que nuestro ser percibe como amenazante para que nos protejamos física o psicológicamente, para que nos adaptemos sanamente a cada situación.

Podemos afirmar que inclusive las emociones más negativas, que nos producen sufrimiento tiene una función positiva porque templan nuestro carácter y nos ayudan a responder más eficientemente en el futuro (RUIZ, 2004).

#### II. OBJETIVO:

Ψ Aprender a conocer y a diferenciar sus emociones.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue las instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Puntualidad para presentar trabajos.
- Ψ Disposición frente al trabajo.



#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>La facilitadora formará 3 grupo, el grupo uno será la greda, y su actitud es de disposición, ellos no podrán realizar ningún movimiento, el grupo dos serán los escultores, el cual serán los encargados de moldear con los cuerpos del grupo uno y no podrán realizar ningún movimiento sin orden previa. El grupo tres son los gestores de la estatua, este grupo va pensar y decidir que estatua quiere realizar y dar las indicaciones al grupo dos para que las realice. Ellos no pueden hacer gestos solo hablar. Cada vez que se dé una escultura se dará los aplausos los grupos rotaran. Al terminar la actividad se les preguntará: ¿Sí tuvieran elegir un grupo cuál eligieran?, ¿por qué?, ¿Quién crees que lo hizo mejor?, ¿Por qué?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mp3</li> <li>-Música</li> <li>-Laptop</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>La facilitadora les proporcionará a los estudiantes diferentes títeres movibles, y les explicará el uso: "Éstos son los títeres de problemas. Ellos están para ayudarles a resolver sus problemas". Yo siempre les doy un trato especial a los títeres de problemas. Viven en una caja de zapatos marcada especialmente. Hago que los participantes les pongan nombres. Luego se formaran grupos de 5 personas.</p> <p>2. Se le presentarán diferentes situaciones y cuando haya un conflicto, ellos deberán usar los títeres para dramatizar la situación.</p> <p>3. Se detendrá el juego de roles de títeres en el punto del conflicto. Se solicitará sugerencias para resolver el problema y finalmente se Incorporará sugerencias y se dará por terminado el juego de roles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Títeres Movibles</li> <li>-Caja de zapatos</li> <li>-Música instrumental</li> <li>-Mp3</li> <li>-Parlantes</li> <li>-Laptop</li> </ul>	25"
CIERRE	<p>Se formará un círculo y la facilitadora colocara en el centro una caja que será llamado el Buzón de las emociones.</p> <p>La facilitadora le pedirá a un participante que tome una tarjeta y lea el sentimiento escrito. Los otros participantes deben reaccionar con sus caras y cuerpos ante tal sentimiento.</p> <p>De manera alternativa, el estudiante puede tomar una tarjeta y que actúe sin mostrársela al grupo. El grupo debe intentar adivinar el sentimiento escrito en la tarjeta o finalmente puede leer una pequeña historia y ver cuál es la reacción de los participantes al escuchar la historia.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Música instrumental</li> <li>-Mp3</li> <li>-Parlantes</li> <li>-Laptop</li> <li>-Caja</li> <li>-tarjetas de situaciones y emociones</li> </ul>	15"

	<p>dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>		
--	--	--	--

## V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora</li> <li>Ψ Muestra interés para dramatizar las diferentes situaciones</li> <li>Ψ Controla sus emociones ante situaciones estresantes.</li> </ul>

## ANEXOS SESIÓN N° 4



### LA TORTUGA

Esta es la historia de una pequeña tortuga a la que le gustaba jugar a solas y con sus amigos. También le gustaba mucho ver la televisión y jugar en la calle, pero no parecía pasárselo muy bien en la escuela.

A esa tortuga le resultaba muy difícil permanecer sentada escuchando a su maestro. Cuando sus compañeros y compañeras de clase le quitaban el lápiz o la empujaban, nuestra tortuquita se enfadaba tanto que no tardaba en pelearse o en insultarles hasta el punto de que luego la excluían de sus juegos.

Muchas veces olvidamos todo lo bueno que tenemos sin darnos cuenta que hay otras personas que tienen menos y son muy felices.



Una mona y un burro se quejaban un día en el campo, tratando de competir sobre quién tenía más desgracias.

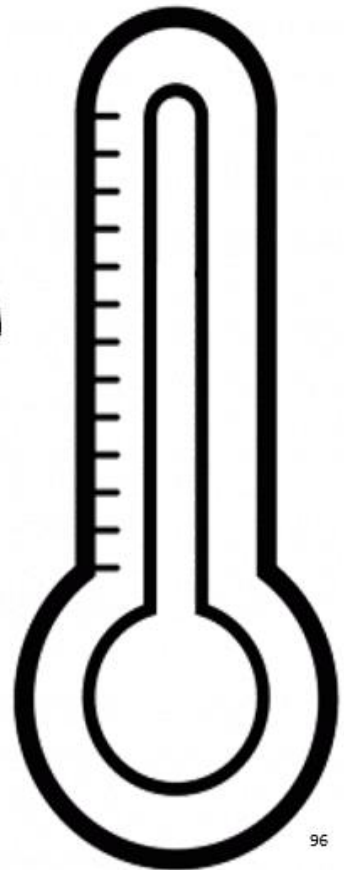
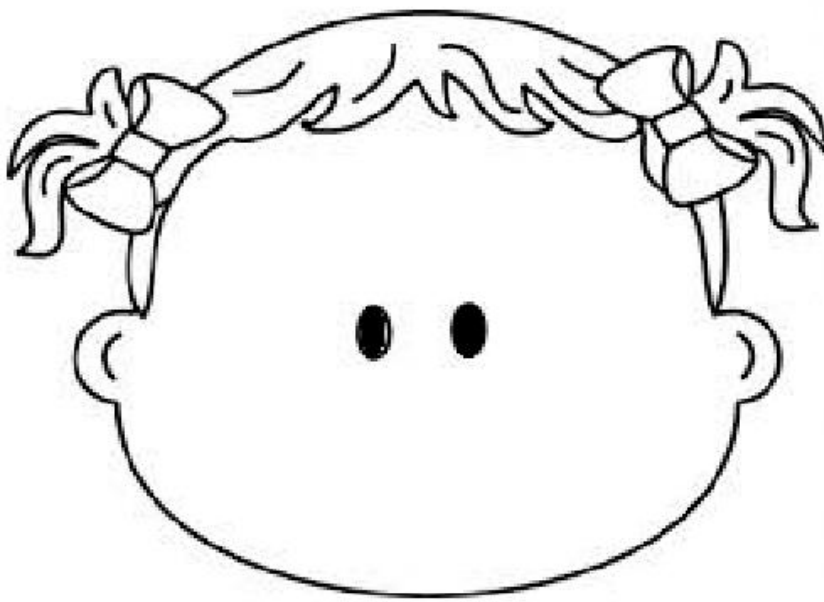
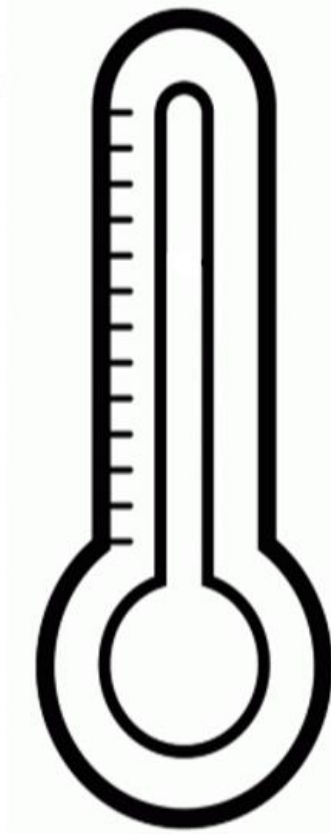
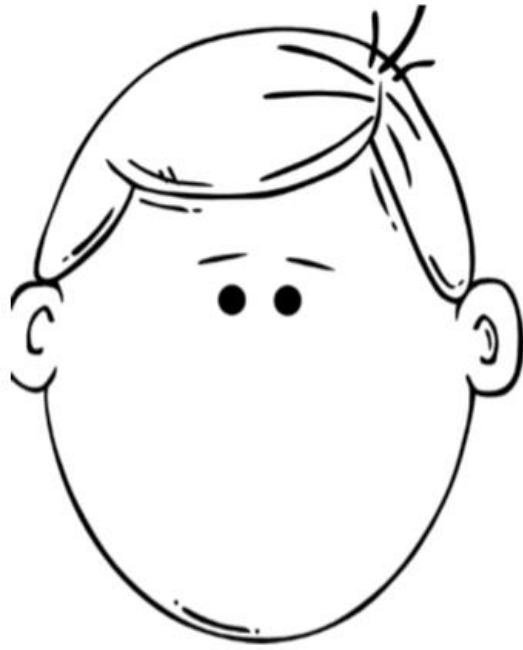
- ¡No hay mayor desgracia que la mía! - decía la mona -, ¡no tener rabo es muy penoso!

- Peor es lo mío - se quejaba el burro-, que tengo la cabeza sin cuernos y no me puedo defender.

Entonces desde el suelo, escucharon decir a un topo:

- ¿Y ustedes se quejan? Yo, que soy ciego, no puedo ver la belleza de la naturaleza que me rodea.

La mona y el burro se quedaron callados y se fueron de ahí sin quejarse nunca más.



## SESION N° 05

### CONTROLO MIS EMOCIONES

#### I. INTRODUCCIÓN

Las emociones son tan intensas y tan intempestivas que a menudo se requiere un esfuerzo tenaz para dominarlas, en lugar de que ellas nos dominen a nosotros, podríamos compararlas con un potro salvaje que trata de derribarnos a toda costa y que nos lleva por donde su desbocada y alocada carrera lo conduce. Podemos dejarlo que nos maneje de esta forma, o bien podemos domarlo y que realmente nos sea útil para ir a donde queramos dirigirnos.

Este control no significa supresión de emociones negativas, no tendría sino un efecto contraproducente. Supongamos que, en nuestra situación laboral, al ver los avances de algún compañero, sentimos una desagradable sensación de envidia, como éste es un sentimiento inaceptable y además desaprobado moral y socialmente, lo negamos y lo mandamos al inconsciente. El hecho de que lo hayamos colocado “debajo de la alfombra” no quiere decir que no exista, y desde ese lugar oculto nos hará más daño porque provocará conductas en nosotros de las cuales nos será difícil reconocer su causa. Sería mejor reconocer el sentimiento de envidia y tratar de encontrar su causa primaria en nosotros mismos. Un adecuado autocontrol significa más bien el reconocimiento y la expresión equilibrada de nuestras emociones negativas, puesto que cada una de ellas tiene un propósito y en principio no existen emociones “malas”, ellas nos indican algún aspecto que nuestro ser percibe como amenazante para que nos protejamos física o psicológicamente, para que nos adaptemos sanamente a cada situación.

Podemos afirmar que inclusive las emociones más negativas, que nos producen sufrimiento tiene una función positiva porque templan nuestro carácter y nos ayudan a responder más eficientemente en el futuro (RUIZ, 2004).

#### II. OBJETIVO:

Ψ Interiorizar los sentimientos y emociones de los estudiantes para así aprender a controlar situaciones estresantes.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue las instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Puntualidad para presentar trabajos.
- Ψ Disposición frente al trabajo.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

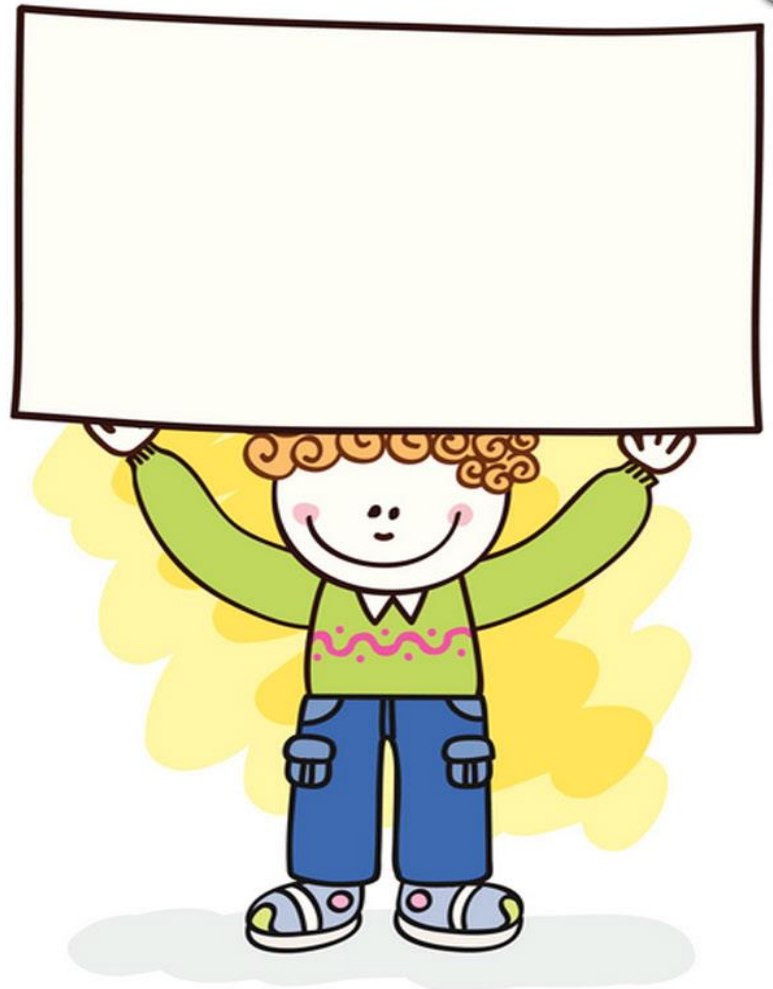
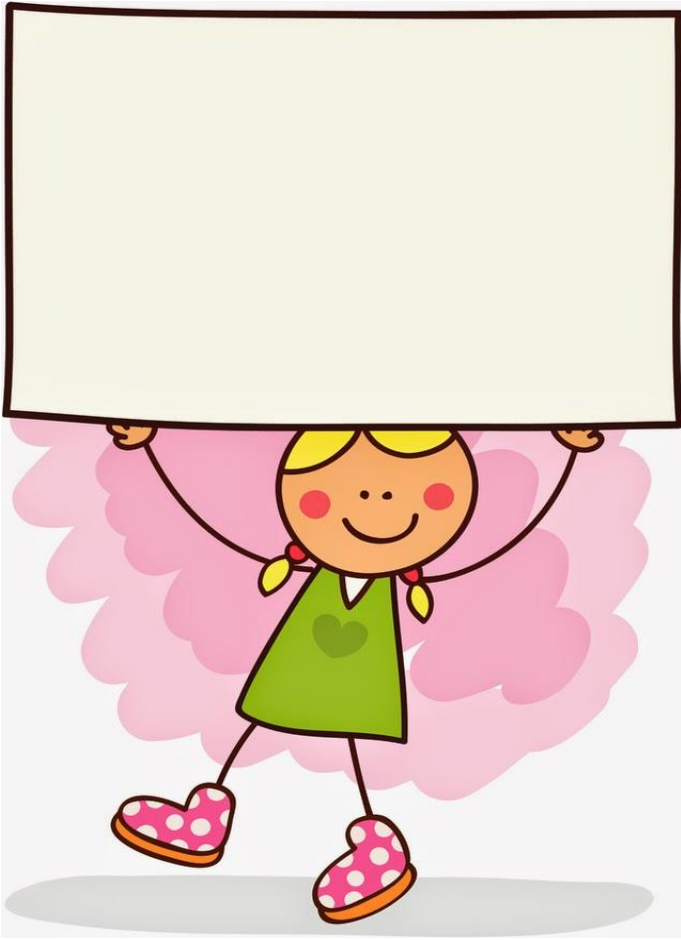
MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>-Se formarán dos equipos y se colocarán frente a frente, los integrantes de un equipo se colocarán una nariz roja y deberán reírse de tal manera que deben lograr que el otro equipo se ría, luego se invierten los papeles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nariz roja</li> <li>-Música instrumental</li> <li>-Mp3</li> <li>-Parlante</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>Se formarán dos equipos de unos seis participantes. Luego se trazarán dos líneas paralelas separadas por unos cinco metros de cada equipo, la mitad de los jugadores tras una línea y la otra mitad frente a ellos tras la otra línea.</p> <p>Se da la indicación que un integrante de cada equipo deberá salir soplando la bola, debe llegar hasta el compañero de equipo que tiene frente a sí, este tomará el relevo, soplando la bola, y volverá a llevarla al punto de origen. Así sucesivamente, hasta que hayan participado todos los componentes del equipo.</p> <p>Luego se les presentara situaciones para que los participantes se las imagine y posteriormente se les entregara a los participantes tarjetas y un lápiz donde ellos deberán anotar aquellas situaciones complicadas que le generan pánico y colocarlo en la cajita de sugerencias que estará en el centro de ellos, con la finalidad de usarlas de ejemplo y realizar ejercicios de respiración y relajación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Cinta masking</li> <li>-Lápiz</li> <li>-Cartulina</li> <li>-Caja de zapatos</li> <li>-Música instrumental</li> </ul>	25"
CIERRE	<p>La facilitadora les pedirá a los participantes que formen dos líneas rectas y que se coloquen frente a frente luego que se acuesten y en medio de los participantes se les presentará un cordel de globos de diferentes colores ellos deberán de cerrar sus ojos y escuchar lo que la facilitadora les diga luego les pedirán que dibujen un rostro de una emoción de acuerdo a su percepción de la historia luego que han dibujado la cara emotiva deberán respirar concentrándose en el globo y finalmente reventarlo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Globos</li> <li>-Plumones</li> <li>-Cinta de Agua</li> <li>-Hojas Aplicativa de las emociones</li> <li>-Crayolas.</li> </ul>	15"

	en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.		
--	---	--	--

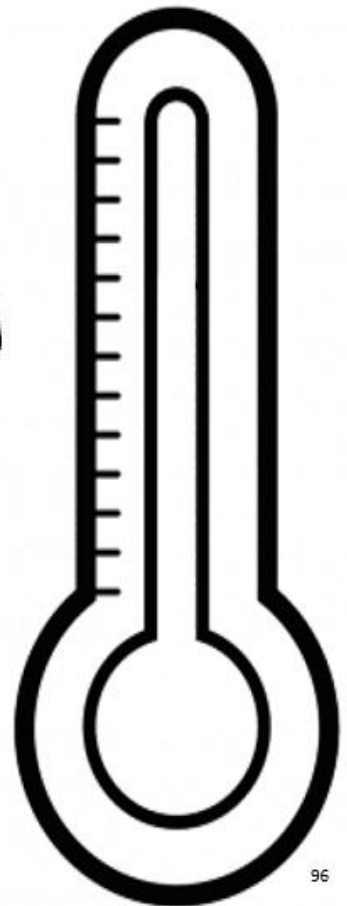
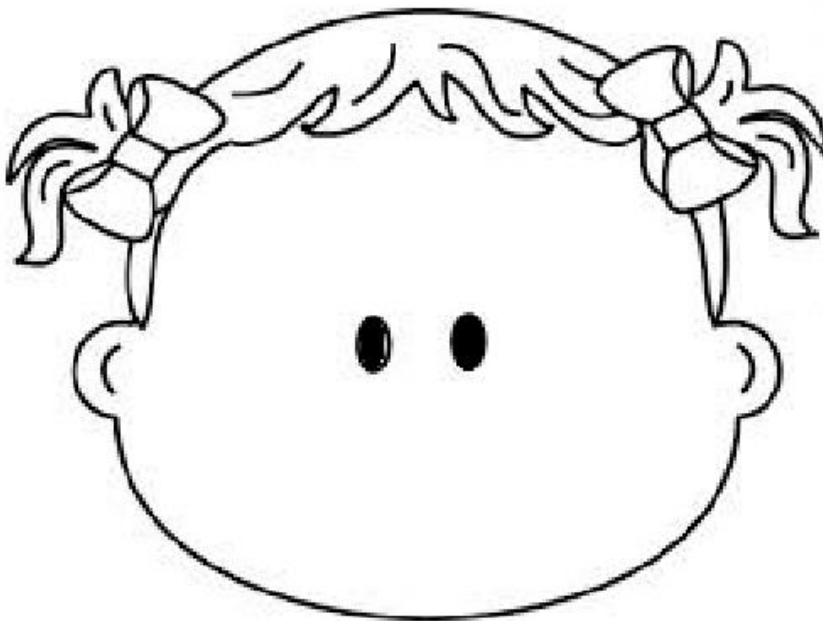
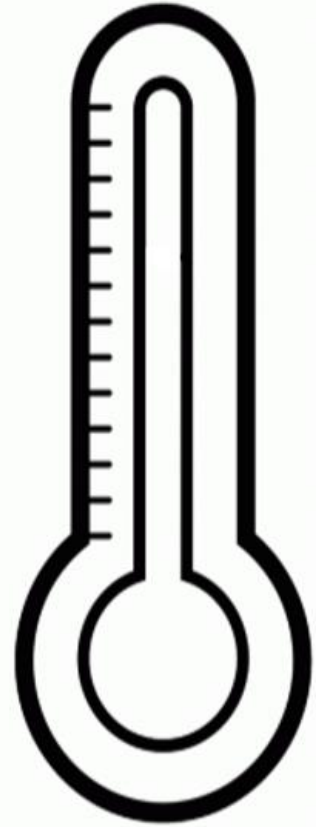
## V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora</li> <li>Ψ Muestra control de sus emociones antes las actividades planteadas.</li> <li>Ψ Espera su turno para participar en la sesión.</li> </ul>

ANEXOS SESIÓN N°5







## SESION N° 06

### PIENSO Y ACTUO CON RESPONSABILIDAD

#### I. INTRODUCCIÓN

Las emociones son tan intensas y tan intempestivas que a menudo se requiere un esfuerzo tenaz para dominarlas, en lugar de que ellas nos dominen a nosotros, podríamos compararlas con un potro salvaje que trata de derribarnos a toda costa y que nos lleva por donde su desbocada y alocada carrera lo conduce. Podemos dejarlo que nos maneje de esta forma, o bien podemos domarlo y que realmente nos sea útil para ir a donde queramos dirigirnos.

Este control no significa supresión de emociones negativas, no tendría sino un efecto contraproducente. Supongamos que, en nuestra situación laboral, al ver los avances de algún compañero, sentimos una desagradable sensación de envidia, como éste es un sentimiento inaceptable y además desaprobado moral y socialmente, lo negamos y lo mandamos al inconsciente. El hecho de que lo hayamos colocado “debajo de la alfombra” no quiere decir que no exista, y desde ese lugar oculto nos hará más daño porque provocará conductas en nosotros de las cuales nos será difícil reconocer su causa. Sería mejor reconocer el sentimiento de envidia y tratar de encontrar su causa primaria en nosotros mismos. Un adecuado autocontrol significa más bien el reconocimiento y la expresión equilibrada de nuestras emociones negativas, puesto que cada una de ellas tiene un propósito y en principio no existen emociones “malas”, ellas nos indican algún aspecto que nuestro ser percibe como amenazante para que nos protejamos física o psicológicamente, para que nos adaptemos sanamente a cada situación.

Podemos afirmar que inclusive las emociones más negativas, que nos producen sufrimiento tiene una función positiva porque templan nuestro carácter y nos ayudan a responder más eficientemente en el futuro (RUIZ, 2004).

#### II. OBJETIVO:

- Ψ Controlar las emociones durante situaciones de enfrentamiento, inseguridad o contratiempos.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue las instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Puntualidad para presentar trabajos.
- Ψ Disposición frente al trabajo.

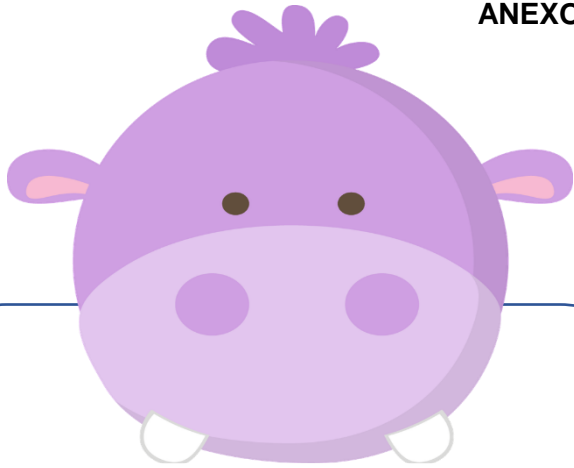
#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>-Se colocará globos en diferentes lugares del ambiente, luego se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente y que escuchen atentamente a lo que dice la facilitadora y ellos deben imaginarse que los globos son personas, objetos que encontramos en nuestra vida diaria. De acuerdo a la indicación ellos deberán elegir cuál es su actuar reventar los globos, abrazar el globo, mirar el globo, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Globos</li> <li>-Música instrumental</li> <li>-Mp3</li> <li>-Parlante</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>Se formara un circulo con los participantes y se les pedirá que en voz alta cuenten una situación de su vida diaria y como reaccionaron ante ello, la facilitadora dará el ejemplo: yo Tatiana cuando no le sale las cosas como las plantea grito, etc.</p> <p>Luego se les entregara una hoja el cual ellos deben de completar con lo que sientes, piensan y hacen ante una situación luego de completarlo lo compartirán con el grupo, la facilitadora deberá intervenir en caso que sea necesario, para finalmente enseñarle a analizar los problemas, pensar y reaccionar ante ellos con las burbujas del enojo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lápiz</li> <li>-Cartulina</li> <li>-Música instrumental</li> </ul>	20"
CIERRE	<p>Se les entregara a un grupo de participantes unas tarjetas de situaciones conflictivas y al otro grupo tarjetas de alternativas, de manera interactiva ellos deberán leer la situación y los que tienen las alternativas deberán leerlas y en manera conjunta se tomara la mejor decisión sobre qué hacer en el caso de....</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarjetas</li> <li>-Hojas Aplicativa de las emociones</li> <li>-Crayolas.</li> </ul>	15"

## V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="691 360 1331 421">Ψ Controla sus emociones ante situaciones conflictiva durante la sesión.</li><li data-bbox="691 421 1331 481">Ψ Muestra interés para llevar a cabo las actividades.</li><li data-bbox="691 481 1331 515">Ψ Espera su turno para participar en la sesión.</li></ul>

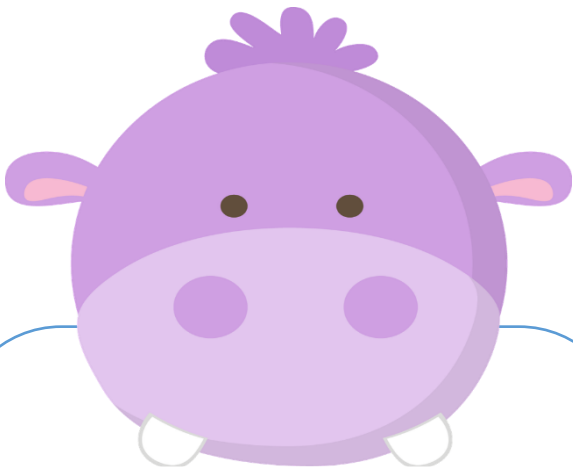
ANEXOS SESIÓN N°6



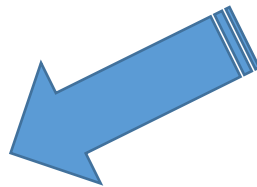
¿QUÉ PIENSAS?



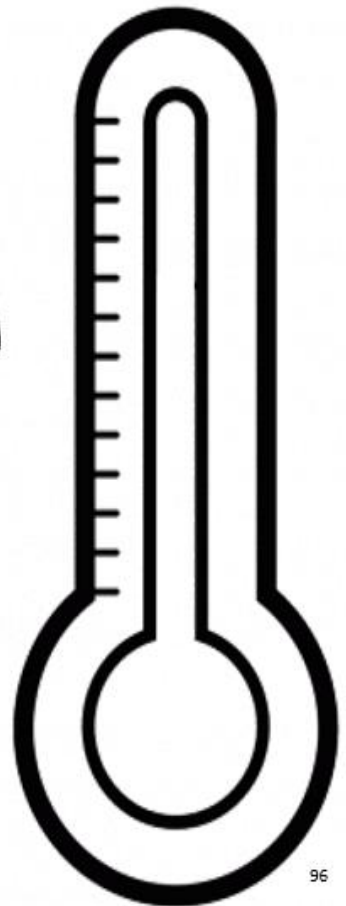
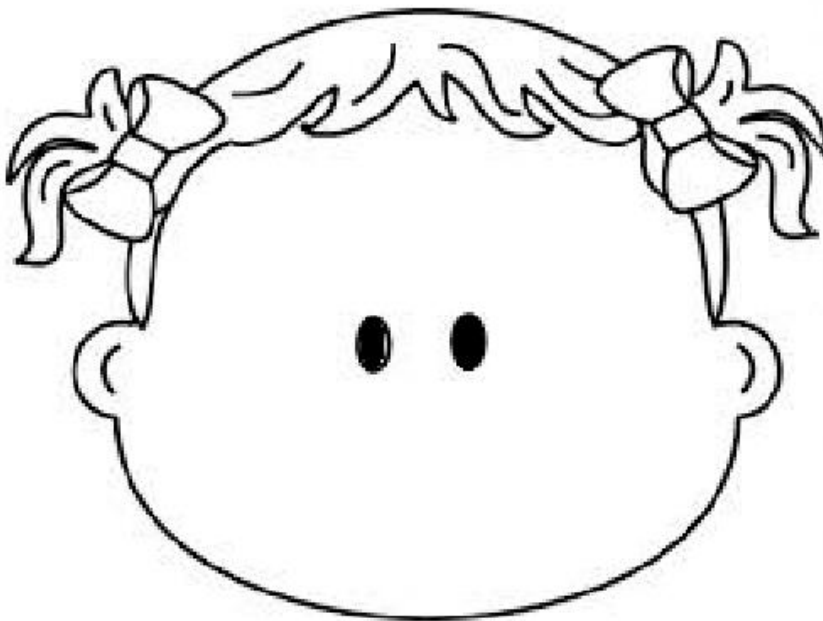
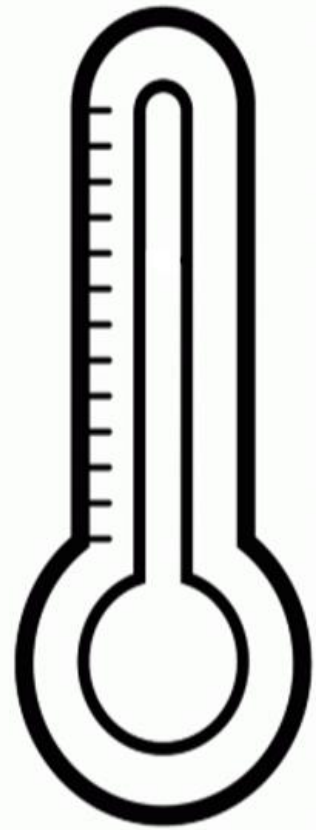
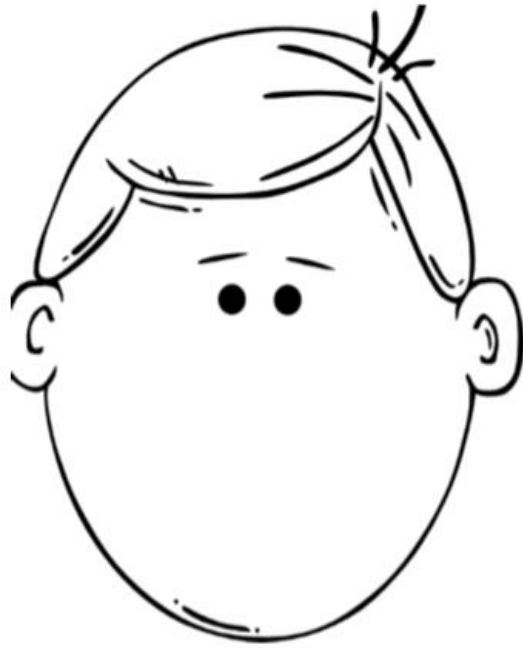
¿QUÉ SIENTES?



¿QUÉ HACES?







## SESION N° 07

### REAFIRMANDO CADA MOMENTO VIVIDO, ES APRENDER A VIVIR: CONSTRUYO UN NUEVO POR VENIR

#### I. INTRODUCCIÓN

La autoafirmación no significa beligerancia o agresividad inadecuadas; no significa abrirse paso para ser el primero o pisar a los demás; no significa afirmar mis propios derechos siendo ciego o indiferente a los de todos los demás. Significa, simplemente, la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Equivale a una negativa a falsear mi persona para agradar a los demás.

La persona es la única protagonista de su vida. Tras conocerse, se trata de tener un proyecto propio y coherente de vida y enfocarse al mismo con plenitud, ilusión, energía y persistencia. La persona se autoafirma cuando establece su propio proyecto y lo sigue.

Es importante destacar que quien no tiene proyecto, quien no se autoafirma para culminarlo, quien no ejerce su protagonismo, acaba resentido de tanto ir a remolque de los demás y de los acontecimientos. A veces son las personas tóxicas las que nos arrastran a su forma de ser; depende, una vez más, de nosotros y de nuestra autoafirmación no dejarnos contaminar por ellas (TORAN, 2018 ).

#### II. OBJETIVO:

Ψ Determinar y retroalimentar el concepto y el valor que se tiene a sí mismo.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Capacidad de escucha
- Ψ Valorar sus características personales.
- Ψ Disposición frente al trabajo



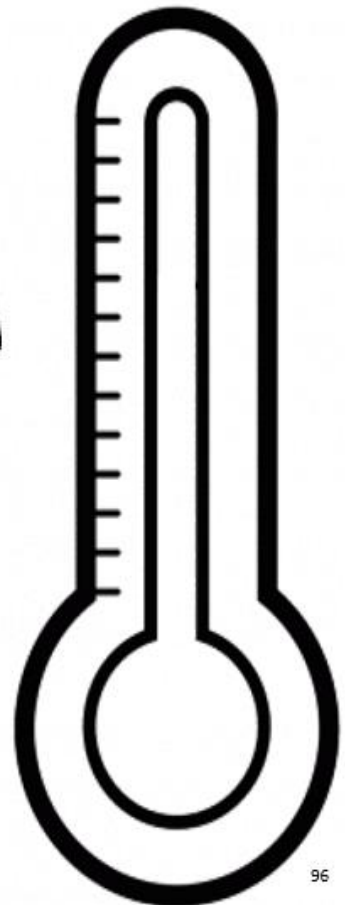
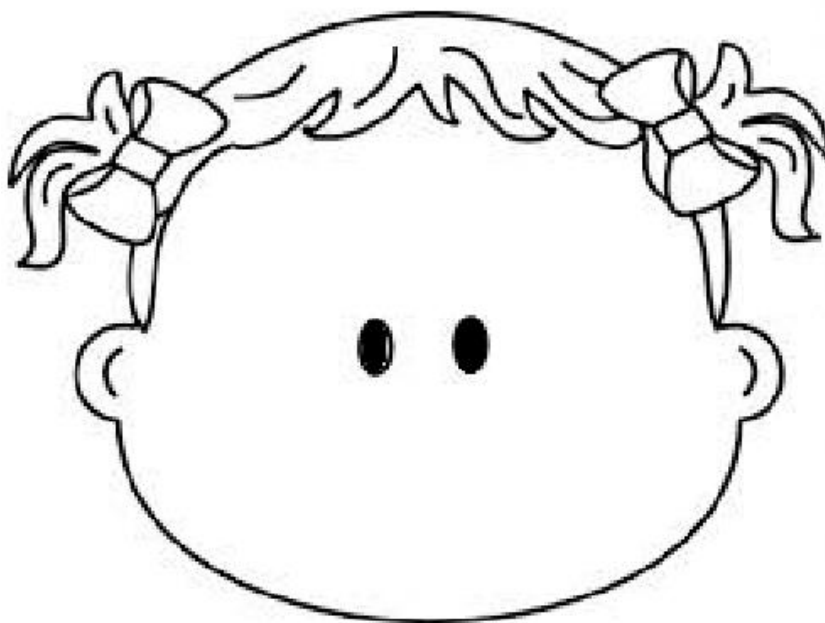
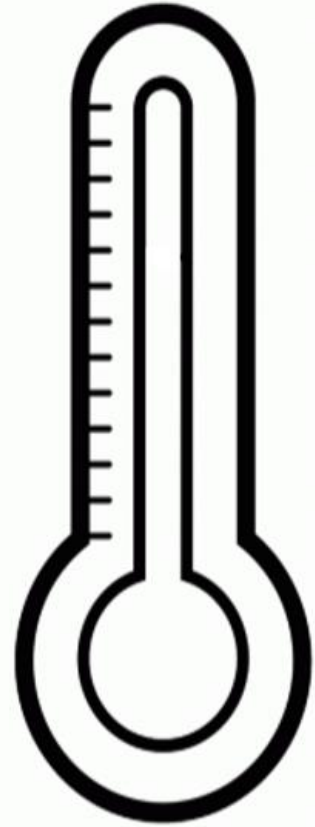
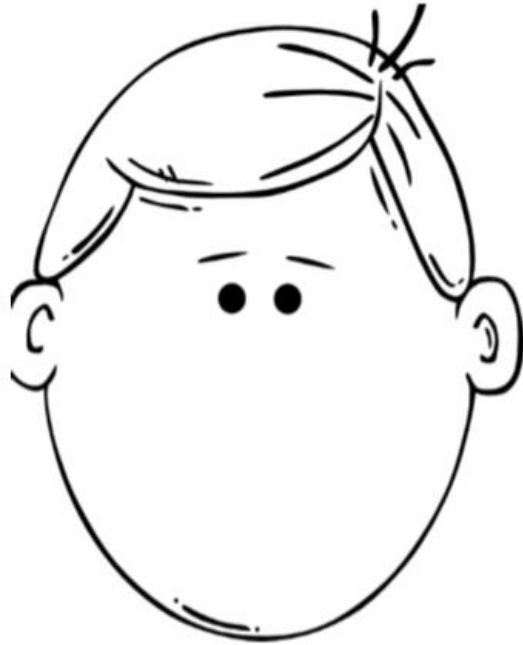
#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>-Se formará un círculo con los participantes y se le entregará a un participante un sobre donde deberá leer lo que dice. "Tengo derecho a existir", y luego se les preguntará al grupo le creyeron lo que dijo. Para luego los demás participantes deberán Repetir la frase, uno por uno, por lo menos cinco veces. Se hará conciencia de lo que la frase significa, mediante comentarios y reflexiones acerca de la frase.</p>	- Sobre -Frase de motivación	10"
PROCESO	<p>Se les pedirá a los participantes que se desplacen por el ambiente y que ejecuten las mismas actividades que realiza las facilitadora (abrazarse, mirar a un compañero, tomarle la mano a un compañero, etc.). Luego se les pedirá a los estudiantes que se coloquen en un lugar donde más cómodos se sientan. Se les entregará una hoja con crayolas y se les pedirá que dividan la hoja en dos partes, en la parte izquierda deberán representar con un dibujo como se percibían unos meses atrás y en la parte derecha como se perciben ahora, luego detrás de la hoja deberán escribir sus aspectos positivos.</p>	-Lápiz -Hojas -Crayolas -Música instrumental	20"
CIERRE	<p><b>Cierre:</b> Se realizara un circulo y a modo de ejemplo la facilitadora se colocara en el centro y mirara al espejo y dirá: yo valgo mucho porque... (mencionará sus aspectos positivos)</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	- Espejo -Hojas de las emociones -Crayolas.	15"

#### V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<p>Ψ Muestra seguridad para verbalizar su valor personal.</p> <p>Ψ Muestra interés para llevar a cabo las actividades.</p> <p>Ψ Respeta la participación de sus compañeros.</p>

ANEXOS SESIÓN N° 7



## SESION N° 08

### EXPLORANDO CADA PARTE DE MÍ

#### I. INTRODUCCIÓN

La autoafirmación no significa beligerancia o agresividad inadecuadas; no significa abrirse paso para ser el primero o pisar a los demás; no significa afirmar mis propios derechos siendo ciego o indiferente a los de todos los demás. Significa, simplemente, la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Equivale a una negativa a falsear mi persona para agradar a los demás.

La persona es la única protagonista de su vida. Tras conocerse, se trata de tener un proyecto propio y coherente de vida y enfocarse al mismo con plenitud, ilusión, energía y persistencia. La persona se autoafirma cuando establece su propio proyecto y lo sigue.

Es importante destacar que quien no tiene proyecto, quien no se autoafirma para culminarlo, quien no ejerce su protagonismo, acaba resentido de tanto ir a remolque de los demás y de los acontecimientos. A veces son las personas tóxicas las que nos arrastran a su forma de ser; depende, una vez más, de nosotros y de nuestra autoafirmación no dejarnos contaminar por ellas (TORAN, 2018 ).

#### II. OBJETIVO:

Ψ Fortalecer los pensamientos y acciones de los estudiantes en situaciones que le generen malestar, generando alternativas de solución.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Capacidad de escucha
- Ψ Valorar sus características personales.
- Ψ Disposición frente al trabajo

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>Se les contará a los participantes la metáfora de "Las cuatro semillas". Luego de escuchar la metáfora se hablará acerca de lo que piensa los alumnos acerca de la misma.</p>	- Tarjeta con una metáfora de vida.	5"
PROCESO	<p>La facilitadora les entregará material para que pueda crear un anuncio publicitario, este deberá se ser creativo y en el cual debe de promocionarse a sí mismo. En este anuncio debe incorporar cualidades positivas, logros y aspectos que pueda destacar de su persona y lo deberá de exponer frente al grupo logrando convencer de lo que son y valen. Los demás compañeros observaran el trabajo de sus compañeros y darán palabras de alago.</p> <p>-La facilitadora les leerá una serie de situaciones complicadas a los participantes las cuales pueden suceder de aquí en adelante y se le pedirá que diga cómo piensa actuar frente a cada una de ellas y se destacará los recursos y crecimiento personal que ha obtenido a lo largo de las sesiones.</p>	-papelotes -Plumones -Papel lustre -Hojas arcolor -Tijeras -Goma -Música instrumental	30"
CIERRE	<p>Se les pedirá a los participantes que de manera interactiva comentarán que les pareció las actividades trabajadas el día de hoy y finalmente se les pedirá que se den un abrazo y una sonrisa para fortalecer lo aprendido.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	- Espejo -Hojas de las emociones -Crayolas.	10"

#### V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	Ψ Muestra seguridad para evocar sus aspectos positivos
	Ψ Respeta la participación de sus compañeros.
	Ψ Disfruta realizar las actividades asignadas

## ANEXOS SESIÓN N° 8

### Metáfora “Las cuatro semillas”

Hubo una vez 4 semillas amigas que llevadas por el viento fueron a parar a un pequeño claro de la selva. Allí quedaron ocultas en el suelo, esperando la mejor ocasión para desarrollarse y convertirse en un precioso árbol. Pero cuando la primera de aquellas semillas comenzó a germinar, descubrieron que no sería tan fácil. Precisamente en aquel pequeño claro vivía un grupo de monos, y los más pequeños se divertían arrojando plátanos a cualquier planta que vieran crecer. De esa forma se divertían, aprendían a lanzar plátanos, y mantenían el claro libre de vegetación.

Aquella primera semilla se llevó un platanazo de tal calibre, que quedó casi partida por la mitad. Y Cuando contó a las demás amigas su desgracia, todas estuvieron de acuerdo en que lo mejor sería esperar sin crecer hasta que aquel grupo de monos cambiara su residencia,

Todas, menos una, que pensaba que al menos debía intentarlo. Y cuando lo intentó, recibió su platanazo, que la dejó doblada por la mitad. Las demás semillas se unieron para pedirle que dejara de intentarlo, pero aquella semillita estaba completamente decidida a convertirse en un árbol, y una y otra vez volvía a intentar crecer. Con cada nueva ocasión, lo pequeños monos pudieron ajustar más su puntería gracias a nuestra pequeña plantita, que volvía a quedar doblada.

Pero la semillita no se rindió. Recibió un platanazo, y luego otro, y luego otro más, y con ninguno de ellos llegó a volarse la joven planta. Y es que había recibido tantos golpes, y se había doblado tantas veces, que estaba llena de duros nudos y cicatrices que la hacía desarrollarse más fuertemente que el resto de las semillas. Así, su fino tronco se fue haciendo más grueso y resistente, hasta superar el impacto de un plátano111. Y para entonces, era ya tan fuerte, que los pequeños monos no pudieron tampoco arrancar la plantita con las manos. Y allí continuó, creciendo, creciendo y creciendo.

Y, gracias a la extraordinaria fuerza de su tronco, pudo seguir superando todas las dificultades, hasta convertirse en el más majestuoso árbol de la selva. Mientras, sus compañeras seguían ocultas en el suelo. Y seguían como siempre, esperando que aquellos terroríficos monos abandonaran el lugar, sin saber que precisamente esos monos eran los únicos capaces de fortalecer sus troncos a base de platanazos, para prepararlos para todos los problemas que enfrentarían.



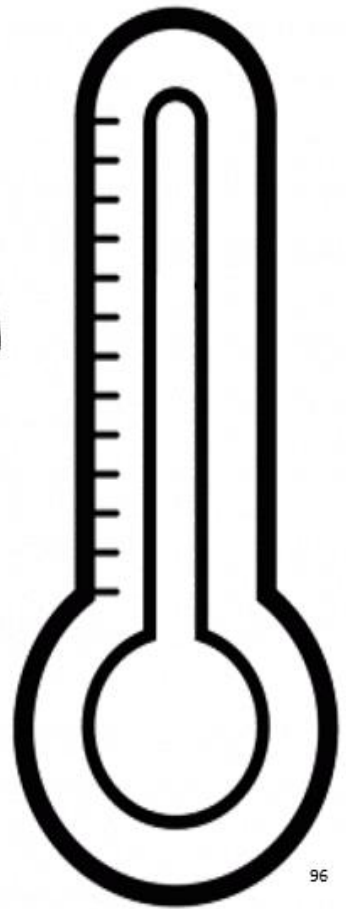
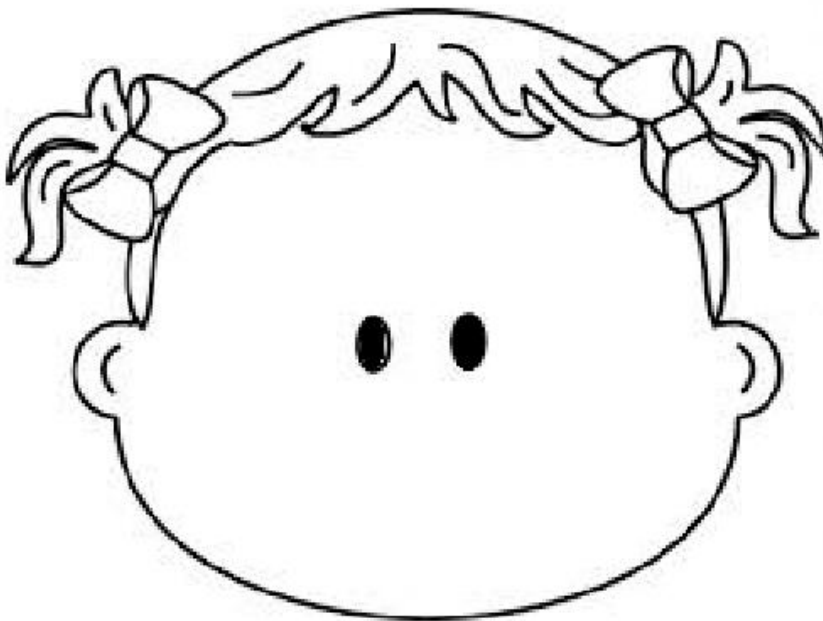
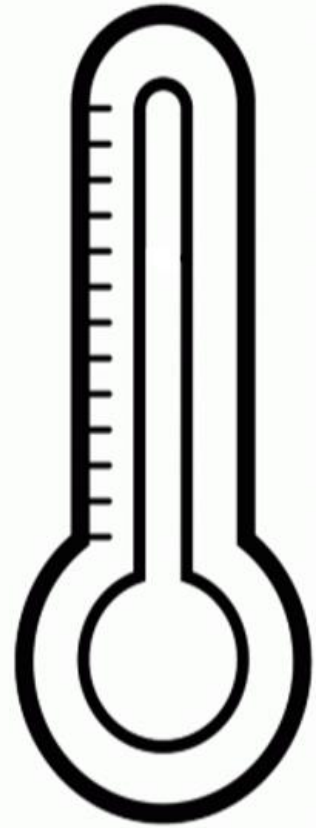
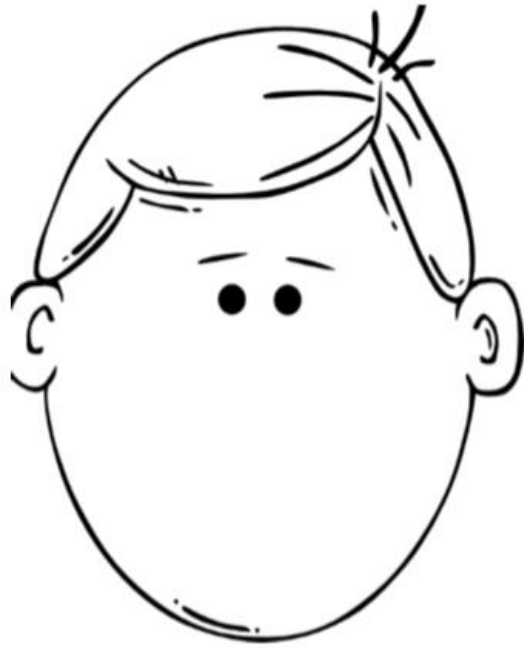
Te excluyen del grupo de amigos.



Tu trabajo es unos de los peores trabajos que he recibido.



Todo lo haces mal.



## SESION N° 09

### JUGANDO APRENDO A CONTROLAR MI NIÑO INTERIOR

#### I. INTRODUCCIÓN

La autoafirmación no significa beligerancia o agresividad inadecuadas; no significa abrirse paso para ser el primero o pisar a los demás; no significa afirmar mis propios derechos siendo ciego o indiferente a los de todos los demás. Significa, simplemente, la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Equivale a una negativa a falsear mi persona para agradar a los demás.

La persona es la única protagonista de su vida. Tras conocerse, se trata de tener un proyecto propio y coherente de vida y enfocarse al mismo con plenitud, ilusión, energía y persistencia. La persona se autoafirma cuando establece su propio proyecto y lo sigue.

Es importante destacar que quien no tiene proyecto, quien no se autoafirma para culminarlo, quien no ejerce su protagonismo, acaba resentido de tanto ir a remolque de los demás y de los acontecimientos. A veces son las personas tóxicas las que nos arrastran a su forma de ser; depende, una vez más, de nosotros y de nuestra autoafirmación no dejarnos contaminar por ellas (TORAN, 2018 ).

#### II. OBJETIVO:

- Ψ Interiorizar alternativas positivas para poder controlar situaciones conflictivas.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Capacidad de escucha
- Ψ Valorar sus características personales.
- Ψ Disposición frente al trabajo

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

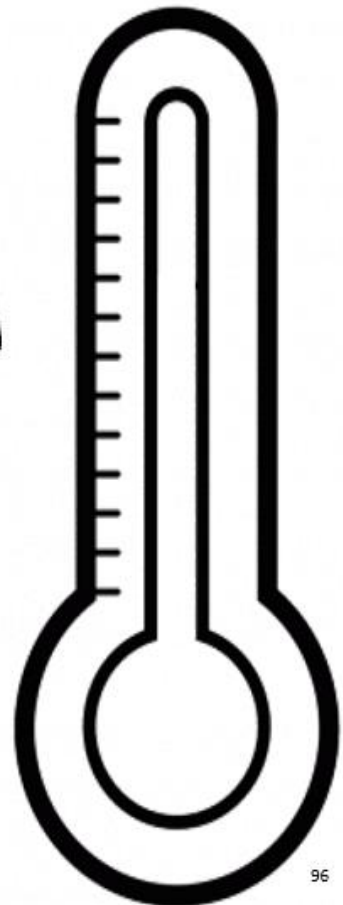
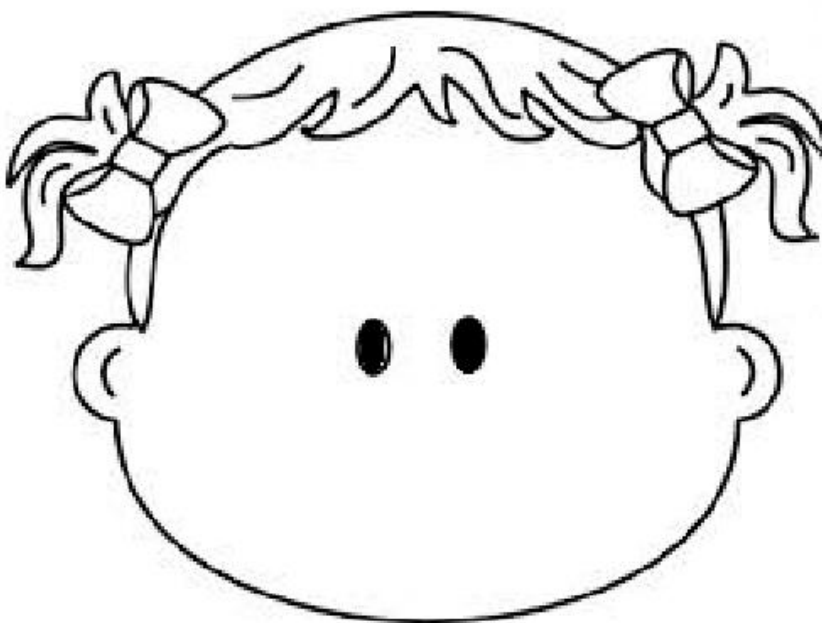
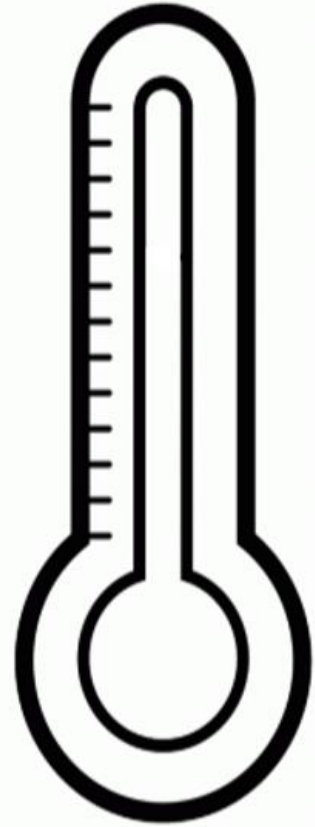
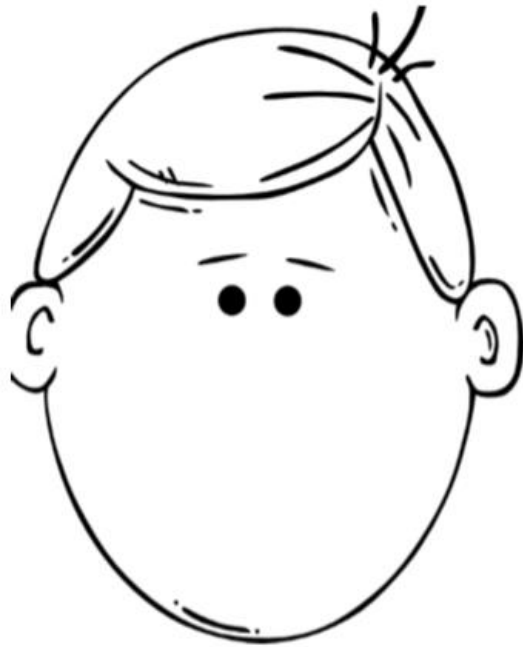
MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>-La facilitadora les presentara a los participantes un correccaminos con un dado y les pedirá a cada participante que lance el dado y de acuerdo al número deberá abrir un sobre y contestar la pregunta. A modo de ejemplo: ¿Qué harías tú ante un problema?, ¿Qué es para ti la felicidad?, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dado</li> <li>-Sobres de las emociones</li> <li>-hojas</li> <li>-Imágenes</li> </ul>	15"
PROCESO	<p>La facilitadora les pedirá a los participantes un poco de la evolución que ha experimentado en las sesiones trabajadas, se trabaja a manera de línea del tiempo en donde se recogerán los sentimientos, emociones y pensamientos con los cuales inicio el paciente.</p> <p>-Junto con la facilitadora los estudiantes deberán realizar una torre con piezas de jenga cada vez que pongamos una pieza se ira diciendo algo significativo que se lleva de las sesiones trabajadas. Cuando la torre se caiga la facilitadora les dirá a los participantes "Está bien si la torre se cae. Siempre y cuando se recuerde de las cosas aprendió y que siempre la puede volver a armar" y se volverá armar hasta que todos los participantes reciban palabras de halagos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Imágenes</li> <li>-jengas</li> <li>-Papelotes</li> <li>-Plumones</li> </ul>	30"
CIERRE	<p>Los participantes observaran un video y luego se hará la reflexión final del video. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=o_cb5G08Fy0">https://www.youtube.com/watch?v=o_cb5G08Fy0</a> del tema trabajo de la autoafirmación.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mp3</li> <li>-Laptop</li> <li>-Parlantes</li> <li>-Hojas de las emociones</li> <li>-Crayolas.</li> </ul>	10"

#### V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Muestra seguridad para verbalizar su experiencia durante la sesiones.</li> <li>Ψ Muestra interés para competir su opinión.</li> <li>Ψ Defiende su participación frente de sus compañeros.</li> </ul>



ANEXOS SESIÓN N°9



## SESION N° 10

### TOMAMOS DECISIONES ADECUADAS

#### I. INTRODUCCIÓN

En el Aprovechamiento productivo de las emociones, se asume una mayor responsabilidad respecto a las propias emociones o sentimientos, reduciéndose las tendencias victimizas. Presenta mayor capacidad de concentración y respuestas más oportunas, positivas y creativas.

El individuo en su cotidianidad presenta una serie de acciones y reacciones que son el resultado de una serie de aptitudes emocionales que reflejan la proyección de las mismas, sobre la base del conocimiento que el propio individuo tenga de ellas. En ese sentido, Goleman, determina que “una actitud es una característica de personalidad o un conjunto de hábitos que llevan a un desempeño laboral superior o más efectivo”; en otras palabras: una habilidad que agrega obvio valor económico a los esfuerzos de una persona en su trabajo.

El mismo autor indica que otro aspecto es la gran división de aptitudes la cual reside cognición y emoción. Algunas aptitudes son puramente cognitivas, tales como: el razonamiento analítico o la pericia técnica. Otros combinan el pensamiento y el sentimiento. Son las denominadas "aptitudes emocionales". Todas las aptitudes de este tipo involucran algún grado de habilidad en el reino del sentimiento, junto con los elementos cognitivos que estén en juego.

#### II. OBJETIVO:

Ψ Proponer de manera conjunta actividades en el cual se pueda sobresalir.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.

Ψ Capacidad de escucha

Ψ Disposición frente al trabajo.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

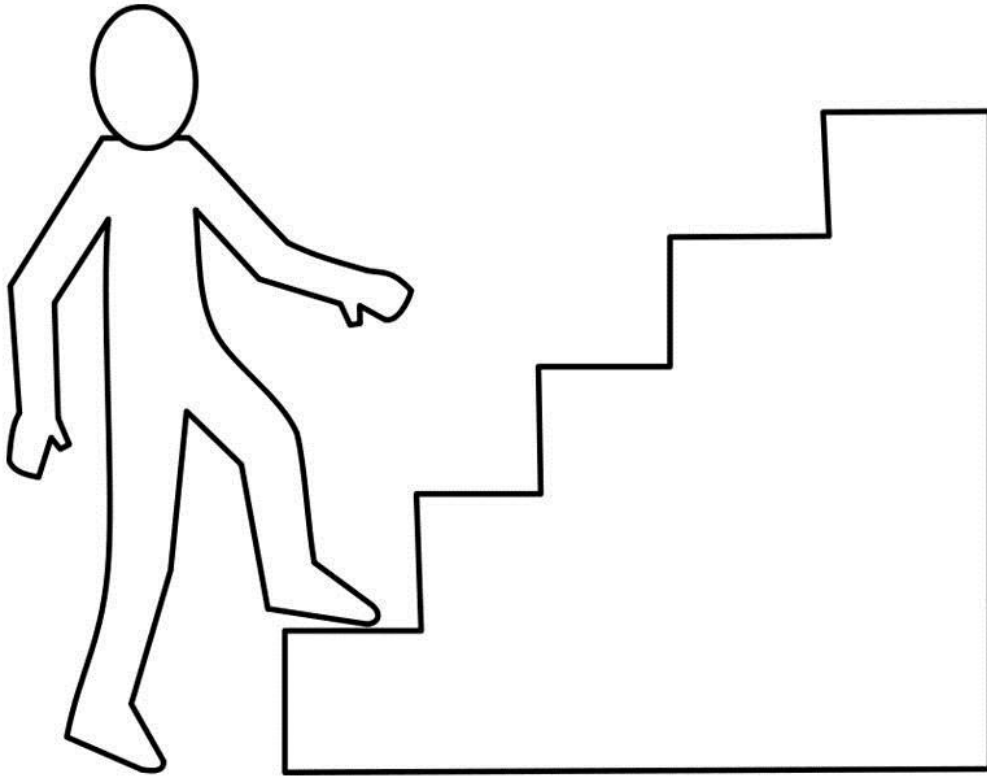
MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>La facilitadora les pedirá a los participantes que formen una fila y que coloquen sus manos en el hombro del compañero que está delante, de tal manera formen un ciempiés imaginario, el cual deberá moverse por el espacio dando giros, a voluntad, los participantes deberán ponerse de acuerdo para decidir los movimiento del ciempiés sin romperse, porque el gusano dejaría de existir. ¿Podrán mantener vivo y activo al gusano?, Cuando los participantes estén en forma de ciempiés se les dará algunas indicaciones como: formen un nudo, etcétera.</p>	<p>-Música Instrumental -Mp3 -Parlantes</p>	10"
PROCESO	<p>La facilitadora le explicará a los participantes sobre la nueva palabra que será empleada en la actividad: ERGO significa "por consiguiente" en latín. Luego se les entregará unas tarjetas en forma de escaleras que significan lo peldaños que ellos deberán alcanzar con sus buenas decisiones, por ejemplo: Andrea no sabe si estudiar para su examen o salir con sus amigas; ergo. . . Pedrito se no sabe si ir o no a una fiesta porque no tiene ropa nueva; ergo. . . etc.</p> <p>Luego se formara un círculo para que los alumnos junto con la facilitadora puedan interactuar sobre las respuestas de sus ERGOS. Tales como: ¿Qué pistas usaste para deducir tus ergos? ¿De qué manera te basaste en tu propia experiencia? ¿Qué otro tipo de información sería útil para deducir ergos? ¿Cómo podrías encontrar esa información?, etcétera.</p>	<p>-Música Instrumental -Mp3 -Parlantes -Mascara.</p>	25"
CIERRE	<p>La facilitadora les entregará a todos los participantes una pista y algunos de ellos tendrán dos o tres tarjetas una de las tarjetas será la pista y las otras tarjeta será "rellenó" (la información irrelevante para el caso) luego se les explicará, "cada uno de ustedes tiene una pista que puede ser o no ser útil para resolver el misterio, deben considerar toda la información e intenten llegar a un consenso para encontrar la respuesta, no pueden mostrarle su tarjeta a nadie más; sólo pueden leerla en voz alta. Esta actividad se trabajará con tiempo. Luego se dará la reflexión de la actividad.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las</p>	<p>- Tarjetas -Hojas de las emociones -Crayolas</p>	10"

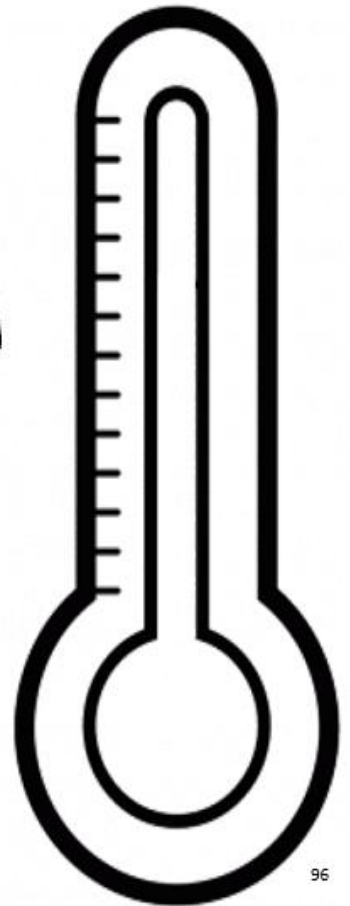
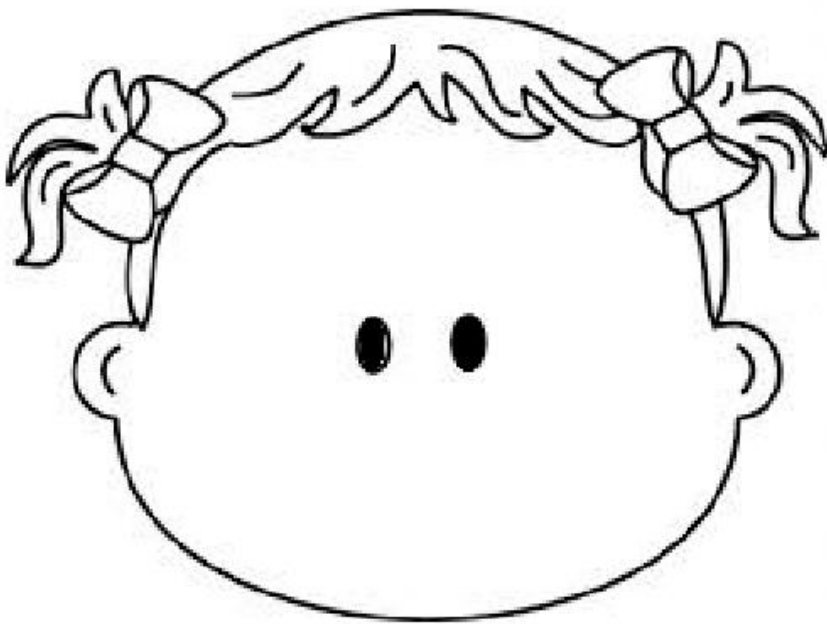
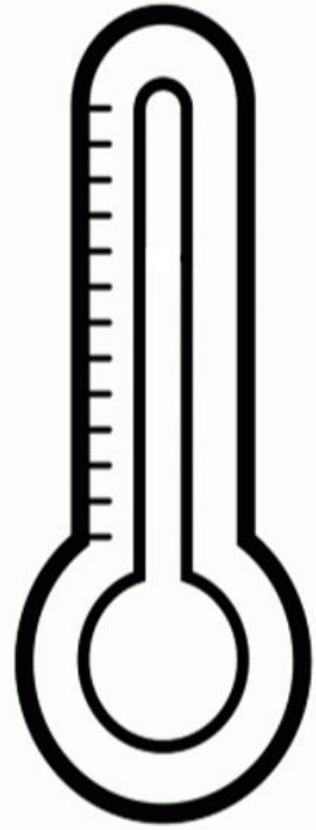
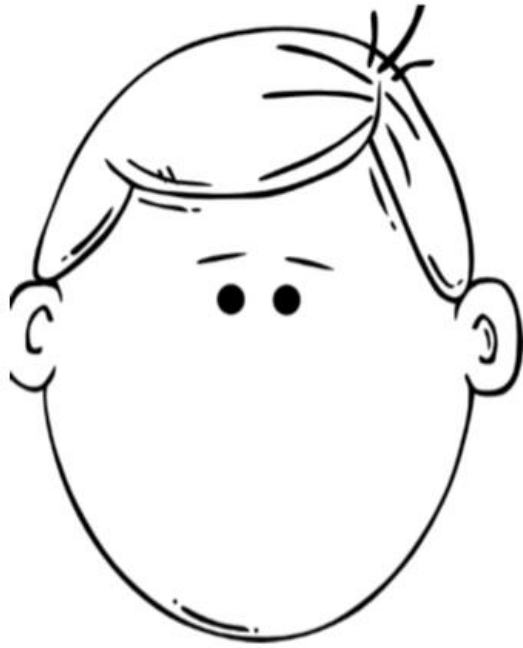
	<p>siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán ser conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>		
--	--	--	--

**V. EVALUACIÓN**

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ψ Disfrutan en las actividades programadas</li> <li>Ψ Muestra interés para competir su opinión.</li> <li>Ψ Apoyan a sus compañeros en la sesión.</li> </ul>

ANEXOS SESIÓN N° 10





## SESION N° 11

### EJEMPLOS DE MI VIDA DIARIA

#### I. INTRODUCCIÓN

En el Aprovechamiento productivo de las emociones, se asume una mayor responsabilidad respecto a las propias emociones o sentimientos, reduciéndose las tendencias victimizas. Presenta mayor capacidad de concentración y respuestas más oportunas, positivas y creativas.

El individuo en su cotidianidad presenta una serie de acciones y reacciones que son el resultado de una serie de aptitudes emocionales que reflejan la proyección de las mismas, sobre la base del conocimiento que el propio individuo tenga de ellas. En ese sentido, Goleman, determina que "una actitud es una característica de personalidad o un conjunto de hábitos que llevan a un desempeño laboral superior o más efectivo"; en otras palabras: una habilidad que agrega obvio valor económico a los esfuerzos de una persona en su trabajo.

El mismo autor indica que otro aspecto es la gran división de aptitudes la cual reside cognición y emoción. Algunas aptitudes son puramente cognitivas, tales como: el razonamiento analítico o la pericia técnica. Otros combinan el pensamiento y el sentimiento. Son las denominadas "aptitudes emocionales". Todas las aptitudes de este tipo involucran algún grado de habilidad en el reino del sentimiento, junto con los elementos cognitivos que estén en juego.

#### II. OBJETIVO:

Ψ Ejecutar actividades en donde los niños puedan alcanzar el éxito.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.

Ψ Capacidad de escucha

Ψ Disposición frente al trabajo.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

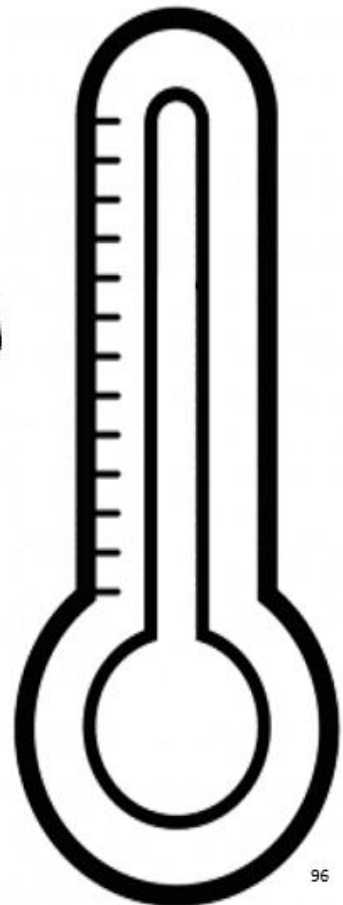
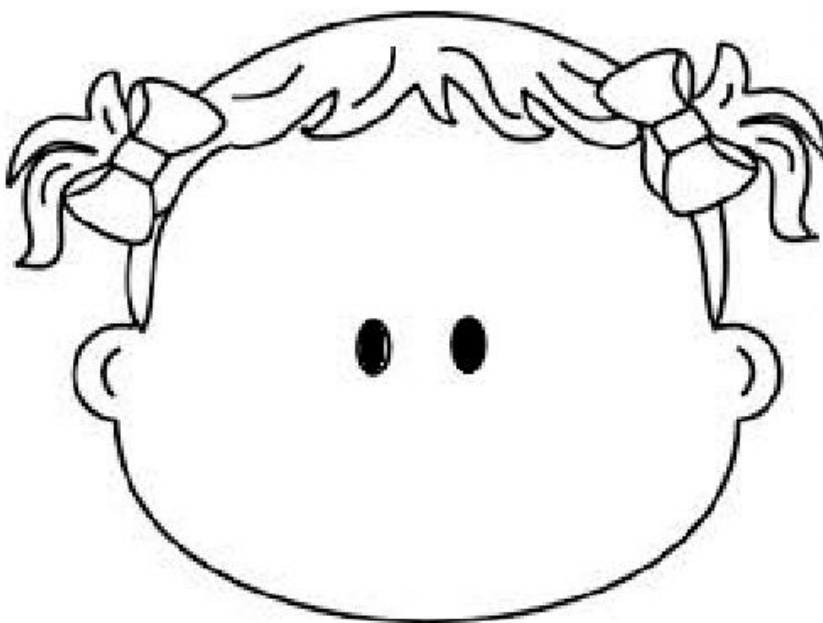
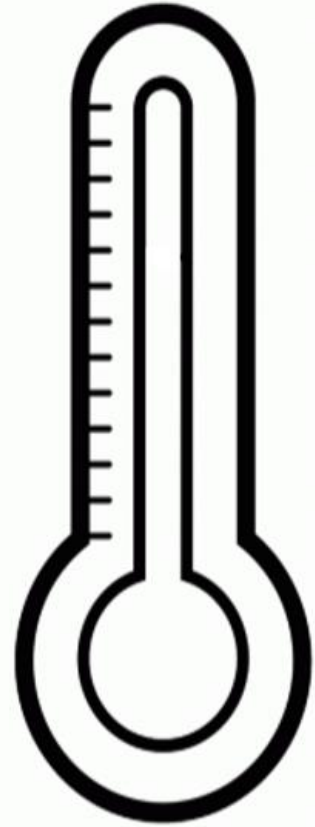
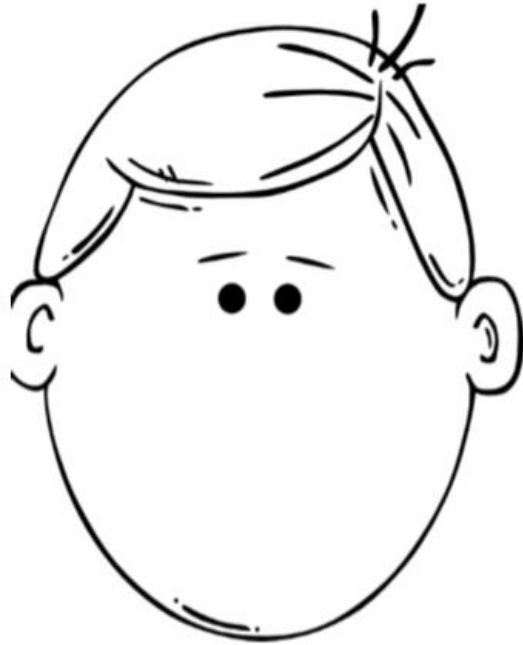
MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>La facilitadora formará grupos de 5 ó 6 y les entregará un sobre cerrado el cual contendrá un rompecabezas de una situación de la vida diaria, los participantes deberán armar el rompecabezas sin hablar, sin hacer gestos, solo deben observar y esperar que el compañero entregue su pieza para poder tener la situación, cada grupo deberá manejar la situación, luego deberán organizarse y salir al frente para representar su situación mediante gestos, mímicas sin hablar, luego deberán hacer una señal que ahora simulación gestualmente la solución. Finalmente se les pedirá a los demás grupos que den su punto de vista de solución al problema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sobres</li> <li>Rompecabezas</li> <li>-Música Instrumental</li> <li>-Mp3</li> <li>-Parlantes</li> </ul>	10"
PROCESO	<p>La facilitadora colocara en un parte del ambiente un plano de una ciudad extendiéndolo en un mural, luego se les explicará a los participante que tendrán un tiempo determinado para que observen la mini ciudad y luego se pedirá la participación voluntaria de un de los asistentes para que coloque una bandera en la parte de la ciudad que más le gusto, esta participación se hará hasta que todos los asistentes coloquen su bandera en alguna parte de la ciudad. Luego se hará la reflexión al respecto ¿Por qué elegiste esta parte de la ciudad?, ¿Qué aspectos positivos encontraste en esta parte de la ciudad?, ¿te gustaría una ciudad en tu vida así, qué debes de hacer para lograrlo?, etcétera</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mural</li> <li>-imagenes</li> <li>-Papelotes</li> <li>-plumones</li> </ul>	25"
CIERRE	<p>-Se formara un circulo y junto con la facilitadora realizaran una reflexión por qué eligieron cada ciudad y cada participante realizara un compromiso en frente del grupo.</p> <p><b>Evaluación:</b> Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarjetas</li> <li>-Hojas de las emociones</li> <li>-Crayolas</li> </ul>	10"



**V. EVALUACIÓN**

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<ul style="list-style-type: none"><li>Ψ Disfrutan en las actividades programadas</li><li>Ψ Muestra interés para competir su opinión.</li><li>Ψ Apoyan a sus compañeros en la sesión.</li></ul>

ANEXOS SESIÓN N° 11



## SESION N° 12

### SE REALMENTE COMO TE SIENTES

#### I. INTRODUCCIÓN

En el Aprovechamiento productivo de las emociones, se asume una mayor responsabilidad respecto a las propias emociones o sentimientos, reduciéndose las tendencias victimizas. Presenta mayor capacidad de concentración y respuestas más oportunas, positivas y creativas.

El individuo en su cotidianidad presenta una serie de acciones y reacciones que son el resultado de una serie de aptitudes emocionales que reflejan la proyección de las mismas, sobre la base del conocimiento que el propio individuo tenga de ellas. En ese sentido, Goleman, determina que “una actitud es una característica de personalidad o un conjunto de hábitos que llevan a un desempeño laboral superior o más efectivo”; en otras palabras: una habilidad que agrega obvio valor económico a los esfuerzos de una persona en su trabajo.

El mismo autor indica que otro aspecto es la gran división de aptitudes la cual reside cognición y emoción. Algunas aptitudes son puramente cognitivas, tales como: el razonamiento analítico o la pericia técnica. Otros combinan el pensamiento y el sentimiento. Son las denominadas "aptitudes emocionales". Todas las aptitudes de este tipo involucran algún grado de habilidad en el reino del sentimiento, junto con los elementos cognitivos que estén en juego.

#### II. OBJETIVO:

Ψ Lograr que los estudiantes se planteen una meta futura de éxito.

#### III. ACTITUDES A DESARROLLAR

- Ψ Sigue instrucciones de la facilitadora.
- Ψ Capacidad de escucha
- Ψ Disposición frente al trabajo.

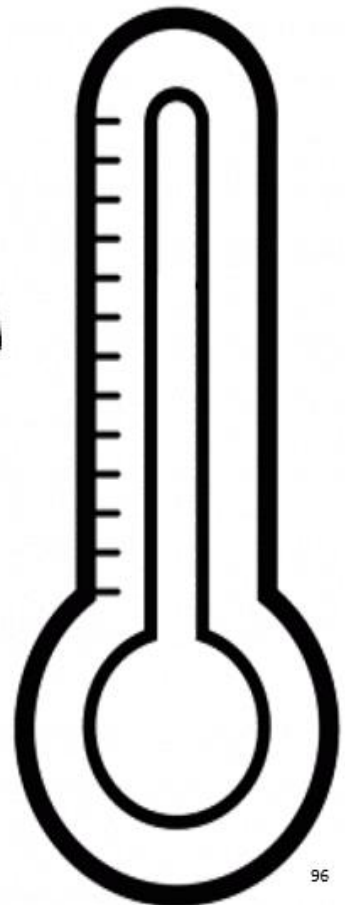
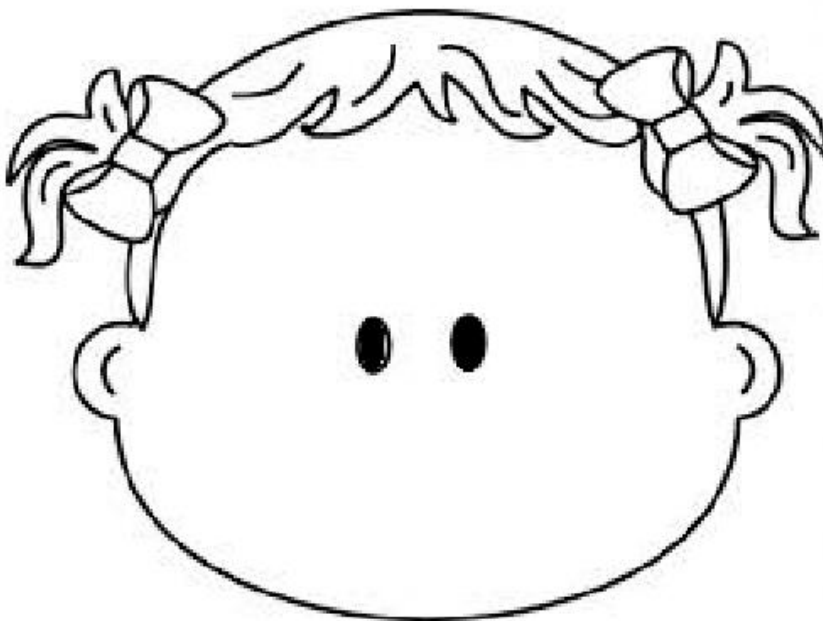
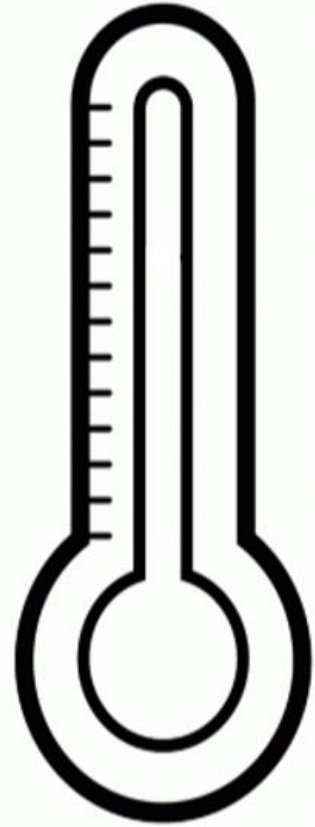
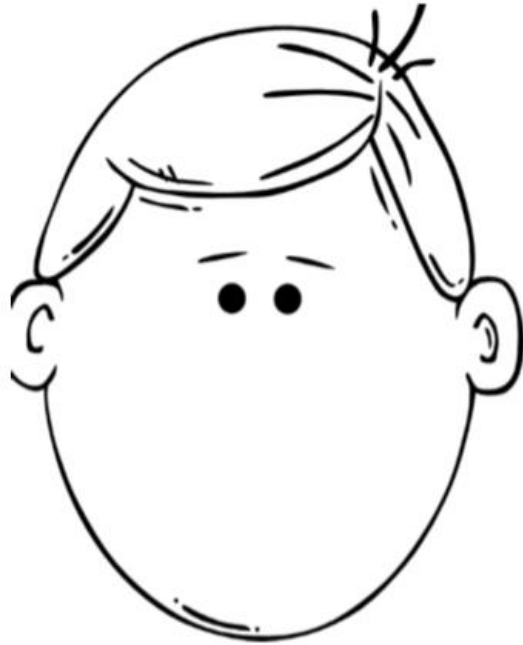
#### IV. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

MOMENTOS	DESCRPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MATERIAL	T°
INICIO	<p>Inicio: La facilitadora empezará planteando un lema que los estudiantes deberán repetir durante toda la sesión, para que les sirva de motivación. Lema: "CADA DÍA SOY MEJOR"</p> <p>La facilitadora junto con los participantes formara un circulo y les explicará que esta es la última sesión que se trabarará y para ellos haremos una reflexión final, que nuestra misión final es poder reconocer como fue las primeras experiencias al terminar la participación deberán lanzar el ovillo de lana de color negro a cualquiera de mis compañeros, luego contare como me siento ahora y al terminar lanzaré el otro ovillo de lana de color blanco. (Esta actividad se trabajará hasta que participen todos.)</p>	<p>-Música Instrumental -Mp3 -Parlantes -Lana de color negra y blanco</p>	10"
PROCESO	<p>Se formarán grupos y se les explicará a los participantes que deberán actuar una situación en específico que cada grupo elegirá de como iniciamos en las primeras sesiones y como se encuentran ahora. Luego se hará la reflexión final, brindando a los participantes algunas pautas que les servirá en un futuro.</p>	<p>-Música Instrumental -Mp3 -Parlantes -Mascara.</p>	25"
CIERRE	<p>Se les entregará un folio, revistas y diferentes material que los ayude a realizar su álbum futuro el cual contendrá, su presente, sus metas, algunas pautas que ellos mismos elaboraran, por ejemplo como enfrentar situaciones complicadas en nuestra vida, etcétera. Estos álbumes serán conservados por los participantes. Evaluación. Se le dará una hoja al niño en donde este dibujado un niño(a) al lado de un termómetro. Todas sesiones que los niños asistan se les pedirá que identifique la emoción que experimenta entre las siguientes emociones: enojo, tristeza, felicidad y tranquilidad. Luego que coloree el termómetro para que cuantifique la emoción; cuanto más llene el termómetro más siente la emoción. Estas hojas deberán serán conservadas por la facilitadora en una carpeta especial y en las sesiones posteriores se irán comparando como varía el estado del ánimo de una sesión a otra Se les entregará un reconocimiento por la participación de los estudiantes y finalmente un pequeño compartir.</p>	<p>- Tarjetas -Imágenes -Papelotes -Tijera Cartulina -Goma -hojas arcolor -Hojas de las emociones -Crayolas</p>	15"

#### V. EVALUACIÓN

ASPECTOS	INDICADORES DE LOGRO
ACTITUDES	<p>Ψ Respetan a sus compañeros Ψ Muestran seguridad para competir su opinión. Ψ Apoyan a sus compañeros en la sesión.</p>

ANEXOS SESIÓN N° 12



## INTRODUCCIÓN

### Planteamiento del problema

Las dificultades presentadas durante la infancia constituyen en la actualidad un gran desafío para la psicología, pues se centra en los amplios procesos del desarrollo del niño, en los que participan los diferentes factores como; la familia, las relaciones interpersonales y la parte académico.

La familia es considerada el pilar fundamental de esta compleja sociedad, donde la persona va a encontrar el soporte afectivo y el apoyo para hacer frente a las adversidades que se presentan en su interacción y poder desarrollar habilidades como ser humano donde aprende valores, conductas y roles sociales; cuando en este proceso se manifiesta situaciones violentas o cualquier situación desfavorable para el niño ya se convierte en un problema familiar, social

### Resumen de coincidencias

27 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

#### Coincidencias

- |   |   |     |
|---|---|-----|
| 1 | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | 8 % |
| 2 | repositorio.ucv.edu.pe<br>Fuente de Internet        | 3 % |
| 3 | repositorio.uladech.ed...<br>Fuente de Internet     | 3 % |
| 4 | www.clicpsicologos.co...<br>Fuente de Internet      | 3 % |
| 5 | www.scribd.com<br>Fuente de Internet                | 1 % |
| 6 | cybertesis.unmsm.edu...<br>Fuente de Internet       | 1 % |



ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Código : F06-PP-PR-02.02  
Versión : 09  
Fecha : 23-03-2018  
Página : 1 de 1

Yo,

..... Osar Manuel Vela Miranda .....  
..... docente de la Facultad ..... Humanidades ..... y  
Escuela Profesional ..... Psicología ..... de la Universidad César Vallejo ..... Piura .....  
(precisar filial o sede), revisor (a) de la tesis titulada

" Efectos de un programa de afrontamiento emocional en la  
autoestima en niños víctimas de maltrato psicológico  
en la ciudad de Sullana. "

del (de la) estudiante ..... Vinces Riofrío Katherine Tatiana .....  
..... constato que la investigación tiene un índice de similitud de ..... 27 ..... %  
verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El/la suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha ..... 19 de diciembre 2018 .....



Firma

Nombres y apellidos del (de la) docente

DNI: ..... 18275051 .....

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Responsable del SGC	Aprobó	Vicerrectorado de Investigación
---------	----------------------------	--------	---------------------	--------	---------------------------------





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

Escuela Profesional de Psicología

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

Vincos Rispos Katherine Tatiana

INFORME TITULADO:

Efectos de un programa de Apoyo Psicológico  
emocional en la recuperación de niños víctimas  
de maltrato psicológico en la ciudad de Ilo.

PARA OBTENER EL GRADO O TÍTULO DE:

\_\_\_\_\_

SUSTENTADO EN FECHA: 27 de Diciembre del 2018

NOTA O MENCIÓN: 18 (Dieciocho)



[Firma]  
FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN





**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE TESIS  
EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCV**

Código : F08-PP-PR-02.02  
Versión : 09  
Fecha : 23-03-2018  
Página : 1 de 1

Yo Vinces Riofrio Katherine Estiana identificado con DNI N° 70505323  
egresado de la Escuela Profesional de Psicología  
de la Universidad César Vallejo, autorizo ( X ), No autorizo ( ) la divulgación y  
comunicación pública de mi trabajo de investigación titulado  
“Efectos de un programa de Afrontamiento emocional en la autoestima en niños  
víctimas de maltrato psicológico en la ciudad de Sullana.”; en el Repositorio Institucional de la UCV  
(<http://repositorio.ucv.edu.pe/>), según lo estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley  
sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33

Fundamentación en caso de no autorización:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

  
FIRMA

DNI: 70505323

FECHA: 22 de Diciembre del 2018

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Responsable del SGC	Aprobó	Vicerrectorado de Investigación
---------	----------------------------	--------	---------------------	--------	---------------------------------