

Universidad Empresarial Siglo 21



Trabajo final de grado. Plan de intervención

Licenciatura en Psicología

Autoestima y deserción escolar en el Instituto Provincial de Enseñanza Media N°

193 José María Paz

Self-esteem and school dropout in the provincial secondary school N° 193 José María

Paz

Autor: Irastorza Rosario

PSI04423

Tutor: Ghio Fernanda

Río Cuarto, noviembre de 2023

Agradecimientos

Llegar hasta acá, implica un proceso largo y arduo para mí, dónde en el camino crecí, me construí y formé en lo que amo, la psicología. Muchos aspectos de mi vida quedaron atrás y muchos otros se sumaron en este camino.

Nada hubiera sido posible sin mis padres, quienes me apoyaron y acompañaron desde el día uno y en todas mis decisiones, ellos creyeron en mí hasta cuándo ni yo misma lo hacía, por ello se merecen el gracias más grande. También mi familia y amigos, quienes me sostuvieron, contuvieron y acompañaron en cada momento.

Me siento inmensamente agradecida de haber tenido la oportunidad de conocer por medio de la universidad a quienes hoy son mis amigas, personas súper importantes, que hicieron este proceso más liviano y placentero. Continentes, compañeras y hermosas personas que me regaló la vida. A mi terapeuta, quien nunca dejó de creer en mí, quien me ayudó a ver y reconocer mis habilidades y me acompañó en cada momento académico.

Nada hubiera sido posible sin el apoyo de estas personas, gracias.

Y gracias a mi esfuerzo que hoy tiene su recompensa, por luchar y seguir frente a las adversidades. Hoy se cierra una etapa importante en mi vida que abre otras, llenas de oportunidades y construcción.

Gracias a todas aquellas personas que aportaron a mi crecimiento personal.

Índice

Resumen.....	4
Abstract.....	5
Introducción.....	6
Línea estratégica de intervención.....	8
Resumen de la institución.....	10
Delimitación de la problemática o necesidad.....	14
Objetivos.....	16
Justificación.....	17
Marco teórico.....	21
Plan de acción.....	30
Diagrama de Gantt.....	44
Recursos.....	44
Presupuesto.....	45
Evaluación.....	46
Resultados esperados.....	48
Conclusión.....	50
Referencias.....	52
Anexos.....	59

Resumen

Se propone un plan de intervención dirigido al Instituto Provincial de Enseñanza Media N° 193 José María Paz, donde se identifica como problemática la deserción escolar y su relación con la baja autoestima de los estudiantes. Se postula como objetivo aumentar la autoestima a través de talleres de promoción de la motivación, respeto y emociones positivas, para acrecentar el presentismo escolar en estudiantes de tercer año del instituto escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz. Para cumplir con los objetivos se proponen talleres psicoeducativos y lúdicos, con actividades como: presentaciones de power point, videos, búsqueda del tesoro, ovillo de lana, dígalos con mímica de emociones, mesa humana de confianza. Se evaluará la validez del plan de acción en cuanto a los objetivos, con la aplicación de la Escala de autoestima de Rosenberg en los estudiantes. Se estiman resultados positivos, como adquisición de herramientas motivacionales, de reconocimiento emocional, respeto, aumentando la autoestima y propiciando un mejor clima áulico, para con ello aumentar el presentismo escolar. Se considera el proyecto desarrollado factible y apropiado a la temática, se destaca la importancia de promover y prevenir la salud mental como profesionales de la salud y como partícipes de la sociedad, puesto que la autoestima es un aspecto importante de la personalidad, a nivel personal, social y cultural.

Palabras claves: autoestima, deserción escolar, emociones, motivación, respeto.

Abstract

A intervention plan is proposed for the Provincial Institute of Secondary Education No. 193 José María Paz, where school dropout is identified as a problem, along with its relationship to students' low self-esteem. The objective is to increase self-esteem through workshops promoting motivation, respect, and positive emotions, aiming to enhance school attendance among third-year students at the I.P.E.M. No.193 José María Paz school. For achieve the objectives, psychoeducational and playful workshops are proposed, including activities such as PowerPoint presentations, videos, treasure hunts, yarn ball exercises, charades expressing emotions, and a human trust table. The validity of the action plan concerning the objectives will be assessed through the application of the Rosenberg Self-Esteem Scale on the students. Positive outcomes are anticipated, such as the acquisition of motivational tools, emotional recognition, respect, increased self-esteem, and fostering a better classroom environment, ultimately leading to improved school attendance. The developed project is deemed feasible and relevant to the theme, emphasizing the importance of promoting mental health and prevention as healthcare professionals and contributors to society. This is because self-esteem is a significant aspect of personality at a personal, social, and cultural level.

keywords: self-esteem, dropping out, emotions, motivation, respect.

Introducción

Se desarrolla un trabajo final de grado para la obtención del título Licenciatura en Psicología en la Universidad Siglo 21. Para ello se propone un proyecto de intervención dirigido hacia el Instituto Provincial de Enseñanza Media (I.P.E.M.) N° 193 José María, perteneciente a la localidad de Saldán, provincia de Córdoba.

Se realiza una revisión y lectura exhaustiva sobre la información brindada de la institución escogida y a partir de ello, se propone abordar la problemática institucional identificada desde la línea estratégica de nuevos paradigmas en salud mental, desde la promoción. Refiriéndose como problemática, el aumento de la deserción escolar en los últimos años en el I.P.E.M. N° 193, puesto que resulta preocupante para la institución. Y se destaca la gran relación de la deserción escolar con la baja autoestima en los estudiantes.

Es por ello que se proyecta un plan de acción que logre cumplir con los objetivos. Postulándose como objetivo general: aumentar la autoestima a través de talleres de promoción de la motivación, respeto y emociones positivas, para acrecentar el presentismo escolar en estudiantes de tercer año del instituto escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, en un plazo de 2 meses, en el año 2024.

Se dirige el proyecto principalmente a los estudiantes de tercer año, considerándose importante que esté direccionado hacia ellos, por la edad que transitan y por cuán próximos se encuentran de pasar al ciclo orientado, como así también se tiene presente que la institución manifiesta, que en el ciclo básico es donde se encuentra una mayor comunidad heterogénea y conflictiva. Considerándose que el dispositivo les brindará herramientas y los fortalecerá para el desarrollo académico y personal.

Se postula un plan de acción con el propósito de cumplir con los objetivos. Se realizarán siete encuentros, uno por semana de 80 minutos, con una duración estipulada de dos meses. Será un dispositivo de talleres psicoeducativos, lúdicos, titulado “Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto”. Se organizan los encuentros en base a las variables de los objetivos, en los primero 2 encuentros se abordará la temática autoestima, en el tercer y cuarto encuentro la motivación intrínseca, continuando con el quinto y sexto encuentro dirigido hacia las emociones y en el último encuentro se desarrollará el respeto y el cierre del dispositivo.

Posterior a la aplicación del plan de acción se evaluará si este resultó efectivo frente a los objetivos planteados. Para evaluar, se utilizara una técnica descriptiva, observación a través de fotografías y se aplicará la escala de autoestima de Rosenberg, que mide los niveles de autoestima. Las evaluaciones se realizarán previo al desarrollo del dispositivo y posterior a la finalización, para comparar y verificar si hubo aumento de las variables propuestas en los estudiantes.

Estimándose resultados positivos y beneficiosos para los estudiantes, entre ellos la adquisición de herramientas motivacionales, sobre el reconocimiento de las emociones y respeto, propiciando el aumento de su autoestima, un mejor clima áulico y favoreciendo el presentismo escolar. También conocimiento y enriquecimiento sobre estas variables. Se concluye que la temática abordada es importante a nivel personal, social y cultural, tanto para la psicología, como para la salud en sus múltiples facetas, puesto que la autoestima es un factor valioso para la personalidad de las personas y el desarrollo de sus vidas. Por ello se propone y se persigue como estudiante y futuro profesional de la salud, la promoción y prevención de la autoestima, como así el seguir investigando y nutriendo el área de la salud mental.

Línea estratégica de intervención

En el proceso de elaboración y planificación del trabajo final de grado en licenciatura en psicología de la Universidad Siglo 21, se optó por un plan de intervención donde se escoge como línea estratégica los nuevos paradigmas en salud mental. Con el propósito de lograr una comprensión exhaustiva y precisa de esta línea estratégica, se considera fundamental definir los diversos conceptos que la conforman y posteriormente establecer sus relaciones.

Es así, que surge la siguiente pregunta: ¿a qué se refiere uno cuando habla de paradigma? Capellá (2001), refiere a paradigmas como aquellos modelos y teorizaciones sobre aspectos de la realidad, que son aprobados y validados por la ciencia. Este autor también menciona que en el transcurso de la historia se han desarrollado gran variedad de paradigmas en el área de salud mental, entre ellos el psicoanálisis, el cognitivismo, el conductismo, la sistémica, la neurociencia, entre muchos otros (Capellá, 2001).

Entonces, si como línea estratégica se habla de nuevos paradigmas en salud mental, se podría inferir a cambios en esta área. Según Kuhn (2004), “un nuevo paradigma hace necesaria una redefinición de la ciencia correspondiente, algunos problemas antiguos pueden replegarse a otras ciencias, o ser declarados no científicos” (p. 165). Por lo tanto, se puede considerar como nuevos paradigmas en salud mental a teorizaciones y enfoques novedosos que buscan responder a las demandas emergentes en este campo. Esto se podría relacionar con lo que Kuhn llamaba revolución científica, refiriendo a que los científicos identifican aspectos novedosos en un mundo en constante evolución y modificaciones permanentemente (Briceño, 2009).

En relación al área de salud mental y sus diversos paradigmas, se puede tomar la definición de salud mental. La Ley Nacional N° 26.657 describe a la salud mental como “un proceso determinado por componentes históricos, socioeconómicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada a la concreción de los derechos humanos y sociales de toda persona” (Ley N° 26.657, 2010, párrafo 3). Se refiere así, a la complejidad de la salud mental, que está compuesta por múltiples factores, subrayando la imperante necesidad constante de realizar investigaciones científicas en el campo, tal como lo hacen los nuevos paradigmas representados por diversos enfoques y modelos, como el psicoanálisis, la cognitiva, entre otros, generando nuevos conocimientos y enriquecimiento en esta área, también realizando promoción y prevención como lo exige la Ley.

Es así, que resulta esencial trabajar desde la línea nuevos paradigmas en salud mental, para abordar la problemática identificada en la institución escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, donde se detecta una alta deserción escolar y la causa de ello son múltiples factores, como la repitencia, la inasistencia, la baja autoestima, el sufrimiento emocional y el clima áulico (Universidad Siglo 21, 2019). Por lo que se escogió entre los factores, trabajar la promoción de la autoestima en los estudiantes de tercer año del ciclo básico, de la escuela secundaria José María Paz.

Al hablarse de promoción en psicología, se refiere a la promoción en salud mental, como trabajo, proceso y acciones que fortalecen y desarrollan condiciones de bienestar a nivel individual, social y cultural posibilitando una mejor calidad de vida a través del crecimiento psicológico y psicofisiológico (Jané-Llopis, 2004). El objetivo de

la promoción es disminuir la frecuencia de la problemática a trabajar, enfocándose en los factores de protección (Jané-Llopis, 2004).

Se considera la promoción como herramienta importante para trabajar la autoestima en una institución educativa ya que, se ha constatado en investigaciones que la promoción en salud mental a través de intervenciones en escuelas, generan mayor bienestar psicológico, disminución en conductas agresivas y mejor rendimiento académico (Jané-Llopis, 2004). Por ende se resalta la importancia de la autoestima, ya que esta es primordial para la salud mental, si hay autoestima alta la persona podrá vincularse con otros de manera más saludable y tendrá mayor bienestar psíquico y emocional (García, Coronel Yagual, 2022). Desde lo postulado, se destaca la importancia de desarrollar y realizar un plan de intervención acorde, para trabajar las necesidades de la institución escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, desde la promoción de la autoestima que aporten a disminuir la deserción escolar.

Resumen de la institución

Como institución para realizar un plan de intervención, se escogió el colegio secundario I.P.E.M. N° 193 José María Paz, situado en la localidad de Saldan, en el departamento Colón de la provincia de Córdoba (Universidad Siglo 21, 2019). Este instituto se encuentra a una distancia de 18 kilómetros de la ciudad de Córdoba, su dirección es Vélez Sarsfield N° 647 (Universidad Siglo 21, 2019).

La escuela cuenta con turno mañana y turno tarde, con cursos y sus respectivas divisiones, desde primer año a sexto año (Universidad Siglo 21, 2019). Por lo que se encuentra conformado por un ciclo básico (CB) y ciclo orientado (CO), este último tiene 2 tipos de orientación, en la que el estudiante puede realizar su elección, en cuarto

año: Orientación Turismo y Orientación Economía y Gestión (Universidad Siglo 21, 2019). El I.P.E.M. N° 193 está compuesto por una comunidad educativa, integrada por aproximadamente 644 estudiantes y 97 docentes (Universidad Siglo 21, 2019). También hacen parte de esta comunidad el cuerpo directivo, que actualmente está conformado por la directora Susana Giojalas y la vicedirectora María Nieto (Universidad Siglo 21, 2019).

Para realizar un recorrido histórico de la institución escolar, se puede comenzar con que la localidad de Saldan, no contaba con una escuela secundaria, por lo que en 1965 vecinos e integrantes de la municipalidad, deciden fundar una (Universidad Siglo 21, 2019). Con el objetivo y misión de que los jóvenes no tuvieran que emigrar a Córdoba o La Calera, para recibir este tipo de educación, sino que pudieran tener la misma en su ciudad (Universidad Siglo 21, 2019). También se planteó como propósito, formar a los jóvenes para una salida laboral en su localidad (Universidad Siglo 21, 2019).

Fue así, que en 1966, se solicitó la creación del colegio secundario, reiteradas veces al Servicio Nacional de Enseñanza Privada (Universidad Siglo 21, 2019). Luego la Presidencia de la Nación autorizó la participación de la Superintendencia Nacional de Enseñanza Privada y pidió la matriculación de estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019). A partir de ello, el instituto llamado José María Paz (por un caudillo de Córdoba) comenzó a funcionar como una institución educativa privada, en el edificio de la escuela Nogal Histórico, en horarios de la tarde (Universidad Siglo 21, 2019).

En el año 1971, se conformó quinto año y fue así que quedó el ciclo completo, también en dicho año se creó el centro de estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019). En 1972 se realizó un encuentro folclórico, propuesto en una reunión del centro de

estudiantes, el cual se nombró competencia folclórica estudiantil (Universidad Siglo 21, 2019). Con lo recaudado de estos encuentros, aportes de los padres y el 5% del sueldo de los docentes, se logró comprar el terreno (de una manzana y media) para construir la institución (Universidad Siglo 21, 2019).

Luego en 1976, la institución educativa, que en su momento era de orden privada, comenzó a tramitar lo necesario para pasar a ser de orden provincial (Universidad Siglo 21, 2019). Consiguente, en 1988, ya de orden provincial, la prioridad pasó a ser la construcción del edificio de la escuela (Universidad Siglo 21, 2019). Fue así, que en 1995, la escuela se mudó a sus propias instalaciones entre las calles Suipacha, Lima Quito y Vélez Sarsfield en la ciudad de Saldan (Universidad Siglo 21, 2019).

En cuanto a la competencia folclórica, que se llevaba a cabo en el colegio I.P.E.M. N° 193 como parte de un Proyecto Educativo Institucional (PEI) revestía gran importancia. Ya que a este evento, concurrían participantes de todo el país, y su desarrollo estaba bajo la supervisión de la orientación en turismo, donde tanto los estudiantes como los docentes participaban en la organización y conformación de estos encuentros (Universidad Siglo 21, 2019). En consecuencia de la crisis 2001, esto fue abandonado, ya que se tornó difícil sostener y seguir realizando los encuentros folclóricos (Universidad Siglo 21, 2019).

Entre los años 2003 y 2004, se hicieron reformas edilicias de la institución educativa, como nuevos baños para los alumnos y aulas grandes que se dividieron, entre otras reformas (Universidad Siglo 21, 2019). Así mismo, en el año 2004, la escuela José María Paz, pasó a formar parte del Programa Nacional de Becas Estudiantiles (Universidad Siglo 21, 2019). Teniendo como función, que estudiantes con condiciones

sociopedagógicas en riesgo puedan acceder a la educación a través de becas (Universidad Siglo 21, 2019).

Se continua con este recorrido, en el año 2005, se pone como propósito en la institución, alcanzar demandas educativas y sociales en el mundo de la informática y la comunicación para los estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019). Fue así, que a través del programa Eductrade, se logró tener un laboratorio de informática 100% nuevo (Universidad Siglo 21, 2019). También, en 2008, se participó de un Programa de Mejoramiento del Sistema Educativo, donde la institución recibió recursos tecnológicos para mejorar los espacios de la escuela (Universidad Siglo 21, 2019).

En el siguiente año, 2009, en la escuela José María Paz, se incorporaron los Centros de Actividades Juveniles (CAJ) (Universidad Siglo 21, 2019). Estos tienen como finalidad mejorar la educabilidad del colegio, a través de espacios de tiempo libre educativo, respondiendo a las necesidades, intereses sociales y culturales, de promoción y prevención en salud, como también de participación y recreación (Universidad Siglo 21, 2019). El CAJ promueve aprendizaje, contención, gratificación y reconocimiento social (Universidad Siglo 21, 2019).

En el año 2014 la institución educativa se centró en el fortalecimiento de las trayectorias escolares, con acuerdos de convivencia y el centro de estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019). Continuando, en el año 2015, se empezaron a utilizar las aulas construidas dos años anteriores y se retomó el proyecto de la Expoferia, dirigido por los estudiantes de sexto año (Universidad Siglo 21, 2019).

Por último en este recorrido histórico, se puede mencionar que en los años 2016 y 2017, se construyeron dos aulas y un playón deportivo (Universidad Siglo 21, 2019). También en estos años, el equipo de profesionales de acompañamiento educativo tomó

más intensidad y fuerza, trabajando en red por la situación que atravesaba la institución (Universidad Siglo 21, 2019). Asimismo, por último se incorporó el trabajo con Necesidades Educativas Derivadas de la Discapacidad (NEDD) (Universidad Siglo 21, 2019).

La institución escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, plantea como finalidad, poder generar en los estudiantes una formación integral y brindarles herramientas para la construcción personal, favoreciendo un pensamiento crítico y la inserción social, cultural y laboral a largo plazo, dando así conocimiento a la visión de la institución educativa (Universidad Siglo 21, 2019). Todos estos principios, están fundados en la educación de valores universales, presentando un perfil de egresado con lo anterior mencionado y promoviendo entre sus valores, el compromiso, el esfuerzo, y la formación permanente para un beneficio personal de los estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019).

Delimitación de la problemática o necesidad

La institución escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, se caracteriza como una comunidad estudiantil heterogénea. Esta heterogeneidad se manifiesta en diversos aspectos que suscitan preocupación en la escuela, a nivel general se destacan como principales la tasa de deserción escolar, la repetición de año y la frecuente inasistencia de los estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019).

Estos aspectos se respaldan con datos concretos recopilados por la institución. En el año 2017, la tasa de abandono escolar alcanzó el 13%, afectando a 89 estudiantes, en comparación con el año anterior, estando en 9,6% (Universidad Siglo 21, 2019). Además, en lo que respecta a la repitencia, los datos obtenidos entre los años 2014 y

2017 revelan que este porcentaje osciló entre el 17% y el 20%, llegando a un total de 125 estudiantes que repitieron de año en 2017 (Universidad Siglo 21, 2019). Son estos datos y aspectos, los que toman importancia en dicha institución y generan necesidad de trabajar para mejorar la situación y que los jóvenes puedan transitar, terminar sus estudios.

Considerándose los datos mencionados y pensándose en los factores de gran relevancia a nivel educativo. Se puede postular, a partir de evidencia empírica en investigaciones realizadas, que el abandono escolar suele ser consecuencia de la repitencia, ya que los estudiantes, al momento de volver a realizar un mismo año se sienten desalentados (Colamarino, Gómez, Gualtieri, Miranda, 2022). Como así también, la probabilidad de deserción escolar aumenta cuando los estudiantes llegan a una edad mayor que sus compañeros de curso, optando así por el abandono escolar (Colamarino, et al., 2022). A partir de lo planteado, se infiere que estos factores se relacionan entre sí, la inasistencia, la repitencia y el abandono escolar.

Para continuar con los aspectos que afectan a la institución educativa José María Paz, es importante destacar que la heterogeneidad estudiantil, antes mencionada, se concentra principalmente en el ciclo básico (Universidad Siglo 21, 2019). Se presenta a los estudiantes del ciclo básico como adolescentes que enfrentan desafíos significativos para comunicarse y relacionarse con otras personas, lo que se refleja en una alta inasistencia y en consecuencia, en conflictos de violencia (física, psicológica y verbal) tanto entre sus pares, como hacia ellos mismos (Universidad Siglo 21, 2019). Estas condiciones desembocan en un clima áulico y educativo desfavorable, convirtiéndose en factor de riesgo para el rendimiento académico, generando sufrimiento emocional, baja autoestima y abandono escolar en los estudiantes (Universidad Siglo 21, 2019).

Se pone foco en la consecuencia de baja autoestima, resaltando que hay una considerable cantidad de investigaciones que explicitan cómo la baja autoestima genera dificultades en la integración social y aumenta la probabilidad de ausentismo en las escuelas, conductas agresivas, con sus pares o en los espacios áulicos, como así también el abandono escolar (Cava & Musitu, 2015; Coie, Dodge & Kupersmidt, 1990; Woodward & Fergusson, 1999). Es así que se considera a la autoestima como un factor primordial para que los estudiantes comiencen, transiten y terminen sus estudios, teniendo un clima áulico agradable y propicio.

Cava y Musitu (2015) realizaron una investigación sobre la autoestima académica, donde expresan que los estudiantes rechazados, alejados y discriminados, presentan una mayor autoestima baja en comparación con sus compañeros de estatus medio o estudiantes populares. Por ende se postula a la baja autoestima como motor o factor de malestar y deserción escolar, considerándose de vital importancia abordar esta problemática, en la institución educativa I.P.E.M. N° 193 José María Paz con los estudiantes del ciclo básico, principalmente tercer año para que puedan adquirir herramientas para el próximo año afrontar el ciclo orientado, centrado en fortalecer y trabajar desde la promoción de la autoestima, ya que se pudo identificar que es uno de los factores influyentes en la deserción escolar.

Objetivos

Objetivo general.

Aumentar la autoestima a través de talleres de promoción de la motivación, respeto y emociones positivas, para acrecentar el presentismo escolar en estudiantes de

tercer año del ciclo básico del instituto escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, en un plazo de 2 meses, en el año 2024.

Objetivos específicos.

- Informar qué es la autoestima y su importancia en la salud mental y el desarrollo de las personas.
- Aumentar la motivación intrínseca en los estudiantes, para acrecentar la necesidad de crecimiento personal.
- Informar sobre los distintos tipos de emociones, para lograr el reconocimiento de las mismas en los estudiantes.
- Incrementar las emociones positivas en los estudiantes, para generar recursos personales en ellos.
- Desarrollar herramientas centradas en el respeto y validación emocional entre pares, para generar un clima áulico favorable en los estudiantes de tercer año.

Justificación

Resulta importante realizar este proyecto de intervención, donde se propone aumentar la autoestima en estudiantes de tercer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz, para acrecentar el presentismo escolar. Dado que, se identifica la deserción escolar como la problemática más preocupante en la institución, y se considera que hay una relevante relación de la autoestima con la deserción escolar. Esto se puede constatar en un estudio realizado por Flores et al. (2019), donde se postula que la deserción de los estudiantes tiene una clara relación con la autoestima de estos y que las bajas calificaciones son consecuencia de factores familiares, personales y académicos.

El proyecto tiene como finalidad, aumentar y promover la autoestima, trabajando con adolescentes la motivación, el respeto y las emociones positivas, para así intentar disminuir la deserción escolar. Se infiere que la autoestima está conformada por tres componentes, uno de ellos es el componente afectivo, donde se desarrollan las emociones, se visualiza la autoestima como la opinión emocional introspectiva (Zulaika & Rivera, 2016). Por lo que resulta importante fortalecer en los estudiantes las emociones positivas, para aumentar su autoestima, generando recursos personales. Dado que también se considera la adolescencia como un periodo en donde las personas vivencian cambios emocionales y experimentan con mayor intensidad las emociones (Zulaika & Rivera, 2016).

Como se menciona, las emociones son un aspecto importante a trabajar, pero también lo es el respeto entre pares. Zulaika y Rivera (2016) postulan al respeto como parte del componente conductual de la autoestima, infiriendo que el respeto por un otro, sentirse valorado y comprendido aporta al aumento de la autoestima. Considerándose este, como factor importante a desarrollar para que se logre un clima áulico agradable y disminución de la violencia.

Por último, también se propone desarrollar herramientas de motivación, puesto que Rodríguez (2018) plantea que la motivación y la autoestima tienen relación e interacción significativa, debido que la motivación propicia proyectos y crecimiento personal. Encontrándose la motivación dentro del componente cognitivo de la autoestima (Zulaika & Rivera, 2016). Es así que se trabajará con un dispositivo de talleres la motivación intrínseca, las emociones positivas y el respeto entre pares, con los estudiantes para desarrollar una autoestima positiva y fomentar el presentismo escolar.

Los beneficiarios de la realización de los talleres, serán los estudiantes de tercer año del ciclo básico, de la institución I.P.E.M. N° 193 José María Paz, dado que en la delimitación problemática, se identificó una comunidad heterogénea, donde hay problemas de comunicación que conducen a desafíos y conflictos generando un clima áulico desfavorable, baja autoestima y en casos abandono escolar. A partir de ello, se infiere que sería la comunidad más vulnerable a realizar abandono escolar. Está dirigido principalmente a tercer año, considerándose el ciclo evolutivo en el que se encuentran y que los estudiantes están cercanos a ingresar al ciclo orientado.

Es así, que se refiere al proyecto de intervención como gran aporte para los estudiantes y para la mejora académica. Puesto que, se postula a la autoestima alta como generadora de confianza, seguridad y valoración propia y que tiene relación directa con el aprendizaje, si la autoestima es alta, el nivel de aprendizaje también lo será (Padrón & Hernández, 2004). Puesto que la finalidad de los talleres es generar desde la promoción de la autoestima, bienestar en los estudiantes y un agradable clima áulico para favorecer el presentismo escolar y disminuir la deserción. Padrón y Hernández (2004), plantean que el aumento de la autoestima no solo es beneficioso a nivel académico, dado que incluso propicia mayor éxito en la vida privada y profesional.

Llevar adelante el respectivo proyecto, también implica tener presente las limitaciones de este plan a realizar. Es así que se plantea como limitación, la amplitud de la autoestima, como para abordarla de manera directa y total. Padrón y Hernández (2004) postulan a la autoestima como multicausal, dinámica y compuesta por múltiples factores (sociales, personales, culturales, contextuales), que generan interacción continua. Es a partir de esto que, se piensa en trabajar la autoestima desde aspectos motivacionales, emocionales y de respeto, considerándose factores principalmente

personales, para fortalecer a los estudiantes y que puedan desarrollar herramientas para su bienestar y las relaciones interpersonales, enfocándose en el desarrollo y desempeño académico.

Elaborar este proyecto resulta de gran interés, ya que a nivel personal aporta construcción, aprendizaje y adquisición de herramientas, que servirán para el desarrollo y aplicación profesional. A nivel institucional y profesional, se considera importante, debido a que la promoción de la salud mental es un requisito de la Ley Nacional N° 26.657, donde se establece que se deben realizar servicios de promoción y prevención en salud mental (Ley N° 26.657, 2010). Pensándose la promoción en salud mental (como se menciona en el apartado de la línea estratégica) como acciones que fortalecen y proporcionan bienestar en las personas (Jané-Llopis, 2004). Es así, que se pretende con la promoción de la autoestima generar herramientas personales en los estudiantes y aumentar el presentismo escolar.

Al ser estudiante de Licenciatura en Psicología, se ha visto en el transcurso del recorrido académico, la importancia de que los psicólogos desempeñen promoción en salud mental. Un gran referente de la psicología, que conceptualiza la psicohigiene, es Bleger (1964), quien postula que la psicología no debe encerrarse en una asistencia individual e institucional, sino que debe anticiparse efectuando promoción y prevención de la salud, se infiere que no hay que esperar a que las personas manifiesten malestar para intervenir, sino realizar promoción de la salud. Por lo que el plan a desarrollar, está pensado desde esta concepción, realizar promoción de la salud trabajando la autoestima en estudiantes de tercer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz.

Se piensa el proyecto de intervención, como enriquecedor y favorable, ya que se ha comprobado con evidencia empírica que los programas de promoción generan

efectos positivos en la salud de las personas y a nivel social (Jané-Llopis, 2004). Por lo que realizar el respectivo plan de intervención resultará efectivo y beneficioso para los estudiantes y para el clima escolar. Puesto que Jané-Llopis (2004) plantea que las intervenciones de promoción en salud mental en instituciones educativas generan efectos positivos a nivel psicológico, bienestar, mejora en el aprendizaje y disminución en conductas agresivas. Es así que la intervención se considera una vía satisfactoria para el abordaje de la problemática planteada y el desarrollo de una autoestima positiva en estudiantes, debido que a partir de los talleres, se brindarán y construirán herramientas para y con los estudiantes en conjunto, donde se generará seguridad en ellos, confianza, motivación y conocimiento de sus límites, emociones, valores y respeto.

Marco teórico

Es de vital importancia poder conceptualizar el plan de intervención a realizar, donde se postulan diversos conceptos, variables, a explicar. Para dar comienzo al desarrollo del marco teórico se retoma el objetivo general: aumentar la autoestima a través de talleres de promoción de la motivación, respeto y emociones positivas, para acrecentar el presentismo escolar en estudiantes de tercer año del ciclo básico del instituto escolar I.P.E.M. N° 193 José María Paz, en un plazo de 2 meses, en el año 2024. A partir de ello, se realizará un desglose del objetivo para conceptualizarlo con mayor exhaustividad.

Resulta pertinente para el desarrollo, profundizar en la promoción. La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1986), realiza en el año 1986, una conferencia internacional para definir la promoción de la salud y se crea la “Carta Ottawa”. En la respectiva conferencia la OMS conceptualiza a la promoción de la salud

como el trabajo de brindar y construir herramientas necesarias para que la comunidad pueda solucionar y tomar control sobre sus necesidades o problemas, y así lograr un bienestar biopsicosocial (OMS, 1986). También se puede tomar a Jané-Llopis (2004), quien sostiene que la promoción hace foco en los factores de protección como enfoque para abordar la problemática y busca desarrollar, fortalecer el bienestar y un crecimiento individual, social y cultural, propiciando una mejor calidad de vida.

Cuando se aborda el concepto de promoción en salud mental, es pertinente considerar la contribución del influyente psicólogo argentino Bleger (1964), quien sostiene la importancia de trabajar como psicólogos desde la promoción y prevención en salud mental, haciendo hincapié en el pasaje de lo individual a lo social. Este autor pone énfasis en Psicohigiene, donde se presenta como objetivo la promoción en salud mental, anticiparse a la manifestación de malestar, en lugar de esperar a que las personas lo experimenten para poder intervenir (Bleger, 1964). Se infiere así, que la Psicohigiene es una rama basada en métodos y herramientas de la psicología y la psicología social, donde se promueve la concepción de promoción y prevención en salud mental (Bleger, 1964).

En el plan de intervención se realizará promoción de diversos aspectos de la autoestima. Al referirse a autoestima, se conceptualiza como sentimiento introspectivo de qué y quiénes somos, compuesta por aspectos personales, físicos, mentales y espirituales, que hacen parte de nuestra personalidad, la autoestima se puede trabajar, modificar y mejorar (Padrón & Hernández, 2004). También aportan Padrón y Hernández (2004), que la autoestima está compuesta por aspectos sociales, individuales y es multicausal.

Por otra parte, se postula que la autoestima excede el uso de racionalización y lógica en la visión de sí mismo de las personas (Zulaika & Rivera, 2016). Es así que, Valencia (2019), infiere que en la teoría de Maslow, se considera a la autoestima como necesidad fundamental en las personas, la cual se va construyendo a partir de factores como la confianza y mirada introspectiva, logros, aprendizajes y experiencias a lo largo de la vida, como también desde la percepción que se tiene del reconocimiento de personas externas. Maslow, fue uno de los principales referentes de la Psicología Humanista (Valencia, 2019).

Continuando con la descripción de la autoestima, se expone que está integrada por tres componentes en constante interacción: el componente cognitivo, el componente afectivo y el componente conductual (Branden, 2010, como se citó en Roa, 2013). El componente cognitivo, hace referencia al autoconcepto como mayor fuente, es la representación, creencia, opinión, percepción e imagen que tenemos de nosotros mismos, y se puede modificar dependiendo la madurez y capacidad cognitiva de las personas (Branden, 2010, como se citó en Roa, 2013). Ahora al hablarse de componente afectivo, se refiere, a aspectos puramente emocionales, sentimentales, de tinte positivo y negativo, aquella valoración emocional de agrado o desagrado que se tiene de sí mismo (Branden, 2010, como se citó en Roa, 2013). Por último, se encuentra el componente conductual, este implica, el accionar a partir de la valoración que se tiene de uno mismo, con intención de lograr un respeto interno y externo (Branden, 2010, como se citó en Roa, 2013).

Como se menciona, la autoestima está conformada por tres componentes, pero también existen, tipos de autoestima. Tenelema (2018) refiere a tipos de autoestima según Mruk, clasificándolas en: autoestima alta o positiva, autoestima media o relativa

y autoestima baja. La autoestima alta, es aquella, que genera aceptación y confianza sobre sí mismo en la persona, provocando fidelidad a sus valores y respeto, las personas con autoestima alta suelen buscar múltiples alternativas para la resolución de los problemas (Tenelema, 2018). Sobre este tipo de autoestima Zulaika y Rivera (2016) expresan que, en el adolescente aumenta la probabilidad de un buen desempeño académico, por ende se considera importante trabajar la promoción de la autoestima con estudiantes.

Otro tipo de autoestima es la media o relativa, esta refiere a personas que se consideran valiosas, pero a su vez se encuentran con inseguridades y siempre consideran que hay mejores personas que sí, por ende oscilan constantemente entre una autoestima alta y una autoestima baja (Tenelema, 2018). Por último, se indica el tipo de autoestima baja, esta se caracteriza en personas que no suelen buscar ayuda externa, optan principalmente por aislarse, usualmente les cuesta comunicar sus emociones y aquello que les sucede, teniendo dificultades para relacionarse con otros (Tenelema, 2018). Para cerrar el concepto de autoestima, resulta importante tomar a Branden (1995), quien postula a la autoestima como indispensable para un buen funcionamiento en el desarrollo de la vida, si hay una alta autoestima la persona se desempeñará de manera más eficaz y saludable.

Una vez abordada la temática de autoestima, se destaca la importancia de conceptualizar los aspectos desde donde se va a trabajar la autoestima. Uno de los aspectos a trabajar es el respeto, se puede observar que el respeto está presente en el componente conductual de la autoestima (Branden, 2010, como se citó en Roa, 2013). Según Zulaika y Rivera (2016) el respeto es un factor que interviene en la construcción de la autoestima. Se expresa que, cuando no se respetan las emociones, pensamientos o

creencias de un otro, la autoestima de esa persona será afectada, por lo que se resalta la importancia de fomentar la empatía y comprensión (Zulaika & Rivera, 2016).

Al referirse a respeto se puede aludir qué “puede ser considerado como madre de todas las virtudes, puesto que constituye la actitud fundamental que presuponen todas ellas” (Von Hildebrand, 2004, p.222). Von Hildebrand (2004) hace mención al respeto como la aceptación de lo real, de lo existente y lo describe integrado por dos partes, una basada en comprender y dar cuenta de los valores y otra parte sería la manera de responder a través de esos valores.

Otro aspecto a trabajar para fomentar la autoestima son las emociones, que también se relacionan, ya que éste propicia que todas las emociones son válidas en las personas. Las emociones son definidas como una vivencia que aparece de manera transitoria y recorre todo el cuerpo y la conciencia de las personas, estas pueden ser positivas o negativas, por ende puede sumar o no en la persona y en su contexto (Denzin, 2009 como se citó en Bericat, 2012). Se expone que las emociones son sentidas de maneras diferentes en cada individuo, puesto que la manera de vivenciarlas depende del contexto donde aparecen, de la causa, las expectativas y valores de la persona, como también el momento cronológico y psicológico en el que se encuentra esa persona (Bericat, 2012).

Palmero y Fernandez-abascal (1999) hablan de proceso emocional, dentro de este proceso, refieren a la existencia de dos filtros, consideran que el proceso emocional está intervenido por aspectos del mundo interno y el mundo externo, estos son procesados en el primer filtro, donde se realiza una evaluación valorativa emocional y provocando activación de las emociones, compuesta por factores experienciales, corporales y mentales (Como se citó en Greco, 2010). Luego de ello, se encuentra el

segundo filtro, que está compuesto por lo adquirido y las costumbres culturales, en este final del proceso, se hace observable la emoción desde manifestaciones expresivas y externas (Palmero & Fernandez-abascal, 1999, como se citó en Greco, 2010).

Las emociones, se pueden clasificar, en emociones positivas o emociones negativas. Al referirse a emociones positivas, se hace mención a la alegría, la satisfacción, la felicidad, la tranquilidad, el alivio, la gratitud, la esperanza, el aprecio, el cariño, el entusiasmo, entre otras (Greco, 2010). Experimentar emociones positivas diariamente posibilita que las personas puedan adquirir recursos personales y estos favorezcan a formas más óptimas para afrontar y dar solución a problemáticas que se presentan en el transcurso de la vida (Fredrickson, 1998, 2001, como se citó en Greco, 2010).

Asimismo existen emociones negativas, que surgen como respuesta, consecuencia, a una experiencia no grata para las personas, algunas emociones negativas pueden ser el miedo, el enojo, la ansiedad, la ira, la tristeza, la culpa, la envidia, entre otras (Ferrero & Rico, 2010). Las emociones pueden variar constantemente en las personas y sentirse, vivenciar de manera distinta en cada ser humano.

Ya desarrollado dos aspectos (respeto y emociones), queda por último desarrollar la motivación, otro factor importante para el respectivo proyecto de intervención. Se considera a la motivación como aquello que genera agrado e incentiva a un accionar (Ospina, 2006). Asimismo, se postula que la motivación influencia el pensamiento y el desempeño académico de los estudiantes (Ospina, 2006). Según Tenelema (2018), la motivación es considerada una actividad de la mente para incentivar a uno mismo u otros, a realizar ciertas acciones con agrado y gusto.

La motivación puede clasificarse en dos tipos, motivación intrínseca y motivación extrínseca. La motivación extrínseca refiere a acciones que provienen del exterior y generan incentivos en la persona para realizar determinada actividad, obteniendo beneficios y recompensas, este tipo de motivación dura menos en el tiempo (Ospina, 2006). En cambio la motivación intrínseca, se basa en aspectos internos de interés, agrado que generan estímulos positivos para realizar una actividad y disfrutarla (Aguilar, González, Aguilar, 2016). La motivación intrínseca es puramente interna, personal y tiene como finalidad la autorrealización (Ospina, 2006).

Una vez conceptualizado y determinado los aspectos (respeto, emociones y motivación) para promover la autoestima, resulta importante también abordar la temática deserción escolar puesto que, la intervención a realizarse apunta a la problemática de abandono escolar, motivando el presentismo. Zulaika y Rivera (2016) plantean a la deserción escolar como abandono escolar, refieren a que este concepto se hace presente en la historia, cuando se desarrolló la educación obligatoria y democratizada en una gran cantidad de países. Se postula la deserción escolar como una problemática educativa que perjudica a toda la sociedad y está presente principalmente en las instituciones secundarias, por causas como la falta de recursos económicos, humanos y materiales y la poca o nula contención familiar (Zulaika & Rivera, 2016).

Se considera la prevalencia de deserción escolar principalmente en instituciones educativas secundarias, ya que el Ministerio de Educación del gobierno argentino, establece que los tiempos para transitar la educación primaria y secundaria son totalmente distintos (Ministerio de Educación, 2022). Puesto que exponen que la tasa de abandono en el nivel primario es muy baja y en el nivel secundario abarca un 10% y la

repitencia es tres veces mayor en las escuelas secundarias, postulando que 10 de cada 100 estudiantes repiten (Ministerio de Educación, 2022).

Se estima que la deserción escolar es consecuencia de múltiples factores: sociales, económicos, personales, familiares, culturales y pedagógicos (Zulaika & Rivera, 2016). Esta problemática, es el último punto en el fracaso escolar (Muñoz, 2011). Que un estudiante abandone la escuela implica que fue víctima de diversos factores (Muñoz, 2011). Muñoz (2011) refiere a la existencia de factores que propician la deserción escolar y los clasifica en tres tipos: factores propios del estudiante, factores propios del sistema educativo y factores socioeconómicos.

Frente a los factores incidentes en la deserción escolar propios del estudiante, se mencionan: el desinterés o desconocimiento sobre los beneficios de la educación, dificultades de aprendizaje, repitencia, sobreedad, desmotivación, falta de contención familiar y de un proyecto de vida a futuro, embarazos e ingreso al mundo laboral temprano (Muñoz, 2011). Continuando con los factores socioeconómicos, estos comprenden: dificultades económicas familiares, pobreza, desintegración del grupo familiar, necesidad de vivienda digna, bajo nivel cultural en el contexto familiar, desnutrición infantil, violencia en sus múltiples modalidades y tipos y presencia de estupefacientes (Muñoz, 2011). La ausencia de un apropiado desarrollo de políticas públicas desemboca en desigualdades socioeconómicas y esto va en contra de la igualdad de oportunidades, dejando a personas excluidas del sistema (Muñoz, 2011).

Por último, se mencionan los factores del sistema educativo, no menos importantes, entre ellos se enumeran: deficiencia de capacitación docente y en equipos directivos, resistencia al cambio, deficiente actualización curricular desadaptada a la realidad social, desvalorización de la función social pedagógica, falta de

involucramiento familiar en la institución educativa (Muñoz, 2011). La institución educativa tiene la responsabilidad de velar por el derecho a la educación de sus estudiantes y realizar todo lo posible para que ellos no abandonen y queden fuera del sistema educativo (Muñoz, 2011).

Las variables conceptualizadas serán abordadas a partir de un dispositivo taller, planteado y diagramado en el plan de acción. Por lo que se considera taller a aquel espacio de participación, integración, e intercambio entre los beneficiarios y quienes dictan el dispositivo (Cislaghi, 2021). Se infiere a estrategias y utilización de recursos sobre una temática específica para producir conocimiento en los participantes (Cislaghi, 2021). Zaldúa, et al. (2006), refieren a dispositivo taller como constructor, facilitador y promotor de reflexión y pensamiento crítico hacia los aspectos de la vida, la salud y sus derechos.

Frente a la problemática identificada, deserción escolar en el instituto I.P.E.M. N° 193 José María Paz, la propuesta de intervención se logró formar y construir a partir de investigación bibliográfica. Las investigaciones que se han encontrado y utilizado como referentes, considerándose como antecedentes bibliográficos a diversos estudios que han encontrado y verificado la gran relación entre la autoestima, la motivación y el rendimiento académico (Cordero & Chirinos, 2007; Rodríguez, 2018; Ospina, 2006). Como también otros autores investigaron la relación de la baja autoestima y la deserción escolar, resaltando la baja autoestima como factor y causa de la deserción escolar (Zulaika & Rivera, 2016; Flores, et al. 2019).

También se expone como antecedente de la promoción a Jané-Llopis (2004), quien realiza una investigación titulada “La eficacia de la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales”. Esta autora postula que, las intervenciones

de promoción en salud mental en instituciones educativas son efectivas y productoras de bienestar psicológico, buen rendimiento académico y disminución de conductas agresivas (Jané-Llopis, 2004). Por último se menciona un antecedente de intervención relacionado a la problemática: Ramajo Rodriguez (2019) presenta una propuesta de intervención con técnicas de Mindfulness, para abordar la gestión emocional y con ello aumentar el rendimiento académico y prevenir el abandono escolar.

Plan de acción

Actividades.

Se desarrollará en el año 2024, un dispositivo taller de autoestima, donde se trabajará la motivación, las emociones positivas y el respeto, en el instituto provincial de enseñanza media N° 193 José María Paz. El taller será implementado por un profesional licenciado en psicología especializado en autoestima y adolescentes y por mí, trabajando en equipo. Se realizarán 7 talleres, un encuentro por semana de aproximadamente 80 minutos (un módulo), durante los meses de abril y mayo, con los estudiantes de tercer año del ciclo básico. Los talleres se realizarán por la mañana y por la tarde, debido a que hay cursos en ambos turnos, y para así lograr un trabajo más personalizado e involucrado con los alumnos.

Al finalizar cada encuentro, se les brindará a los estudiantes una breve encuesta titulada “¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?”, compuesto por las preguntas: ¿Te gustó el encuentro? ¿Te resultó enriquecedor? ¿Hay algo que no te agrado? ¿Qué te gustaría cambiar del encuentro?, respondiendo a estas preguntas con una puntuación de 1 a 4 y dando espacio a que escriban sus opiniones. Con la finalidad de visualizar si los

talleres están siendo adecuados para los estudiantes, que se puede mejorar y para dar cuenta que su opinión y consideración en la realización del proyecto es valiosa.

Previo a dar comienzo con el dispositivo, se asistirá a la institución, donde se les presentará a los estudiantes un consentimiento informado (autorización) (anexo 1), para que sus padres estén informados y autoricen la presencia y participación de los estudiantes en el dispositivo “Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto”. Debido que los estudiantes de tercer año son menores de edad, por ende están bajo la responsabilidad de sus padres o tutores.

Primer encuentro.

Se comenzará a trabajar el objetivo específico 1, que consiste en informar qué es la autoestima y su importancia en la salud mental y el desarrollo de las personas. Será un encuentro de presentación e interiorización de la finalidad y temática a desarrollar en los talleres. Teniendo como objetivo de actividad realizar una presentación para conocernos, generar un ambiente agradable donde los estudiantes se sientan partícipes y poder introducirnos en la temática de los talleres. El tipo de estrategia que se utilizará en este encuentro es de presentación, lúdica y psicoeducativa.

Comenzará el encuentro, invitando a los cursos a la sala multimedia de la institución, ya presentes allí, se les propondrá a los estudiantes sentarse en ronda, para que se sientan cómodos y no tenga espacio una mirada asimétrica entre ellos y el equipo. Una vez todos acomodados, se dará inicio al primer encuentro de manera formal. Se presentará el dispositivo, llamado “Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto” y su finalidad, la cual es trabajar la autoestima desde diferentes aspectos con los estudiantes para aumentarla y aportar al presentismo escolar,

y el equipo (conformado por un psicólogos especializado en el tema de autoestima y adolescentes y por mí) y luego se les propondrá que se presenten.

La actividad 1 es de presentación, consistirá en que se agrupen en seis subgrupos, se repartirán tarjetas de colores en forma aleatoria. Luego se agruparán con quienes tengan el mismo color (rojo, verde, azul, violeta, celeste y naranja). Una vez conformado los equipos, armarán un rompecabezas (brindado por el equipo), a cada uno le tocará un rompecabezas con una palabra específica (autoestima, motivación, respeto, emociones, emociones positivas y emociones negativas) (anexo 2). Una vez finalizado el armado de todos los rompecabezas, cada grupo comentará la palabra que le tocó en el rompecabeza y en síntesis qué piensan de la misma, también se propondrá, que junto con el comentario sobre el rompecabeza que les tocó se presente cada integrante de la manera en que prefieran, ofreciendo que den respuesta a dos preguntas ¿Qué es lo que más me gusta de mí? y ¿Qué es lo que menos me gusta de mí? para con esas preguntas interiorizarnos en la autoestima.

Luego se continuará con la actividad 2 “lluvia de ideas”, consiste en escribir en una pizarra la palabra autoestima, abriendo la temática con la pregunta ¿Qué es para ustedes la autoestima? ¿Qué saben de ella?, realizando con esas preguntas disparadoras una lluvia de ideas entre todos. Consiguiente a la lluvia de ideas se dará un concepto de autoestima y una breve explicación de ella, con la presentación de un power point (anexo 3) desarrollado por un profesional psicólogo especializado en la temática. Se utilizaran las primeras 3 diapositivas del power point y las demás se trabajarán en el segundo encuentro.

Por último, se presentará un video titulado “cuento sobre la autoestima” con una duración de 3:06 minutos (anexo 4) y se reflexionará sobre este, se les propondrá que

realicen la lista que plantea el video, como actividad extra y opcional y posteriormente se mostrará otro video corto como cierre, de un 1 minuto 10 segundos llamado “tu autoestima es importante” (anexo 5), consiguiente se les pedirá que respondan una breve encuesta de ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. Previo a que se retiren del encuentro, se les consultará si quieren hacer una foto grupal (esta se realizaría en el primer encuentro y en el último).

Para realizar el primer encuentro se necesitan recursos materiales como: pizarra, fibrones, proyector, pantalla de proyección, computadora, rompecabezas, papeles de colores (azul, rojo, violeta, naranja, verde, celeste) y la disposición del espacio sala multimedia. Y también recursos humanos, que serían la presencia de profesional especializado en autoestima y adolescentes, la disposición de los estudiantes y la presencia de un docente o preceptor que cuide.

Segundo encuentro.

El objetivo del segundo encuentro es terminar de desarrollar y abordar el primer objetivo específico, informar qué es la autoestima y su importancia en la salud mental y el desarrollo de las personas. Planteando como objetivo de actividad trabajar la temática autoestima, sus tipos y su importancia en la salud mental, para ello se utilizarán estrategias psicoeducativas en este encuentro.

Se comenzará el encuentro, dando alusión a que es el segundo, y retomando el encuentro anterior, con la pregunta ¿qué recuerdan del encuentro pasado? para debatir un poco lo visto previamente. Luego de ello se comenzará la actividad 1 que consiste en retomar el power point (anexo 3), en la diapositiva 4, el cual será explicado por el profesional psicólogo especializado en autoestima. El abordaje del power point será con la finalidad de profundizar en la importancia de la autoestima en la salud mental y

adentrarse en los tipos de autoestima, exponiéndose que la autoestima se puede clasificar en tres tipos: autoestima alta o positiva, autoestima media o relativa y autoestima baja (Tenelema, 2018).

Al nominar los tipos de autoestima, se producirá una pausa sobre el power point y se propondrá realizar la actividad 2, que consiste en entregarle a cada estudiante una oración referida con los tipos de autoestima (ejemplo: oración de autoestima alta: “mayor apertura para solucionar conflictos”, autoestima media: “oscilación entre confianza e inseguridad sobre sí mismos”, autoestima baja: “dificultad para comunicar sus emociones”). En el pizarrón habrá 3 afiches con los títulos de tipos de autoestima y la actividad consistirá en pasar con su oración, leerla y pegarla en el tipo de autoestima que creen que pertenece. Posterior a la realización de esa actividad, se leerán los afiches con los tipos de autoestima y sus oraciones pegadas y se comenzará a explicar cada una de ellas continuando con el power point (anexo 3).

Una vez conceptualizado la autoestima y sus tipos, se presentará un video de cierre titulado “cápsula salud mental: autoestima” (anexo 6) con una duración de 2 minutos 36 segundos, dando apertura a construir una reflexión o frase sobre la importancia de la autoestima entre todos. Luego de ello, se les brindará la encuesta de cierre del encuentro ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro? y cuando se retiren se les entregará a cada uno en un papel una frase “Autoestima es saber, que uno es valioso por el simple hecho de ser. Eres valioso (Zulaika y Rivera, 2016)” Dando por finalizado el segundo encuentro del dispositivo.

Para realizar el segundo encuentro se necesitan recursos materiales: papel para la frase y las oraciones de tipo de autoestima, 3 afiches, proyector, computadora, pantalla

de proyección, wifi, disposición de sala multimedia. Y recursos humanos: profesional especializado, disposición de los estudiantes y de un docente o preceptor cuidador.

Tercer encuentro.

El objetivo de este encuentro es cumplir con el objetivo específico 2, aumentar la motivación intrínseca en los estudiantes para acrecentar la necesidad de crecimiento personal. En este encuentro el objetivo operativo es desarrollar en los estudiantes motivación intrínseca destacando sus habilidades personales, esto se realizará a través de estrategias lúdicas y psicoeducativas.

Se dará inicio al tercer encuentro presentando el tema a trabajar, escribiendo la palabra motivación en la pizarra, luego de ello se mostrará un video titulado “mensaje para reflexionar” (anexo 7) de una duración de 3 minutos 3 segundos, con la finalidad de adentrarnos en uno de los aspectos a trabajar de la autoestima, la motivación. Luego de ver el video se les preguntará a los estudiantes ¿Qué les pareció el video? ¿Qué les llamó la atención? y ¿que pueden rescatar de él?, posterior a debatir sobre el video (actividad 1), se invitará a los estudiantes a realizar un juego llamado “tesoro escondido”.

Actividad 2 tesoro escondido, habrá en diferentes puntos de la institución, sobres de colores escondidos, con mensajes dentro que hablen de habilidades ej: “soy hábil en el deporte, el próximo sobre se encuentra en un espacio donde me destaco”, “soy hábil para los número, el próximo sobre se encuentra en donde tenemos clases de matemáticas”. Los estudiantes se dividirán en grupos de manera aleatoria y jugarán en equipo, tendrán que buscar estos sobres y al hallar cada uno deberán escribir detrás nombres de 2 o 3 estudiantes que consideren que tienen la habilidad mencionada en el sobre encontrado y seguir buscando.

Una vez hallados todos los sobres nos reuniremos en la sala multimedia, nos sentaremos en ronda, y se le entregará un chupetín a cada estudiante, por haber participado del juego. Consiguiente cada equipo mencionara los sobres que encontraron y los nombres que pusieron en ellos, explicando porque pusieron esos nombre y dando apertura a que todos puedan debatir sobre esa habilidad, plantear quienes más consideran tener esa habilidad y también que las personas mencionadas puedan afirmar o negar si sienten que son hábiles en ello. La finalidad de esta actividad es lograr que los estudiantes puedan reconocer sus propias habilidades y la de los demás, para a partir de ello generar motivación, sentido de pertenencia y dar cuenta que todos tenemos habilidades y somos valiosos.

Luego de dialogar sobre las habilidades de cada uno, se dará cierre al encuentro retomando la lista que se les recomendó hacer en el primer encuentro, mencionando otra vez que puedan realizarla y escribir qué es lo que les gusta hacer, en que se sienten hábiles y por qué, para traerla al próximo encuentro. Así se dará cierre al encuentro, finalizando con la encuesta de ¿qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?, y recordando que nos encontraremos la semana siguiente con el cuarto encuentro.

Para el desarrollo del tercer encuentro se necesitan recursos materiales: sobres, papel, disposición de la sala multimedia y de sectores de la institución, proyector, computadora, wifi, pizarra, fibrones, chupetines. Y recursos humanos: presencia del equipo, presencia y disposición de los estudiantes y de un docente cuidador.

Cuarto encuentro.

se trabajará el objetivo específico 2, aumentar la motivación intrínseca en los estudiantes para acrecentar la necesidad de crecimiento personal. Principalmente en este encuentro el objetivo es desarrollar el reconocimiento de los estudiantes sobre la

motivación para asistir a la institución educativa, con estrategias de tipo psicoeducativas y lúdicas.

Se iniciará el encuentro sentados en ronda, en la sala multimedia. Retomando si les agrado el encuentro anterior y preguntando si pudieron hacer “la lista de habilidades”, preguntando ¿qué sienten cuando realizan aquellas actividades que les gustan o que consideran que son hábiles?, haciendo apertura a que puedan reconocer la satisfacción o la emoción que les causa y cómo la sienten en el cuerpo, destacando la importancia de no pasar por alto aquella sensación de satisfacción y de reconocerse como hábil, valioso, y merecedor de satisfacción.

Luego de la actividad de inicio, se realizará una segunda actividad, “el ovillo de lana”, se propondrá que se sienten todos en ronda y responden a la pregunta ¿Cuál es el motivo que los lleva a la acción de asistir a la escuela?, para trabajar la importancia de concurrir a la institución educativa desde la motivación. Entonces la actividad consistirá en que viendo la pregunta escrita en el pizarrón, se pasarán el ovillo de lana y cada uno deberá dar respuesta a la pregunta, de la manera que puedan y consideren, aclarando que nadie va a juzgar las respuestas y que no hay respuestas correctas o incorrectas, que todas son válidas. En el pizarrón habrá un profesional del equipo escribiendo las respuestas, para después debatirlas.

La finalidad de utilizar el ovillo de lana para esta actividad, es destacar que aunque todos piensen diferentes, sean heterogéneos y den diversas respuestas a la pregunta, están unidos por la institución, son estudiantes, y siempre tendrán ese lugar para refugiarse. Considerándose importante también esta actividad, para que los estudiantes puedan registrar y hacer consciente su motivo de asistir a clases.

Posterior a ello, ya manifestado sus motivaciones para asistir a clases, se realizará la actividad 3, se escribirá una lista en el pizarrón, sobre factores motivacionales que propicia la institución, la lista será titulada “lista de factores beneficiosos de ir a la escuela” (anexo 8), construida por el equipo profesional, quienes abordarán la lista, consultando a los estudiantes si ¿Están de acuerdo con la lista?, si ¿Agregarían más? y ¿Qué piensan de la misma? y profundizando un poco en la importancia de ello.

Posteriormente se finalizará el encuentro entregando a cada estudiante imágenes con frases motivacionales (anexo 9) para que se lleven a sus casas y tengan presentes. Y como en todos los encuentros se les proporcionará la encuesta ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. Nos despediremos y explicaremos que en el próximo encuentro se comenzará a trabajar las emociones como aspecto importante de la autoestima.

Para la realización del cuarto encuentro, se necesitan recursos materiales: papel para las frases, disposición de la sala multimedia, pizarra, fibrones, ovillo de lana. Y recursos humanos: disposición del equipo profesional que realice el taller, disposición de los estudiantes y de un docente cuidador.

Quinto encuentro.

La finalidad de este encuentro es cumplir con el objetivo específico 3, informar sobre los distintos tipos de emociones para lograr el reconocimiento de las mismas en los estudiantes. El objetivo operativo del encuentro es brindar información sobre las emociones y sus tipos a través de estrategias psicoeducativas y lúdicas.

Se dará comienzo al encuentro, en la sala multimedia con los estudiantes, dando alusión que en el día de la fecha se trabajará sobre las emociones como factor importante para la autoestima. Se comenzará el taller dictado por un profesional

psicólogo, brindando información sobre las emociones y la clasificación de emociones positivas y negativas mediante la presentación de un power point (anexo 10) tomando como principal referencia a Medrano y Vilte Ferrero (2010).

Posterior al desarrollo teórico, se pondrá en práctica el reconocimiento de las emociones realizando un juego “dígalos con mímica de emociones”. La actividad consistirá que en grupo pequeños de cuatro integrantes aproximadamente deberán actuar sin hablar, hacer mímica sobre la emoción que le sea asignada (puede ser emoción positiva o emoción negativa), previo a la actuación se les dará unos minutos a cada grupo para pensar en una situación donde se manifiesta la emoción y organizarse para actuar. Y los demás grupos tendrán que adivinar qué emoción están manifestando.

Una vez adivinada la emoción, se les preguntará al grupo en qué situación pensaron al momento de actuar y que desarrollen un poco sobre esta emoción desde el punto de vista de cada integrante. La finalidad, es poder reconocer las emociones, en el cuerpo, sentir las y expresarlas y también destacar la importancia de poder reconocer las emociones para saber cómo actuar frente a ellas.

Luego de la realización teórica de las emociones y puesta en práctica, se finalizará el encuentro leyendo un poema de Greta Pons (anexo 11) sobre emociones y sentimientos. Posteriormente se preguntará ¿qué les pareció el poema? y se dará cierre con la entrega de la encuesta ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. Nos despediremos resaltando que nos encontraremos la semana siguiente y trabajaremos sobre las emociones positivas quedando solo dos encuentros para finalizar el dispositivo.

Para el desarrollo del quinto encuentro serán necesarios recursos materiales: proyector, computadora, pantalla, papel del poema, espacio de sala multimedia. Y los

recursos humanos: disposición del equipo profesional, de los estudiantes y de un docente o tutor a cargo del cuidado de los estudiantes.

Sexto encuentro.

Se trabajará el objetivo específico número 4, incrementar las emociones positivas en los estudiantes, para generar recursos personales en ellos. Ya desarrollada las emociones en el encuentro anterior, en el sexto encuentro se pondrán en práctica principalmente las emociones positivas, utilizando distintos tipos de estrategias lúdicas.

Se dará inicio al encuentro en la sala multimedia con los estudiantes, se comentará que este encuentro está dirigido a las emociones positivas. Se comenzará el taller con un video de las emociones llamado “autoconocimiento CT” (anexo 12), con una duración de 3 minutos 50 segundos, dando apertura a debatir sobre el mismo entre todos y luego comenzar con las emociones positivas.

Posterior al video y su debate, se les propondrá a los estudiantes realizar la actividad 1, de manera individual de aproximadamente 15 minutos. La actividad consiste en entregarle a cada estudiante una hoja y que en ella escriban su nombre completo, en cada inicial deberán poner una emoción o cualidad positiva que consideren característica de ellos mismos, luego se compartirá entre todos de manera opcional, para dialogar un poco de aquellas emociones positivas y que ellos mismos puedan apropiarse de estas.

Consiguiente se realizará la actividad 2, donde entre todos y escribiéndolas en el pizarrón se hará una lista de emociones positivas, una vez que consideren que la lista ya está completa, todos juntos le asignarán a cada emoción un color, una forma y se expresara en que parte del cuerpo se la puede sentir. La finalidad de la actividad es poder de alguna manera visualizar las emociones, darle forma e interés. También sobre

la misma lista de emociones positivas se votará de manera grupal cuál es la emoción que más les gusta, cuál es la emoción que más sienten y cuál es la que menos sienten principalmente en el ámbito escolar.

Por último, para finalizar el encuentro se le entregará a cada estudiante una pequeña libreta que en la tapa diga “libreta de las emociones positivas”, con la propuesta de que puedan en ella escribir sus emociones cuando las sienten, en los contextos que surgen, con la finalidad de tener un registro y reconocimiento y también de poder cerrar el sexto encuentro. Previo a que se retiren se les entregará la breve encuesta de finalización del encuentro ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. Y nos despediremos recordando que solo queda un último encuentro para finalizar.

Para llevar a cabo el sexto encuentro, serán necesarios recursos materiales: libretas aproximadamente 30, proyector, computadora, pantalla, wifi, hojas, pizarra, fibrón, disposición de sala multimedia. Y recursos humanos: disposición de los estudiantes, disposición del equipo y de un docente cuidador.

Séptimo encuentro.

La finalidad del encuentro es trabajar el último objetivo específico, desarrollar herramientas centradas en el respeto y validación emocional entre pares, para generar un clima áulico favorable en los estudiantes de tercer año. Como objetivo operativo del encuentro se plantea desarrollar respeto entre los estudiantes generando confianza entre ellos y construyendo normas de convivencia en el aula, y poder generar un cierre sobre todo lo transitado desde el comienzo del dispositivo con los estudiantes, para la realización del último encuentro se utilizarán estrategias psicoeducativas y lúdicas.

Se dará inicio al encuentro, recordando que hoy es el último día de taller y que este puede extenderse un poco más del tiempo estimado (80 minutos), también se

mencionara que se trabajara el tema respeto. Se propondrá como actividad de inicio dialogar sobre la pregunta ¿qué les pareció todo lo transitado hasta el momento? para retomar los encuentros previos y comenzar a cerrar lo desarrollado. Luego de unos minutos, se comenzará a trabajar el respeto.

Como actividad 1, se propone escribir en el pizarrón la palabra respeto y entre todos, poner a cada letra una palabra que consideren necesaria para el respeto, por ejemplo: R, reconocimiento, E, empatía. La finalidad es introducir en el tema y ver la necesidad e importancia del respeto.

Luego se propondrá realizar una segunda actividad role playing, con una duración de aproximadamente 30 minutos, donde los estudiantes se dividirán en 2 grupos, un grupo deberá pensar en situaciones donde no está presente el respeto en el ámbito escolar y el otro grupo deberá pensar en situaciones donde sí hay respeto y luego cada equipo tendrá 5 minutos para actuar estas situaciones. Al finalizar las actuaciones se les preguntará ¿qué sintieron? ¿Qué emoción experimentan cuando hay falta de respeto? ¿Qué emoción experimentan cuando hay respeto? ¿Qué creen que pueden hacer para que la falta de respeto disminuya? La finalidad es reflexionar sobre la falta de respeto en el ámbito escolar principalmente entre pares y poder dar cuenta que no es agradable.

Luego de ello, se planteará la actividad 3, la cual se denominará “mesa humana de confianza”, la actividad consistirá que en grupos de 4 estudiantes, deberán realizar el juego de la mesa humana, donde se recuestan sobre las piernas de un otro, con bancos primero sosteniéndolos, luego se retiran esos bancos y deben aguantar recostados sobre el otro compañero, el equipo que dure más tiempo se ganará una bolsa de chupetines

que deberá compartir con sus compañeros. La finalidad del juego es generar trabajo en equipo y confianza entre los compañeros enriqueciendo el respeto.

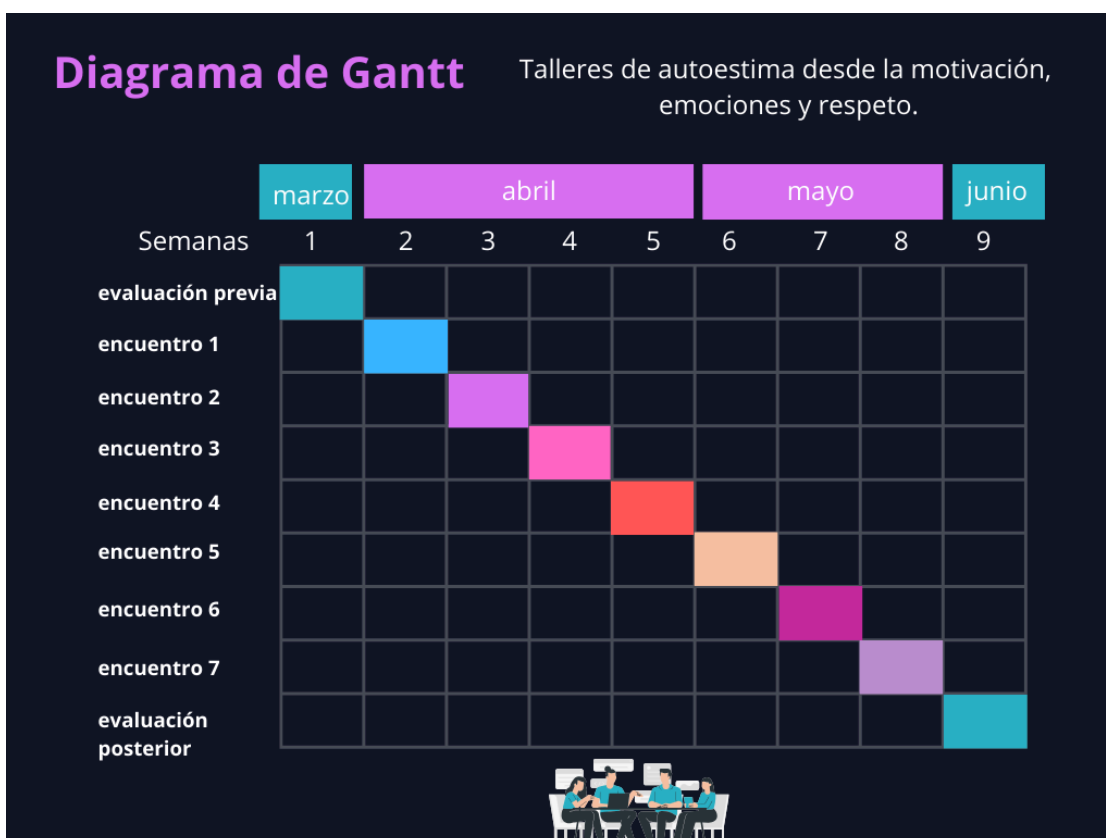
Por último se realizará la actividad 4 “Construcción de normas de convivencia en el aula”. Se entregarán 3 afiches, uno para cada división, el afiche tendrá como título la palabra normas, en él deberán hacer una lista de aquello que entre todos consideren necesario para una buena convivencia áulica, lo que consideren que se puede hacer, lo que no, con el fin de generar acuerdos entre los pares, empatía, respeto y disminución de la violencia en el ámbito áulico, escolar. Una vez realizado los 3 afiches, cada división leerá su lista para aportar entre todos a las demás y luego se pegarán los afiches en la entrada de sus aulas. Se debatirá sobre lo escrito y lo trabajado hasta el momento, teniendo en cuenta todo lo desarrollado a lo largo del dispositivo, la autoestima, las emociones, la motivación y el respeto.

Luego de la realización de las actividades, el equipo explicitará que el dispositivo ha llegado a su fin, se agradecerá por la predisposición y participación permanente de los estudiantes, se les preguntará cómo se sintieron con el desarrollo de los talleres y luego de realizar un debate de despedida y reflexión sobre el transitar del dispositivo, se mostrará el fragmento de una canción “I’ll be there” de Robin Schulz, Rita Ora y Tiago PZK (anexo 13) desde el minuto 1:20, para dar cierre ya que la letra es motivadora. Se volverá a agradecer a los estudiantes, docentes e institución y se entregará la encuesta de los encuentros ¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. También se pedirá la foto grupal de cierre como en el primer encuentro, y se dará por finalizado el dispositivo.

Para realizar el último encuentro serán necesarios recursos materiales: bolsa de chupetines, 3 afiches, fibrones, pizarra, proyector, computadora, pantalla, wifi, 4

bancos, disposición del espacio sala multimedia. Y recursos humanos: disposición del equipo, de los estudiantes y de un docente cuidador.

Diagrama de Gantt



Recursos

Para desarrollar y emplear el plan de acción propuesto, en el instituto educativo I.P.E.M. N° 193 José María Paz se necesitan recursos materiales y humanos. Los recursos humanos se necesitan para la realización de todos los encuentros planteados: presencia y participación de los estudiantes, disposición de un profesional licenciado en psicología, especializado en autoestima y adolescentes, y un docente tutor a cargo del

cuidado de los estudiantes durante los talleres de 80 minutos. Considerándose estos recursos esenciales para la aplicación del dispositivo construido.

Asimismo los recursos materiales pueden variar de un encuentro a otro, pero en su mayoría son los mismos y todos necesarios para emplear los talleres. Los recursos materiales propios de este dispositivo son: disposición del espacio sala multimedia en los 7 encuentros, disposición de otros espacios de la institución, pantalla de proyección, proyector, computadora, wifi, pizarra, fibrones, rompecabezas, papeles de colores (azul, rojo, violeta, naranja, verde, celeste), 6 afiches, papel con frases y oraciones, sobres de colores, hojas, 2 bolsas de chupetines, ovillo de lana, libretas pequeñas aproximadamente 30 y 4 bancos. Algunos de los recursos necesarios se encuentran dentro de la institución y otros no, estos deberán ser cubiertos por el presupuesto.

Presupuesto

Se considera como presupuesto estimativo para realizar el plan de acción, un costo total de \$153.425 pesos. Este presupuesto cubriría el arancel mínimo por coordinación de talleres establecido por el colegio de psicólogos de Córdoba, que tiene un costo de \$8.250 pesos por hora, estimándose con 7 encuentros de 80 minutos un total de 10 horas y media cumplidas por un profesional licenciado en psicología. Sumándose a esto, gastos necesarios de librería: hojas, 6 afiches, sobres de colores, hojas de colores, 30 libretas pequeñas considerándose una posible suma de \$35.800 pesos. Y también un ovillo de lana y 2 bolsas de chupetines haciendo una suma de 5.000 pesos. El objetivo es presentar el proyecto a la municipalidad de Saldan, donde se encuentra el I.P.E.M. N° 193 José María Paz, para que el municipio cubra estos gastos necesarios, ya que el

proyecto aporta a nivel educacional, social y personal de los estudiantes del colegio secundario de la localidad.

Evaluación

Con la finalidad de evaluar el proyecto de intervención propuesto, puesto que se identifica como problemática una alta deserción escolar y su relación con la baja autoestima haciendo foco principalmente en el ciclo básico. El dispositivo taller se desarrollará en los meses de abril y mayo en el año 2024, con los estudiantes de tercer año del Instituto Provincial de Enseñanza Media N° 193 José María Paz.

Para verificar si el plan de acción postulado es viable, acorde y cumple con los objetivos propuestos, se realizarán evaluaciones para medir las variables de manera óptima. Como variables a evaluar en el respectivo proyecto se encuentran la autoestima, la motivación, las emociones, emociones positivas y el respeto. Se plantean los aspectos a evaluar como variables de comportamiento y también se refiere al propósito del proyecto, el cual es acrecentar estas variables. Es por ello que se considera apropiado realizar evaluaciones pre-test y pos-test, para observar si existe un aumento de las variables en los estudiantes de tercer año.

Se comenzará con una evaluación de tipo descriptiva, observación, esta se aplicará mediante una fotografía grupal a realizar en el primer encuentro y una fotografía grupal del último encuentro. El propósito es observar puntillosamente los gestos de los estudiantes, cómo están agrupados y las posiciones, expresiones corporales. Considerándose que a partir de ello se podría comparar las fotografías, observar si hay tensión entre pares, si hay bloques de grupos, si comienzan desmotivados o motivados y si esto logra modificarse al finalizar el dispositivo.

Posterior a la fotografía, se propone un cuestionario para medir las variables, se utilizará para medir si la motivación, las emociones y el respeto aportaron al aumento de la autoestima, la escala de Rosenberg (anexo 14), considerándose que si la autoestima aumento, implicará que las demás variables también y que el plan de acción fue apropiado. Ya que el objetivo de trabajar y aumentar la motivación intrínseca, las emociones positivas y el respeto es lograr el objetivo general, aumentar la autoestima para lograr acrecentar el presentismo escolar.

La escala de autoestima de Rosenberg (anexo 14), fue construida por Morris Rosenberg en 1965, esta permite detectar si hay presencia de autoestima baja (Rojas-Barahona, Zegers & Förster, 2009). Es un cuestionario de 10 ítems de afirmaciones sobre la propia persona, la graduación de respuestas tiene 4 puntos (1= muy en desacuerdo, 2= en desacuerdo, 3= de acuerdo y 4= muy de acuerdo) (Rojas-Barahona et al. 2009).

Para la sumatoria final los ítems negativos (3, 5, 8, 9 y 10) se puntúan a la inversa de 4 a 1, una vez obtenido el resultado de todos los ítems si la puntuación es menor de 25 puntos expresaría una autoestima baja, si se encuentra en una puntuación entre 26 y 29 referirá a una autoestima media y si la puntuación es 30 o más se correspondería a una autoestima alta (Rojas-Barahona et al. 2009). La escala de Rosenberg se realizará en los estudiantes de manera individual previo a comenzar el dispositivo, en la última semana del mes de marzo y luego de finalizarlo, en la primera semana del mes de junio, para visualizar si el dispositivo realizado provocó modificaciones en la autoestima de los estudiantes.

Asimismo, se realizará al finalizar cada encuentro del dispositivo una breve encuesta (anexo 15), llamada ¿qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?. Con el

objetivo de observar si los talleres están resultando eficaces, y propicios para los estudiantes, haciendo apertura a críticas constructivas para mejorar aspectos de los talleres y destacar la importancia de la opinión de los estudiantes, puesto que es a quienes va dirigido.

Resultados esperados

Se aspira a obtener resultados positivos en cuanto a la implementación del plan de acción. Considerándose resultados positivos, a la obtención de un aumento progresivo de la autoestima en los estudiantes de tercer año del ciclo básico del instituto I.P.E.M. N° 193 José María Paz y que el respectivo aumento actúe en consecuencia favorable hacia el presentismo escolar.

Se tiene presente que el aumento de la autoestima no es algo que se puede obtener de manera inmediata, ya que es un aspecto de la personalidad complejo de trabajar y que requiere mayor tiempo y exhaustividad. Pero desde el enfoque académico con el cual se aborda, se examina la posibilidad de un aumento progresivo trabajando las variables propuestas: motivación, emociones y respeto. Con la finalidad de generar valoración propia y respeto en los estudiantes, abordando así la autoestima e incentivando a que esta se refuerce.

En cuanto al objetivo general, se espera como resultado poder cumplir con él, a partir de los objetivos específicos, considerándose factible las herramientas y estrategias que se proponen en el plan de acción, el modo de informar los diferentes aspectos en el transcurso de los encuentros, el incremento de la motivación intrínseca para el desarrollo personal. Como así también el reconocimiento de las emociones,

enfocándose principalmente en las emociones positivas y utilizándose estrategias de respeto.

Se examinan posibles resultados beneficiosos para los estudiantes participantes de los talleres. Puesto que, cada objetivo está diagramado para generar aportes en ellos. Se postula que con los objetivos de informar que es la autoestima y su importancia en la salud mental, se obtendría como resultados conocimiento en los estudiantes sobre las variables, propiciando que las tengan más presentes en su realidad. En cuanto a aumentar la motivación intrínseca en los estudiantes, se estima que podrán adquirir herramientas motivacionales y reconocer sus habilidades y la importancia de asistir a la institución educativa.

Sobre los objetivos de informar los distintos tipos de emociones e incrementar principalmente las emociones positivas, se brindaría en los estudiantes el conocimiento de las distintas emociones y adquisición de recursos personales, para reconocer sus emociones y tener control sobre ellas. Y en cuanto al desarrollo de herramientas sobre el respeto propiciaría nuevas formas de vincularse entre pares para un clima áulico favorable. Dirigidos todos los objetivos hacia un mismo fin, aumentar la autoestima de los estudiantes para favorecer al presentismo escolar.

Se tiene en cuenta y se estima que los resultados comparativos entre las evaluaciones previas al plan de acción y posterior a la aplicación de este, no brindaran cambios altos, debido a que el tiempo transitado en medio es considerado corto para las variables a comparar y valorar. Pero se examina la posible obtención de un aumento, progresivo, que se podrá visualizar en los cambios de comportamiento de los estudiantes. Considerándose que se mejorará el clima áulico luego del desarrollo del dispositivo, y que los estudiantes habrán adquirido nuevos recursos personales, como

mayor valoración propia y sobre la institución escolar, motivación en su desarrollo y desempeño, autoconocimiento y autocuidado, todos aquellos aspectos positivos para su autoestima.

Conclusión

Para finalizar todo el trabajo realizado y desarrollado, se considera importante hacer una valoración en cuanto al recorrido. Se logró a partir de la construcción del presente proyecto, adquirir conocimiento, herramientas y retomar aspectos trabajados a lo largo del recorrido académico de la carrera Licenciatura en Psicología, donde uno se construye como futuro profesional. Se tiene presente la importancia del trabajo final de grado, ya que posterior a ello uno cede del rol de estudiante para comenzar a regirse como profesional de la salud mental y seguir formándose, velar por los derechos de la salud, desde la promoción y prevención.

Se identificó en el presente proyecto de intervención como problemática, la deserción escolar en el instituto I.P.E.M. N° 193 José María Paz y en cuanto a ello se propuso desarrollar un plan de acción, que promueva el aumento de la autoestima y desde esta favorecer el presentismo escolar. Trabajando la autoestima desde variables como la motivación intrínseca, las emociones y el respeto. Desde estas variables se diagramó el plan de acción, teniendo en cuenta también los costos y tiempos y haciendo previamente un recorrido de material bibliográfico sobre los objetivos planteados.

Es así, que se considera al proyecto desarrollado viable, alcanzable y factible de realizar en la institución escolar, estimándose posibles resultados beneficiosos y positivos en los estudiantes y en el ambiente escolar. Dando alusión que a partir del plan de acción propuesto se logró cumplir con los objetivos postulados y que se podrán

medir con las evaluaciones propuestas. Se postulan las evaluaciones propuestas como aptas y favorables para el proyecto.

Por último, también se tiene en cuenta las limitaciones sobre el presente proyecto. Entre ellas, se infiere que la autoestima es un aspecto de la personalidad que se debe trabajar todo el tiempo, por lo que limita en las mejoras, ya que estas no se verán de manera instantánea, sino más bien progresivas. De igual manera se considera que la modalidad de abordaje planteado para aumentar la autoestima es factible y aportará al aumento de la autoestima de los estudiantes, favoreciendo el presentismo escolar, desarrollando junto con la autoestima, la motivación, emociones y respeto.

Se concluye destacando la importancia del trabajo sobre la autoestima, el promover y prevenir sobre la autoestima como aspecto esencial en la personalidad, resulta un camino arduo y largo que comenzó hace tiempo, pero que se puede y debe seguir investigando, estudiando, tanto sobre la autoestima como sobre todo el área de salud mental, que compete a los profesionales de la salud y a uno como estudiante, pero también a la sociedad, cultura y a cada persona en particular. Se pretende con el proyecto también incitar e invitar a las personas a investigar sobre la temática, profundizar y velar por los derechos de la salud mental.

Referencias

- Aguilar, J. González, D. & Aguilar, A. (2016). Un modelo estructural de motivación intrínseca. *Acta de investigación psicológica*, 6 (3), 2552-2557. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2016.11.007>
- Blasco, R. Q., Blasco, V. J. Q., & Trani, M. T. (2016). Cuestionario de evaluación motivacional del proceso de aprendizaje (EMPA). *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 6(2), 83-105. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6130993>
- Bleger, J. (1964). *Psicohigiene y psicología institucional*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2022). *Informe Nacional de Indicadores Educativos: Situación y evolución del derecho a la educación en Argentina*. Recuperado de: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/informe_nacional_indicadores_educativos_2021_2_1.pdf
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Desarrollo Personal. (Vol. 2). Barcelona: Paidós.
- Briceño, T. (2009). El paradigma científico y su fundamento en la obra de Thomas Kuhn. *Tiempo y espacio*, 19(52), 285-296. Recuperado de: http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1315-94962009000200006&script=sci_artt_ext
- Bericat Alastuey, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*. 1-13. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/11441/47752>

- Capellá, A. (2001). Modelos y paradigmas en salud mental. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (80), 3-5. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352001000400001&script=sci_arttext
- Cava, M. J. & Musitu, G. (2015). Dificultades de integración social en el aula: Relación con la autoestima y propuestas de intervención. *INFORMACIÓ PSICOLÓGICA*, (83), 60–68. Recuperado de: <https://www.informaciopsicologica.info/revista/article/view/368>
- Cislaghi, A. (2021). El taller como dispositivo didáctico. *Actas de Diseño*, (35). <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/actas/article/view/4495>
- Coie, JD, Dodge, KA y Kupersmidt, JB (1990). Comportamiento del grupo de pares y estatus social. En SR Asher y JD Coie (Eds.), *Rechazo de pares en la infancia* (págs. 17–59). Prensa de la Universidad de Cambridge.
- Colamarino, W. Gómez, C. Gualtieri, G. Miranda D. (2022). Análisis de la deserción escolar en las escuelas secundarias con un enfoque prospectivo. Álvarez, M., García, P. (Eds.). *Educación básica y universidad: problemas, políticas e innovación. ESTUDIOS DE POLÍTICA Y ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN V*. Provincia de Buenos Aires. V, 41.
- Cordero, F. R., & de Chirinos, B. R. (2007). Motivación, autoestima y rendimiento académico. *Educare*, 11(2). Recuperado de: <https://www.revistas-historico.upel.edu.ve/index.php/educare/article/view/90>
- Ferrero, I. T. & Rico, T. P. (2010). Psicología positiva y promoción de la salud mental. Emociones positivas y negativas. *Aplicaciones educativas de la psicología positiva*. Vol. 130.

- Flores, B. Kirina, G. Maycon, S. Pei, M. Ruiz, R. & Liz, F. (2019). *Autoestima y deserción escolar, estudiantes de 4° de secundaria, Institución Educativa Teniente Manuel Clavero Muga, Iquitos, 2018* [Tesis de grado, Universidad Nacional de la Amazonia Peruana]. Repositorio Institucional Digital UNAP.
- García, M. B., & Coronel Yagual, A. M. (2022). *Incidencia de las estrategias psicoeducativas en la promoción de la autoestima en NNA de la Corporación Cultural Centro de Estudios de Cine y Televisión* [Tesis de grado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil.
- Greco, C. (2010). Las emociones positivas: su importancia en el marco de la promoción de la salud mental en la infancia. *Liberabit*, 16(1), 81-93. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272010000100009
- Jané-Llopis, E. (2004). La eficacia de la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (89), 67-77. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352004000100005&script=sci_arttext&tlng=pt
- Kuhn, T. (2004). *La estructura de las revoluciones científicas*. Octava reimpresión. Argentina: Fondo de Cultura Económica.
- Ley N° 26657 de 2010. Ley Nacional de Salud Mental. 2 de diciembre de 2010. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26657-175977/texto>
- Medrano, L., & Vilte Ferrero, E. (2010). Análisis de factores asociados a emociones positivas y negativas en estudiantes universitarios. In *II Congreso Internacional*

de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Muñoz, R. R. (2011). Deserción escolar en la Argentina. *Parlamento Patagónico*, 3(4).

Chubut, Argentina. Recuperado de:

<https://www.copa.qc.ca/fra/commissions/Education-culture/documents/PRES-Munoz-Abandon-Scolaire-e.pdf>

Organización Mundial de la Salud (1986) *Carta de Ottawa para la promoción de la salud*. Ottawa: OMS.

Ospina Rodríguez, J. (2006). La motivación, motor del aprendizaje. *Revista ciencias de*

la salud, 4(2), 158-160. Recuperado de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-72732006000200017&script=sci_arttext

Padrón, R. A., & Hernández, J. A. (2004). La autoestima en la educación. *Límite:*

Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología, (11), 82-95. Recuperado de:

[La autoestima en la educación \(redalyc.org\)](#)

Ramajo Rodríguez, M. (2019). *Una propuesta de intervención: Mindfulness para la gestión emocional como prevención del abandono escolar* [Trabajo final de Máster, Universidad de Valladolid]. Repositorio documental Universidad de Valladolid.

Roa García, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania*, (44), 241-257. Recuperado de:

<http://hdl.handle.net/20.500.12466/678>

- Rodríguez, L. M., Oñate, M. E., & Mesurado, B. (2017). Revisión del Cuestionario de Emociones Positivas para adolescentes. Propiedades psicométricas de la nueva versión abreviada. *Universitas Psychologica*, *16*(3), 210-222. Recuperado de: <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-3.rcep>
- Rodríguez Varas, M. A. (2018). *Autoestima y motivación de logro en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa La Esperanza, 2018*. [Tesis de grado, Universidad Católica los Angeles Chimbote]. Repositorio Institucional ULADECH CATOLICA.
- Rojas-Barahona, C. A., Zegers, B., & Förster, C. E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, *137*(6), 791-800. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>
- Schoeps, K., Tamarit Chuliá, A., & Montoya Castilla, I. (2017). Cuestionario de competencias y habilidades emocionales (ESCQ-21): diferencias por sexo y edad en la adolescencia. *Revista de Investigación en Psicología Social*, *2017*, vol. 5, num. 1, p. 5-19. Recuperado de: <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/65603/123785.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sirlopú, D., Pérez-Salas, C., Villarroel, V., García, C., Barrera, K., Fierro, E., & Castillo, I. (2019). Adaptación y validación de la versión en español de la Escala de Respeto Incondicional hacia las personas en una muestra de escolares chilenos. *Universitas Psychologica*, *18*(1). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-1.avve>
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/20570>

- Tenelema Miranda, E. X. (2018). *Autoestima y relaciones interpersonales en los docentes de la unidad educativa “Fernando Daquilema”, Riobamba–Chimborazo, periodo Marzo-Julio 2018*. [Trabajo final de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio digital UNACH.
- Universidad Siglo 21. (2019). Instituto Provincial de Enseñanza Media (I.P.E.M.) N° 193 José María Paz. Cátedra Seminario Final de Psicología. Carrera Licenciatura en Psicología. Recuperado de: <https://siglo21.instructure.com/courses/26557/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>
- Valencia, C. (19 de julio de 2019). *Autoestima: Abraham Maslow*. La autoestima. Recuperado de: <https://www.laautoestima.com/abraham-maslow/>
- Von Hildebrand, D. (2004). La importancia del respeto en la educación. *Educación y educadores*, 7, 221-228.
- Woodward, L. J. & Fergusson, D. M. (1999). Problemas de relación con los pares en la infancia y ajuste psicosocial en la adolescencia tardía. *Revista de psicología infantil anormal*, 27, 87-104. Recuperado de: <https://doi.org/10.1023/A:1022618608802>
- Zaldúa, G., Sopransi, M. B., & Veloso, V. (2006). Dispositivo taller: modalidad de construcción de saberes y prácticas autogestivas en salud. *Anuario de investigaciones*, 13, 249-258. Recuperado de: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-16862006000100025&script=sci_arttext&tlng=pt
- Zulaika, E. S. D., & Rivera, M. P. (2016). *La deserción escolar como consecuencia de una baja autoestima en adolescentes de secundaria*. [Tesis de grado,

Universidad pedagógica Nacional]. Repositorio Educación Secretaría de Educación Pública.

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado (autorización) - elaboración propia

AUTORIZACIÓN

“Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto”

Se notifica a usted como responsable de _____
(NOMBRE Y APELLIDO DEL ESTUDIANTE), que en los meses de abril y mayo del año 2024, se realizara en el Instituto Provincial de Enseñanza Media N° 193 José María Paz un dispositivo taller llamado “Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto”, dirigido a los estudiantes de tercer año. Será realizado por un profesional licenciado en psicología, especializado en autoestima y adolescencia.

El dispositivo taller estará compuesto por 7 encuentros donde se abordara la autoestima desde diferentes aspectos, con el objetivo de aumentar la autoestima en los estudiantes y aportar al presentismo escolar. La finalidad es psicoeducativa y recreativa, no se realizaran investigaciones, ni experimentos con los estudiantes y lo realizado durante los talleres no se expondrá, ni publicara, conservando la intimidad e integridad de cada estudiante, también se respetara si el estudiante no quiere participar de algún encuentro o actividad específica. Ante cualquier duda sobre el dispositivo se puede comunicar al teléfono: 3582-449960.

He leído la información y autorizo a _____,
DNI: _____, estudiante de _____ año, división: _____, a participar del dispositivo “Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto”, durante los meses de abril y mayo.

FIRMA Y ACLARACION DE
PADRES/ TUTOR

FECHA

Anexo 2. Rompecabezas



Rompecabeza autoestima - elaboración propia.



Rompecabeza emociones - elaboración propia.



Rompecabeza emociones negativas - elaboración propia.



Rompecabeza emociones positivas - elaboración propia.



Rompecabeza motivación - elaboración propia.

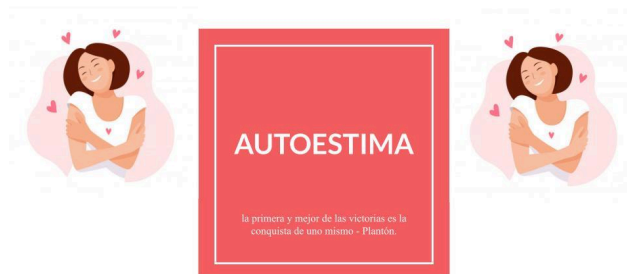


Rompecabeza respeto - elaboración propia.

Anexo 3. Power point autoestima.

<https://docs.google.com/presentation/d/10sdar19DXATZmZUhl6WJ-QyjyaeSORGji0g-E68qFs/edit?usp=sharing> - elaboración propia.

Diapositiva nº1:

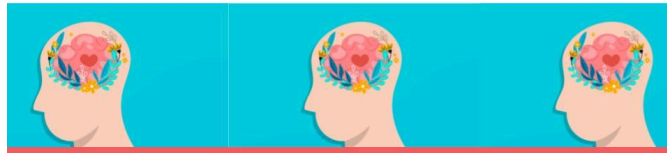


Diapositiva nº 2:

¿qué es la autoestima?

es la valoración
que hacemos de
nosotros mismos

"la autoestima es tomar conciencia de que poseemos los instrumentos para enfrentarnos a la lucha por la vida y de que, al igual que los demás seres humanos tenemos derecho al bienestar" -Dresel Walter.



Diapositiva nº 3:

¿qué es la autoestima?

"La autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad". -Padrón y Hernández.

la autoestima excede el uso de racionalización y lógica en la visión de sí mismo de las personas - Zulaika y Rivera.



Diapositiva nº 4:

¿por qué es importante trabajar nuestra autoestima?



Una autoestima sana no es la solución a todos los problemas pero, puede ser de gran ayuda para resolverlos de la mejor forma posible.

Diapositiva nº 5:

autoestima y salud mental

La autoestima es una necesidad indispensable para el individuo, para una vida saludable, para sus relaciones interpersonales y para la mirada que obtiene sobre el mundo a medida que vamos transitando la vida.

Una buena autoestima nos hace sentirnos fuertes y con ayuda de la motivación nos hace llegar al éxito y disfrutar los logros.

Dresel Walter

Diapositiva nº 6:

importante para salud mental

cuanto más sólida sea nuestra autoestima, mejor nos sentiremos y tendremos herramientas para solucionar problemas

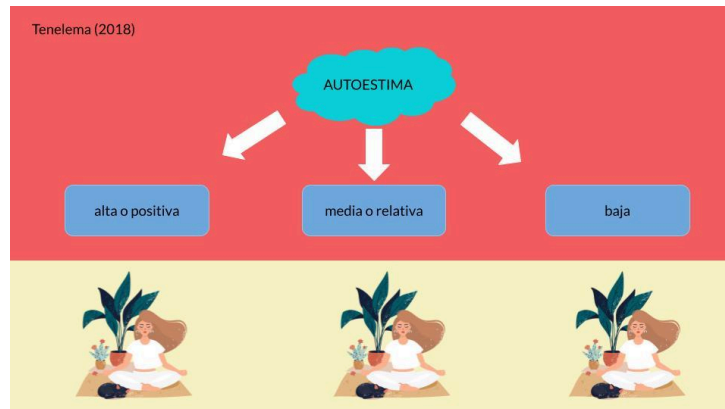
la autoestima puede prevenir trastornos de salud mental



Diapositiva nº 7:



Diapositiva nº 8:



Diapositiva nº 9:

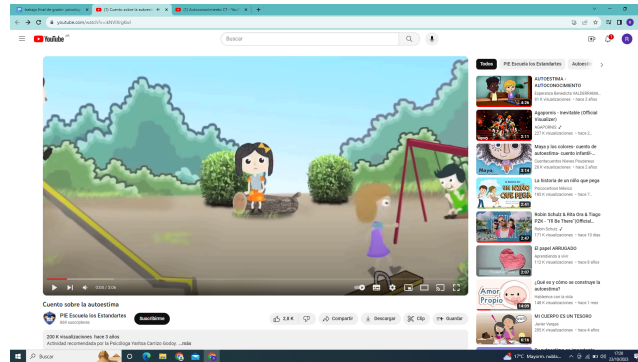


Diapositiva nº 10:

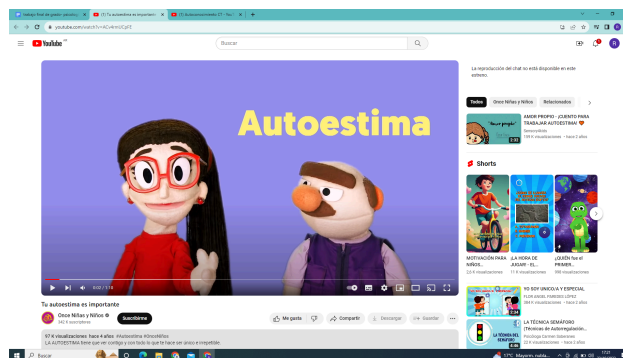
REFERENCIAS

- Dresel, W. (2006). Capítulo 4: ¿qué es la autoestima?. *Toma un café contigo mismo*. Buenos Aires: Editorial planeta.
- Padrón, R. A., & Hernández, J. A. (2004). La autoestima en la educación. *Límite: Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, (11), 82-95. Recuperado de: [La autoestima en la educación \(redalyc.org\)](http://redalyc.org)
- Tenelema Miranda, E. X. (2018). *Autoestima y relaciones interpersonales en los docentes de la unidad educativa "Fernando Daquilema", Riobamba-Chimborazo, periodo Marzo-Julio 2018*. [Trabajo final de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio digital UNACH.
- Zulaika, E. S. D., & Rivera, M. P. (2016). *La deserción escolar como consecuencia de una baja autoestima en adolescentes de secundaria*. [Tesis de grado, Universidad pedagógica Nacional]. Repositorio Educación Secretaría de Educación Pública.

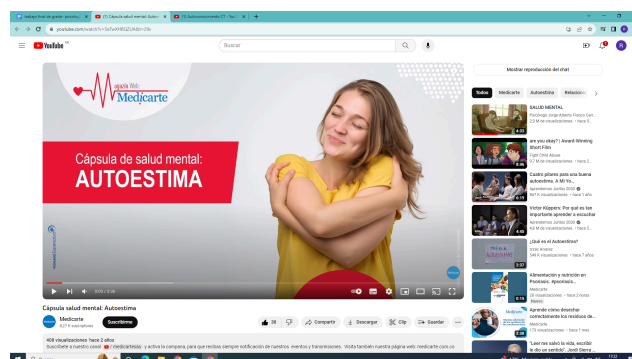
Anexo 4. Video “Cuento sobre autoestima”



PIE Escuela los Estándares. (22 de septiembre de 2020). *Cuento sobre la autoestima* [Archivo de video]. <https://www.youtube.com/watch?v=ikNVIXrgKwI>
Anexo 5. Video “Tu autoestima es importante”

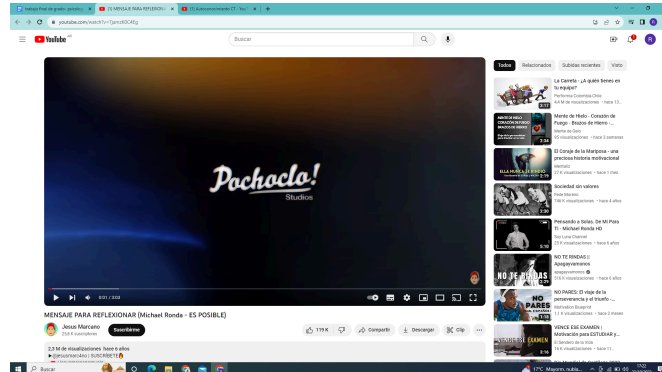


Once Niñas y Niños. (1 de diciembre de 2018). *Tu autoestima es importante* [Archivo de video]. <https://www.youtube.com/watch?v=ACv4rmUCpFE>
Anexo 6. Video “Cápsula de salud mental: autoestima”



Medicarte. (13 de noviembre de 2020). *Cápsula salud mental: autoestima* [Archivo de video]. <https://www.youtube.com/watch?v=SeTwXHBOZUA&t=29s>

Anexo 7. Video “MENSAJE PARA REFLEXIONAR (Michael Ronda - ES POSIBLE)”



Jesús Marcano. (16 de diciembre de 2016). *MENSAJE PARA REFLEXIONAR (Michael Ronda - ES POSIBLE)* [Archivo de video].

<https://www.youtube.com/watch?v=7jamzK0C4Eg>

Anexo 8. “Lista de factores beneficiosos de ir a la escuela” - elaboración propia.

- genera sentido de pertenencia en los estudiantes.
- es organizadora, propicia una rutina en las personas.
- prepara para la vida.
- crea nuevos vínculos.
- permite expresar lo que en otros ambientes no se puede.
- brinda contención a los estudiantes.
- brinda conocimiento y aprendizaje.

Anexo 9. Frases motivacionales

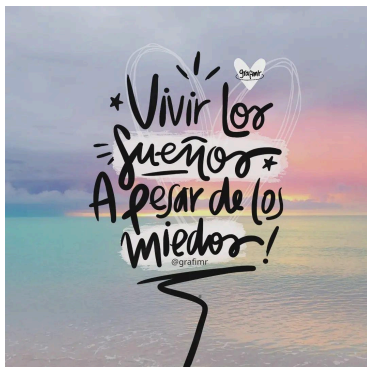


Imagen 1: Grafimr. (7 de octubre de 2023). *VIVIR LOS SUEÑOS!* ✨👉

@grafimr

[imagen].

Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CyGW-bEu19f/?igshid=MzRIODBiNWFIZA==>



Imagen 2: Martinfeels. (21 de septiembre de 2023). *Puedes empezar de nuevo cuando quieras* ✨🎨 #arte #art #ilustración [imagen]. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CxdGFeDOTOh/?igshid=MzRIODBiNWFIZA==>



Imagen 3: Martinfeels. (29 de agosto de 2023). *Recordatorio de esta semana*



[imagen].

Instagram.

<https://www.instagram.com/p/Cwh5QOM07XG/?igshid=MzRIODBiNWFIZA==>

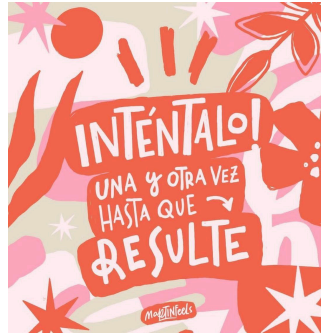


Imagen 4: Martinfeels. (13 de octubre de 2023). *Si no intentas no sabes lo que pasará y si tanto lo anhelas sigue hasta conseguirlo* ✨ 🎨 ❤️ [imagen]. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CyWurLMxH32/?igshid=MzRIODBiNWFIZA==>



Imagen 5: *_en_positivo_*. (23 de marzo de 2023). *@una_vida_mejor* [imagen]. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CqJs9aYuPQG/?igshid=MzRIODBiNWFIZA==>

Anexo 10. Power point emociones.

https://docs.google.com/presentation/d/1YnUswrHF8wuEVJfDH55SSngcGgY19bs_CE_mFTlj9SrY/edit?usp=sharing - elaboración propia.

Diapositiva nº 1:



Diapositiva nº 2:

¿qué son las emociones?

Las emociones son definidas como una vivencia que aparece de manera transitoria y recorre todo el cuerpo y la conciencia de las personas, estas pueden ser agradables o desagradables, por ende puede sumar o no en la persona y en su contexto - Bericat

las emociones son sentidas de maneras diferentes en cada persona

 A slide with a blue background. At the top, the question '¿qué son las emociones?' is written in white. Below it is a definition in Spanish. At the bottom, there are two identical illustrations of four diverse people (two women and two men) showing different emotions: one is happy, one is sad, one is angry, and one is fearful. A red speech bubble in the center of the illustrations contains the text 'las emociones son sentidas de maneras diferentes en cada persona'.

Diapositiva nº 3:

emociones

se experimentan con independencia de la propia voluntad y se producen con respecto a un objeto, persona o situación concreta - Medrano y Vilte Ferrero.

 A slide with a blue background. At the top, the word 'emociones' is written in white. Below it is a definition in Spanish. At the bottom, there is a horizontal illustration of three faces with intense expressions: the first is angry with flames above the head, the second is sad with flames above the head, and the third is fearful with flames above the head.

Diapositiva nº 4:

emociones positivas y negativas

"las emociones negativas se ocupan de indicar los límites y peligros favoreciendo nuestra supervivencia y las emociones positivas fomentan perspectivas y acciones exploratorias que favorecen el crecimiento personal y la conexión social"

(Fredrickson, 2001 como se cita en Medrano y Vilte Ferrero 2010).



Diapositiva nº 5:

EMOCIONES POSITIVAS

se postula que los estudiantes experimentan emociones positivas en situaciones de éxito académico, de apoyo social y en la asistencia a una buena clase.

alegría, satisfacción, felicidad, tranquilidad, alivio, gratitud, esperanza,
aprecio, cariño, entusiasmo.

Medrano y Vilte Ferrero.




Diapositiva nº 6:

EMOCIONES NEGATIVAS

se observan en estudiantes en situaciones de fracaso académico, cuando se presentan obstáculos para el logro de metas, proyectos y cuando asisten a una mala clase.

miedo, enojo, ansiedad, ira, tristeza, culpa, envidia, incomodidad, insatisfacción,
desesperanza, rencor.

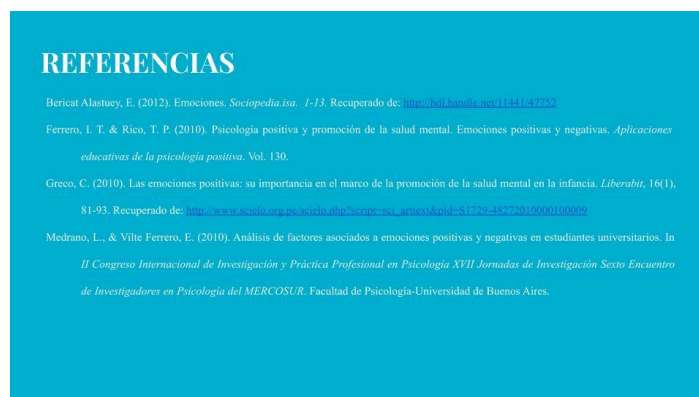
Medrano y Vilte Ferrero.



Diapositiva nº 7:



Diapositiva nº 8:



Anexo 11. Poema de emociones y sentimientos, de Greta Pons.

https://poemasonline.com/cinco-mejores-poemas-sobre-emociones-y-sentimientos?expand_article=1

Emociones y sentimientos

Son como las olas del mar

Siempre cambiando, nunca igual

Pueden ser tranquilos y serenos.

O salvaje y tormentoso

pero siempre están ahí

En lo profundo de nosotros

Guiando cada uno de nuestros pasos

Y dando forma a cada uno de nuestros pensamientos

Ellos son los que nos hacen quienes somos.

Y no seríamos nada sin ellos

Así que abracemoslos

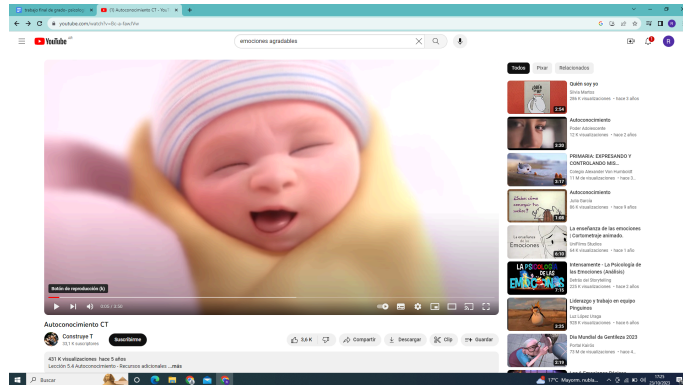
Y nunca tengas miedo de mostrar

El mundo nuestras verdaderas emociones

Y los sentimientos que tenemos tan queridos

Greta Pons

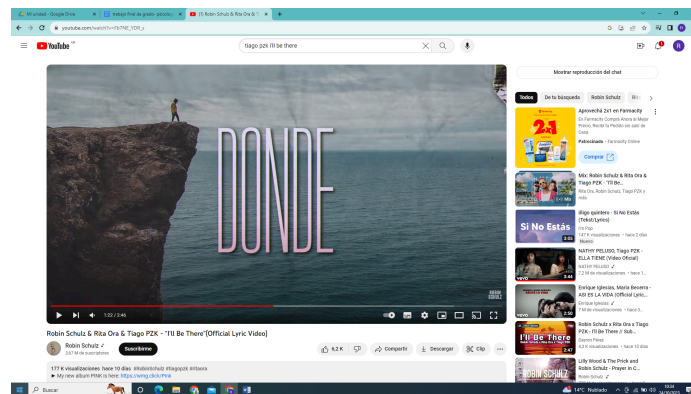
Anexo 12. Video “autoconocimiento CT”



Construye T. (29 de mayo de 2018). *Autoconocimiento CT* [Archivo de video].

<https://www.youtube.com/watch?v=Bc-a-fawJVw>

Anexo 13. Canción Robin Schulz & Rita Ora & Tiago PZK - “I’ll Be There”.



Robin Schulz. (13 de octubre de 2023). *Robin Schulz & Rita Ora & Tiago PZK - “I’ll Be There”(Official Lyric Video)* [Archivo de video].

https://www.youtube.com/watch?v=Fb7NE_YDR_s

Anexo 14. Escala de autoestima de Rosenberg.

Escala de Autoestima de Rosenberg

A continuación encontrará una lista de afirmaciones en torno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con una X la respuesta que más lo identifica.				
	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Creo que tengo un buen número de cualidades.				
3. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
5. Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mí.				
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
7. En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
8. Desearía valorarme más a mí mismo/a.				
9. A veces me siento verdaderamente inútil.				
10. A veces pienso que no soy bueno/a para nada.				

Rojas-Barahona, C. A., Zegers, B., & Förster, C. E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 137(6), 791-800. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>

Anexo 15. Cuestionario “¿qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?”

¿Qué tan satisfactorio me resultó el encuentro?

La finalidad de esta encuesta es conocer tu opinión frente a la experiencia del encuentro realizado, dado que tus respuestas son consideradas valiosas para el equipo que lleva adelante el dispositivo "Talleres de autoestima desde la motivación, emociones y respeto". Abriendo la posibilidad a recibir críticas constructivas para mejorar el desempeño del dispositivo.

La encuesta esta compuesta por cinco preguntas, de fácil comprensión.

Muchas gracias por participar!

rooirastorza@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)



No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

¿Te gustó el encuentro? *

- 1: Si, mucho
- 2: Un poco
- 3: Casi nada
- 4: No, para nada

¿Te resultó enriquecedor el encuentro? *

- 1: Si, mucho
- 2: Un poco
- 3: Casi nada
- 4: No, para nada

¿Hay algún aspecto que no te agradó del encuentro? *

- Si
- No

En caso de responder la pregunta anterior con la opción si. ¿Qué no te agradó del encuentro? ¿Por qué? *

Tu respuesta

¿Qué te gustaría cambiar o mejorar del encuentro?

Tu respuesta

[Enviar](#)

[Borrar formulario](#)

Construido en el año 2023.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSemMi_gRmLIa7Ea_H0730ygCgLH2Px5

[BWvFORIhXV4PDv_tjQ/viewform?usp=sf_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSemMi_gRmLIa7Ea_H0730ygCgLH2Px5/BWvFORIhXV4PDv_tjQ/viewform?usp=sf_link) - elaboración propia.