

INVESTIGACIONES

*PROGRAMA DE INTERVENCION PARA ELEVAR LOS NIVELES DE  
AUTOESTIMA EN ALUMNAS DE SEXTO AÑO BASICO*

Intervention program to increase self-esteem levels in sixth-grade pupils

*Prof. Lídice Valdés G.*

**Resumen**

Este trabajo corresponde a un estudio de medición de los Niveles de Autoestima en las escalas General, Social, Escolar y Hogar, a través del Inventario de Autoestima de Coopersmith (1984), en niñas de sexto año básico, Escuela México de Valdivia, con rasgos de inmadurez en la interacción social.

Se realizaron dos mediciones, aplicando el diseño preexperimental de pretest y postest al mismo grupo-curso.

Los resultados de las mediciones, efectuadas el primer semestre de los años 1999 y 2000, muestran mediante gráficos de barras, que las alumnas incrementaron sus niveles de autoestima en las cuatro áreas en estudio.

*Palabras claves:* Autoestima, niñas, inventario.

**Abstract**

In this work, the level of self-esteem among sixth grade girls was measured, presenting immature behavior in their social interactions. This study was centered on the measurements on their General, Social, School and Home behavior, following the procedure described by Coopersmith (1984) in the Inventory of Self-esteem. The pre and post-tests were applied to the same group of students during the first semester of the years 1999 and 2000.

The statistical analysis shows that in average the students increased their level of self-esteem in the four areas of study.

*Key words:* Self-esteem, girls, inventory.

**INTRODUCCION**

Las experiencias satisfactorias en los primeros años de vida entregan estabilidad afectiva y una buena autoestima al adolescente y al adulto. La influencia del medio familiar, social, cultural son factores determinantes en el desarrollo de esta función.

Gurney (1988) describe tres etapas, a través de las cuales el niño va formando una imagen personal o autoconcepto. La primera etapa, llamada *existencial o del mismo primitivo*, abarca desde el nacimiento hasta los dos años. La segunda etapa, denominada *del sí mismo externo*, va desde los dos hasta los 12 años y la tercera etapa la llama *del sí mismo interior* y comprende de los 12 años en adelante.

Desde el punto de vista de la imagen personal la etapa más significativa es la *del sí mismo exterior*, porque es la más abierta a la entrada de la información.

Aquí las experiencias de éxito y fracaso, así como la forma en que se desarrolla la interacción con los adultos, son decisivas. Por eso es muy importante que padres y educadores sean los generadores positivos al entregar retroalimentación al niño acerca de sí mismo.

Al comienzo de este estadio, el niño se define y se diferencia a sí mismo, de los otros, por sus rasgos físicos. Entre los ocho y nueve años se inicia la definición personal, basada en algunos rasgos psicológicos. Aquí se hacen evidentes los sentimientos de vergüenza y orgullo. El concepto de sí mismo que se adquiere en esta etapa resulta difícil de modificar posteriormente. Al final de este período hay un aumento de la autoconciencia: los niños han logrado un reconocimiento importante de sí mismos y de cómo son percibidos por los demás. Desde esta perspectiva podemos decir que la Autoestima General que se menciona en el instrumento aplicado sería la suma de los juicios que la persona tiene de sí misma, es decir, lo que la persona se dice a sí misma sobre sí misma. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos, con experiencias vitales y con expectativas. La autoestima sería el grado de satisfacción consigo mismo, la valorización de uno mismo.

Sin duda, esta valorización personal se encuentra en el juicio de otros, especialmente de los *otros significativos*. Mientras más importante sea una persona para el niño, mayor valor tendrá su opinión y, por lo tanto, afectará de manera importante la percepción que el niño se vaya formando de sí mismo.

El concepto de sí mismo que tiene el estudiante es en gran medida producto de su experiencia en el hogar, así como de la identificación con sus padres. El concepto de identificación, introducido por Freud, designa el proceso a través del cual el sujeto cree que es semejante a otra persona que ha tomado como modelo, es decir, comparte algunos de sus atributos y es llevado a actuar como si fuese el modelo y poseyese sus pensamientos, sentimientos y características (Mussen 1990).

La identificación con el padre o la madre puede ser una fuente muy importante de seguridad, ya que a través de este proceso el niño comienza a creer que se ha apropiado de la fuerza y aptitudes del modelo.

Por otra parte, el menor, identificado con un modelo inadecuado, como puede ser un padre psicótico o una madre alcohólica, quizás se sienta ansioso o inseguro por la creencia de que estos atributos indeseados del modelo son también suyos.

Con respecto a la Autoestima Social, Haeussler y Milicic (1998) señalan que uno de los factores más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una alta autoestima, saberse que uno es competente y valioso para los otros. Esta autovaloración involucra las emociones, los afectos, los valores y la conducta. Cuando un niño presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás. Es responsable, se comunica y relaciona en forma adecuada con sus iguales. En cambio un niño con una autoestima negativa, no confía en sí mismo y tampoco confía en los demás. Suele ser inhibido y crítico, poco creativo, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás; como una forma de compensar sus debilidades, también desarrollan conductas desafiantes o agresivas. Así, mientras menos valora a los demás, a su vez, él es menos querido por su entorno.

La Autoestima Escolar se refiere a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y, específicamente, a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares. Incluye también la autovalorización de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo, constante, desde el punto de vista intelectual.

La Autoestima Hogar es la familia y para muchas de ellas educar es corregir; y quizás por eso, generalmente, son más críticos que estimulantes con sus hijos. Sin embargo, el clima emocional que exista en el hogar, las expresiones de afecto, apertura para pasar momentos agradables, la forma en que se trate y guíe al niño van a tener una influencia decisiva en la estabilidad emocional futura. Las investigaciones demuestran que una de las mayores dificultades que existen para lograr un buen nivel de salud mental es no haber contado con aprobación y afecto en la infancia (Haeussler, Milicic 1998). Es importante construir buenos recuerdos con los niños, dado que son básicos para lograr confianza en uno mismo.

Estimando que este concepto atraviesa horizontalmente al niño en todas sus dimensiones, se quiso medir el perfil de autoestima que presentaban menores de un grupo-curso y el efecto que produce un programa de estimulación para el mismo grupo.

## METODOLOGIA

Para medir el nivel de autoestima se aplicó el inventario de Autoestima de Coopersmith (1959), validado en Chile por Brinkmann, Segure y Solar (1989), en el primer semestre del año 1999 y primer semestre del año 2000, a un grupo-curso de 37 niñas, cuyas edades cronológicas eran entre 11 y 12 años respectivamente, utilizando el diseño pre-experimental de pretest y postest.

Las variables establecidas fueron:

- Autoestima General, Social, Escolar y hogar (variable interviniente).
- Programa de intervención, basado en estrategias para desarrollar una autoestima positiva (variable independiente).
- Niveles alcanzados, después de la comparación de puntajes entre el pretest y postest (variable dependiente).

El programa de intervención para elevar los niveles de la Autoestima fue realizado en conjunto con los docentes de la Escuela de Enfermería de la Universidad Austral de Chile, a través del Curso Enfa 132, año 1999, y profesores de la Escuela México de Valdivia.

En una primera exploración, se realizó una entrevista personal con cada una de las 28 niñas testadas que presentaron nivel bajo de autoestima, a fin de analizar en forma conjunta aquellos ítemes considerados significativos en la valoración personal negativa de la alumna y se pudo visualizar una apertura del gran bagaje emocional en el problema que cada una de ellas presentaba; por otra parte, era necesario provocar un acercamiento afectivo, que nos lleve a compartir el desarrollo del programa en forma satisfactoria. Asimismo, hubo dos reuniones con los padres, para darle a conocer los objetivos del programa, el resultado del estudio efectuado e invitarles a las diferentes actividades con sus hijas.

Luego se realizaron sesiones-taller para desarrollar las diferentes dimensiones de la autoestima. Se empleó una metodología activa, participativa, flexible, donde la actitud de los educadores y profesionales de la salud fue determinante en la creación del clima emocional que permitió que las niñas desarrollaran mayor confianza en sí mismas, originando así, organizadas en grupos, que pudieran expresar sus sentimientos y emociones ante un auditorio adulto.

En una etapa final, las estudiantes de la Escuela de Enfermería realizaron un trabajo en terreno a cinco familias, las cuales fueron visitadas en sus hogares donde se desarrollaron temas como Crecimiento y Desarrollo del Niño y Comunicación Familiar y Prevención de Accidentes en el Hogar.

## 1. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA:

### 1.1. ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA DE LAS ALUMNAS.

#### 1.1.1. *Entrevista personal:*

- 1.1.1. Registro de información básica de las alumnas:
  - 1.1.1.1.1. Análisis personalizado del pretest.

#### 1.1.2. *Autoevaluación del profesor:*

- 1.1.2.1. Encuesta para el profesor.
- 1.1.2.2. Autoevaluación.
- 1.1.2.3. Evaluación general.

#### 1.1.3. *Taller-Padres:*

- 1.1.3.1. Objetivos del taller.
- 1.1.3.2. Metodología.
- 1.1.3.3. Opinión de los padres hacia el programa.
- 1.1.3.4. Interacción de sentimientos de los padres.

#### 1.1.4. *Taller- alumnas:*

- 1.1.4.1. Autorretrato.
- 1.1.4.2. Mis características.
- 1.1.4.3. Percepción de mis compañeros.
- 1.1.4.4. Estima y valoración de otros hacia uno mismo.

#### 1.1.5. *Interacción de alumnas y padres*

- 1.1.5.1. Autovaloración de la familia:
  - 1.1.5.1.1. Valoración aspectos positivos.
  - 1.1.5.1.2. Valoración de aspectos negativos.

- 1.1.5.2. Cumplimiento de normas y deberes:
  - 1.1.5.2.1. Importancia.
- 1.1.5.3. Planificación del futuro:
  - 1.1.5.3.1. Valorar recursos externos e internos:
    - 1.1.5.3.1.1. Habilidades, capacidades.

1.1.6. *Laboratorio familiar:*

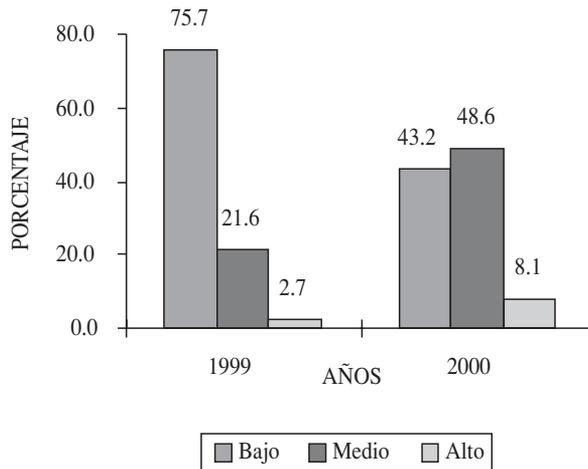
- 1.1.6.1. Crecimiento y desarrollo del niño.
- 1.1.6.2. Comunicación familiar.
- 1.1.6.3. Prevención de accidentes en el hogar.

ANALISIS DE LOS RESULTADOS

De acuerdo a las mediciones hechas en dos años consecutivos, 1999 y 2000, aplicando un pretest y postest del Inventario de Autoestima de Coopersmith, con el objeto de elevar los Niveles de Autoestima, a través de un programa diseñado para alumnas, padres y profesores, se pueden observar mediante gráficos de barras agrupadas los siguientes resultados:

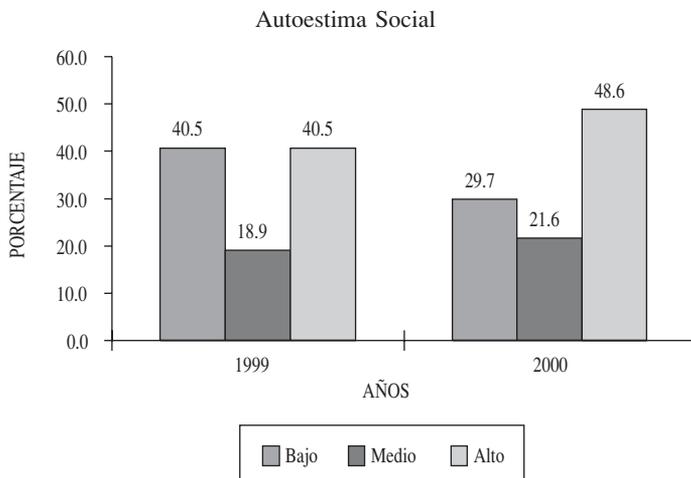
Gráfico 1

Autoestima General



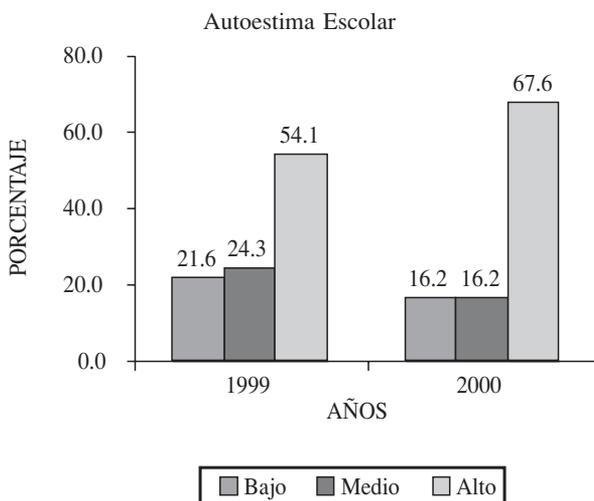
Con respecto a la Autoestima General, en la segunda aplicación la distribución de los datos sintetizan que el 56.7%, que constituyen 26 estudiantes, se ubican en el nivel medio y alto respectivamente, mientras que en la primera aplicación, sólo alcanzó a un 24.3 (als.). No obstante haber bajado el índice de un nivel de baja autoestima (75.7%), aún persiste un porcentaje significativo de ella (43.2%).

Gráfico 2



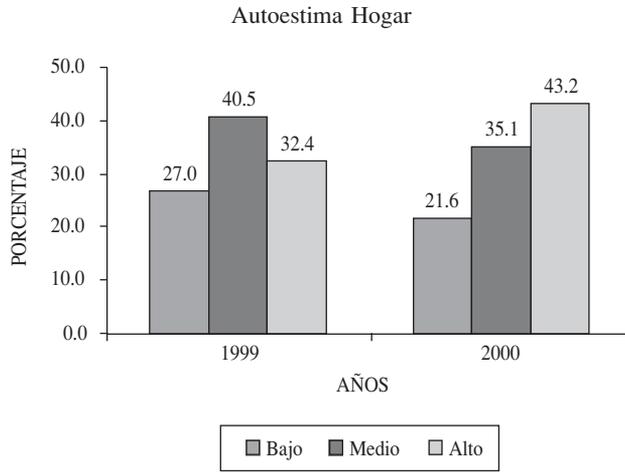
Tal como se presenta en el gráfico 2, al comparar los dos años, se infiere que en la primera aplicación las alumnas presentaban una Autoestima Social baja (40.5%). Este porcentaje disminuye positivamente en la segunda aplicación en un 10.8%, con respecto del año anterior. De tal manera que se observa un incremento en los niveles medio y alto en un 2.7% y 8.1% respectivamente.

Gráfico 3



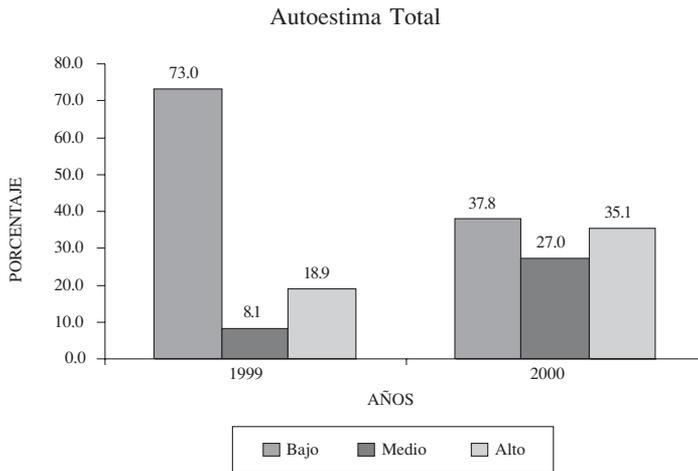
De la observación del gráfico, podemos señalar que en la Escala Escolar el 67.6% de las alumnas alcanzó el nivel alto (25 als.) al término del programa, estableciéndose una diferencia de un 13.5% (5 als.), en relación al pretest. Los niveles medio y bajo disminuyeron favorablemente en cada nivel.

Gráfico 4



Con respecto a la evaluación de la Autoestima Hogar, en la segunda aplicación, los niveles bajo y medio disminuyeron en un 5.4% (2 als.), para incrementar en un 10.8% el nivel alto, constituyéndose en un aumento en cada área.

Gráfico 5



Para la Autoestima Total, la distribución inicial de los datos se muestra heterogénea en cada uno de los niveles; no obstante, en la segunda aplicación, éstos tienden a distribuirse en forma homogénea.

Comparativamente se aprecia una diferencia significativa entre los niveles bajos del pretest y postest. Por otra parte, tanto los niveles medio como alto aumentaron en la segunda aplicación alrededor de un 18% aproximadamente.

## CONCLUSIONES:

De los análisis efectuados se puede concluir que:

- En la conjugación de las 4 áreas que evalúa el Inventario de Autoestima (Escala General, Social, Escolar y Hogar), se observa que alrededor de un 62% de las alumnas elevaron sus niveles de percepción al rango Medio y Alto. Resultados que permiten comprobar que el programa aplicado puede modificar en las menores el concepto general bajo que tienen de sí mismas, iniciando tareas con la expectativa de tener éxito y ser bien recibidas, de reflexionar sobre sí mismas, de expresar sus ideas y convicciones individualmente, capaces de discriminar sus aspectos positivos, como también sus limitaciones. Es necesario enfatizar el cambio radical que se produjo en el Nivel Bajo, en el pretest (73%), con respecto a la segunda aplicación (37.8%), probablemente atribuible a lo señalado anteriormente.
- Se observa también un desarrollo importante en las relaciones intrafamiliares, los padres se muestran más receptivos, capaces de conectarse con las necesidades de sus hijas; han podido tomar conciencia de la relación que existe entre el sentirse aceptado y tener una buena autoestima y de lo importante que es ésta para tener éxito en la vida.
- Del porcentaje de niñas (37.8%) correspondiente a 14 estudiantes que presentaban un nivel bajo de autoestima, el 21.6% subió sus puntajes dentro del mismo nivel; sin embargo, el 16.2% de este mismo grupo bajó aún más sus niveles, siendo las áreas más afectadas las Escalas General, Social y Hogar, que probablemente están siendo afectadas por alteraciones emocionales, casos que ya han sido derivados a los profesionales correspondientes.
- En virtud de los resultados encontrados se puede deducir que las alumnas presentan buen nivel de interacción grupal, dando espacio al pensamiento crítico, a la capacidad de enfrentar con éxito diferentes situaciones de la vida escolar, como rendir bien y asumir con responsabilidad las tareas de aprender y estudiar. Al mismo tiempo se observa un mejor acercamiento de relaciones interpersonales con los profesores y sus pares.

Escuela México de Valdivia  
Nivel Educación Diferencial (T.E.A.)  
Picarte 1212, Valdivia, Chile  
E-mail: livaldes01@hotmail.com

## REFERENCIAS

- BRINKMANN, H., A. SEGURE, M. SOLAR. (1989). Adaptación, estandarización y elaboración de normas para el inventario de autoestima de Coopersmith. *Revista Chilena de Psicología*, Vol. 10 N° 1: 63-71.
- COLLARTE, C., J. CORNEJO. (1992). *Estrategias de estudio y aprendizaje escolar*. Santiago: Editorial Universitaria.
- COOPERSMITH, S. (1959). A method for determining types of self-esteem. *Journal of Abnormal and Social Psychology* 59: 87-94.

- GUMEY, P. (1988). *Self-esteem in children with special education needs*. London: Routledge.
- HAEUSSLER, I. M., N. MILICIC. (1998). *Confiar en uno mismo*. Santiago: Dolmen Ediciones.
- HEIDBREDER, E. (1964). *Psicologías del siglo XX*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- MUSSEN, CONGER y KAGAN. (1999). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Edit. Trillas. 3ª edición.
- PELAEZ, P., E. MOTZEL, A. MEDINA. (1992). *El adolescente y usted*. Santiago: Editorial Universitaria. 7ª edición.
- PREWITT-DIAZ, JOSEPH O. (1984). A cross-cultural study of reliability of the Coopersmith Self-Esteem Inventory. *Educational and Psychological Measurement* 44: 575-581.