

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**



**APLICACIÓN DE TALLERES DE MOTIVACIÓN PARA EL
FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SAN JUAN
BOSCO DE LA CIUDAD DE PUNO – 2017**

TESIS

PRESENTADA POR:

PAMELA ACERO CÁCERES

RUTH MARTHA CHOQUE HUANCA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA, CON
MENCIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE CIENCIAS
SOCIALES**

PROMOCIÓN: 2014-II

2016-I

PUNO – PERÚ

2018

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**

**APLICACIÓN DE TALLERES DE MOTIVACIÓN PARA EL FORTALECIMIENTO
DE LA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA SAN JUAN BOSCO DE LA CIUDAD DE PUNO – 2017**

**PAMELA ACERO CÁCERES
RUTH MARTHA CHOQUE HUANCA**



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN SECUNDARIA, CON MENCIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE
CIENCIAS SOCIALES**

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

:

Dr. Felipe Gutiérrez Osco

PRIMER MIEMBRO

:

M.Sc. Lilia Maribel Angulo Mamani

SEGUNDO MIEMBRO

:

M.sc. Huguette Fortunata Dueñas Zúñiga

DIRECTOR / ASESOR

:

M.Sc. Salvador Mamani Chaiña

Área: Interdisciplinaridad en la dinámica educativa: Ciencias sociales.

Tema: Autoestima

Fecha de sustentación: 14 / Sep. / 2018

DEDICATORIA

Con mucho cariño y admiración a mis padres Julio y Cristina.

A Luis Gustavo y Antonellita por su motivación constante.

Y a mi ángel, mamita Inés.

RUTH MARTHA

A mí querida familia.

A mis padres por su apoyo y exigencia constante.

A mis razones de vida Luigi y Yurek.

PAMELA

AGRADECIMIENTO

A nuestra primera casa de estudios, Universidad Nacional del Altiplano de Puno, por la formación académica que nos ha brindado.

A los docentes de la Facultad de Ciencias de la Educación por su permanente trabajo de asesoría y apoyo incondicional, por su apoyo en la redacción y motivación en la entrega de esta investigación.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE ACRÓNIMOS	
RESUMEN	10
ABSTRACT	11

CAPÍTULO I**INTRODUCCIÓN**

1.1. Planteamiento del problema.....	12
1.2 Formulación del problema.....	15
1.2.1 Problema general.....	15
1.2.2 Problemas específicos.....	15
1.3 Hipótesis de la investigación	15
1.3.1 Hipótesis general	15
1.3.2 Hipótesis específicas.....	16
1.4 Justificación del estudio	16
1.5 Objetivos de la investigación.....	17
1.5.1 Objetivo general.....	17
1.5.2 Objetivos específicos	17

CAPÍTULO II**REVISIÓN DE LITERATURA**

2.1. Antecedentes de la investigación.....	18
2.2 Marco teórico	20
2.2.1 El taller	20
2.2.1.1 Definición del taller	20
2.2.1.2 Objetivos del taller	22
2.2.1.3 Principios pedagógicos del taller.....	22
2.2.1.4 Fundamento metodológico del taller.....	25
2.2.1.5 Estructura del taller.....	27
2.2.2 La autoestima	29
2.2.2.1 Definición de autoestima	30

2.2.2.2 Niveles de la autoestima.....	32
2.2.2.3 Causas de baja autoestima.....	35
2.2.2.4 Dimensiones de la autoestima.....	36
2.2.2.5 La importancia de la autoestima en el ser humano	39
2.2.2.6 Autoestima en la etapa de la adolescencia	41
2.2.3 Motivación	43
2.3. Marco conceptual.....	45
2.4. Operacionalización de variables	46

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 Ubicación geográfica del estudio	47
3.2 Periodo de duración del estudio	47
3.3 Población y muestra del estudio	47
3.3.1 Población.....	47
3.3.2 Muestra.....	48
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	49
3.4.1. Técnicas.....	49
3.4.2. Instrumentos	49
3.5 Diseño estadístico	50
3.5.1 Tipo de investigación.....	50
3.5.2 Diseño de investigación.....	51
3.6 Procedimiento.....	52
3.7 Variables.....	52
3.8 Diseño estadístico para la prueba de hipótesis	52

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados.....	55
4.2 Discusión	69
CONCLUSIONES	73
RECOMENDACIONES	75
BIBLIOGRAFÍA	76
ANEXOS	80

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Porcentaje de la dimensión cognitiva de la variable autoestima de los estudiantes del grupo experimental.....	55
Figura 2. Porcentaje de la dimensión afectiva de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.....	58
Figura 3. Porcentaje de la dimensión conductual de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.....	61
Figura 4. Porcentaje de la variable autoestima en el grupo experimental.....	64
Figura 5. Porcentaje de la variable autoestima en el grupo control.....	67

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Sistema de variables	46
Tabla 2. Estudiantes matriculados año académico 2017	48
Tabla 3. Estudiantes del tercer grado A y B, año 2017	48
Tabla 4. Cuadro de posibilidades	50
Tabla 5. Frecuencia y porcentaje de la dimensión cognitiva de la variable autoestima de los estudiantes del grupo experimental.....	55
Tabla 6. Frecuencia y porcentaje de la dimensión afectiva de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.	58
Tabla 7. Frecuencia y porcentaje de la dimensión conductual de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.	61
Tabla 8. Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima en el grupo experimental.....	64
Tabla 9. Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima en el grupo control	63

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

JEC	: Jornada Escolar Completa
MINEDU	: Ministerio de Educación
IES	: Institución Educativa Secundaria
UGEL	: Unidad de Gestión Educativa Local

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo principal comprobar el efecto de la aplicación de los talleres de motivación sobre la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017. En relación a la metodología de investigación corresponde al tipo experimental con diseño cuasi experimental con grupo de control y experimental, con una muestra conformada por 24 estudiantes entre 14 y 15 años. Para el tratamiento estadístico se trabajó con la estadística inferencial de la prueba “T” de student para la demostración de la hipótesis de investigación. Los resultados muestran cambios significativos en sus componentes: cognitivo, afectivo y conductual dado que de un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta; 5 estudiantes que representa el 42% tienen la autoestima alta; 6 estudiantes que representa el 50% tienen la autoestima intermedia; 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima baja. Mientras que después de aplicar los talleres se pudo observar que: De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima muy alta; 10 estudiantes que representa el 83% tienen la autoestima alta; 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima intermedia; 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja. Asimismo, se concluye afirmando que con la aplicación de talleres de motivación existen cambios significativos en el fortalecimiento de la autoestima.

Palabras claves: Autoestima, estudiantes, estrategia, motivación, talleres.

ABSTRACT

The main objective of the research was to verify the effect of the application of the motivation workshops on self-esteem in students of the San Juan Bosco Secondary Educational Institution of the city of Puno - 2017. In relation to the research methodology corresponds to the experimental type with Quasi-experimental design with control and experimental group, with a sample consisting of 24 students between 14 and 15 years old. For the statistical treatment we worked with the inferential statistics of the student's "T" test for the demonstration of the research hypothesis. The results show significant changes in its components: cognitive, affective and behavioral given that of a total of 12 students to whom the test is applied, which represents 100%, 0 students that represent 0% have very high self-esteem; 5 students who represent 42% have high self-esteem; 6 students who represent 50% have intermediate self-esteem; 1 student who represents 8% has low self-esteem. While after applying the workshops it was observed that: Out of a total of 12 students to whom the pre-test was applied, which represents 100%, 1 student who represents 8% has very high self-esteem; 10 students representing 83% have high self-esteem; 1 student who represents 8% has intermediate self-esteem; 0 students who represent 0% have low self-esteem. Likewise, it is concluded that with the application of motivation workshops there are significant changes in the strengthening of self-esteem.

Keywords: Self-esteem, students, strategy, motivation, workshops.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El desarrollo de la persona es uno de los principales propósitos del quehacer educativo. Para este efecto, la educación del nivel secundario debe poner énfasis en desarrollar una formación no solo cognitiva, sino también afectiva y conductual en los estudiantes, para que puedan hacer frente a las adversidades, no solo de tipo académico sino también de tipo socioemocional.

La etapa de la adolescencia es una de las más importantes en la vida del ser humano, es en donde se avivan las emociones, se descubre el carácter y se suscitan cambios que pueden reorientar el sentido de la vida misma. Y es, justo en esta etapa, cuando el ser humano atraviesa la educación secundaria. Y surgen interrogantes por parte del adolescente, y no siempre se encuentran respuestas adecuadas y las actitudes que se generan en el colegio son bastante desalentadoras, pueden ir desde una simple expresión de desidia hasta agresiones verbales o incluso físicas. (Silva y Mejía, 2015, p.45)

Es así que se plantea, a la autoestima como aspecto clave de la educación emocional, como una fuerza poderosa dentro de cada uno de los seres humanos y la confianza en la capacidad de pensar y poder afrontar los desafíos básicos de la vida. “Así como también el saber que uno es merecedor de la felicidad, es decir de vivir plenamente el cumplimiento de nuestros objetivos y la satisfacción de nuestras diversas necesidades” (Branden, 1991, p.34).

Tales razones motivaron la investigación en la Institución Educativa Secundaria “San Juan Bosco” de la ciudad de Puno, ya que, durante el desarrollo de

prácticas pre profesionales se observaron situaciones en los estudiantes, que pasan por íntimos conflictos y contradictorios, estados de ánimo: melancolía, aislamiento, desconfianza en sus propias capacidades, se muestran inseguros, apáticos y se sienten incapaces de afrontar cualquier problema, refugiándose en programas de televisión e internet, malas amistades, bebidas alcohólicas disminuyendo así su autoestima.

Se tomó como referencia la existencia de varios estudios sobre los niveles de autoestima donde resaltan factores que intervienen en la autoestima como: la familia, la comunicación y la sociedad que a su vez es uno de los más influyentes ya que en los últimos años atraviesa una crisis en diferentes aspectos: político, económico, social y cultural que aqueja más a la clase media y baja, a consecuencia de ello padres y docentes se ven en la penosa obligación de descuidar la educación de los hijos y también de los estudiantes, sea por motivos de trabajo o descuido personal. (Velarde, 2017, p.51)

Por otro lado, existe poca investigación sobre la difusión de cursos formativos que fortalezcan y contribuyan en el desarrollo personal y emocional de las personas y más en la mejora de la autoestima. Aunque algunas investigaciones resaltan que por medio de estrategias como cursos taller es mucho más factible que el adolescente pueda trabajar en el desarrollo de sus habilidades sociales, expresión de emociones, manejo de ansiedad y depresión y pueda redescubrir su autoestima (Carrillo, 2009).

La propuesta de la aplicación de talleres de motivación busca desarrollar procesos de orientación psicopedagógica dirigidos hacia el aprendizaje y el

fortalecimiento de habilidades personales, intelectuales y afectivas que enriquezcan el desarrollo humano y la calidad de vida de la población estudiantil.

Se concibe la metodología de taller como una práctica educativa que posibilita, por medio de diferentes ejercicios y estrategias, que los estudiantes tengan una vivencia y una participación activa en la reflexión o el análisis de un tema, una situación o un problema (Ligia, 2007).

Es un proceso grupal; sin embargo, permite la reflexión individual de los estudiantes. La idea es que interioricen aspectos esenciales sobre lo que se está tratando, y se motiven para cambiar actitudes negativas desde su realidad personal (Ligia, 2007, p.77).

Con la aplicación de los talleres se busca motivar a los estudiantes para que entiendan sobre el tema, pidan ayuda cuando la necesiten e intenten desarrollar más confianza y respeto hacia sí mismos y que logren entender que el fortalecimiento de la autoestima es una responsabilidad, un esfuerzo, una lucha personal y constante que se extiende a lo largo de la vida y que repercute en todas sus áreas.

El taller no es un proceso que concluye y agota el tema, sino que se abre a otras posibilidades, a otras necesidades que atender, a otros aspectos que se pueden estimular y potenciar, y que impactan positivamente en su desarrollo y crecimiento personal (Ligia, 2007).

Por lo tanto, se considera a la investigación como un eje de gran importancia dentro del proceso educativo que conllevan los estudiantes. Y tener una alternativa de estimular y promover la autoestima en estudiantes de educación secundaria.

1.2 Formulación del problema

A partir de lo mencionado, nos planteamos la siguiente interrogante en la investigación:

1.2.1 Problema general

¿Cuál es el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno - 2017?

1.2.2 Problemas específicos

- a) ¿Cuál es el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión cognitiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno - 2017?
- b) ¿Cuál es el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión afectiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno - 2017?
- c) ¿Cuál es el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión conductual de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno - 2017?

1.3 Hipótesis de la investigación

1.3.1 Hipótesis general

Los talleres de motivación fortalecen significativamente la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

1.3.2 Hipótesis específicas

- a) Los talleres de motivación fortalecerán significativamente la dimensión cognitiva de la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.
- b) Los talleres de motivación fortalecerán significativamente la dimensión afectiva de la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.
- c) Los talleres de motivación fortalecerán significativamente la dimensión conductual de la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

1.4 Justificación del estudio

La investigación tiene relevancia, ya que existe poca investigación sobre la difusión de programas o cursos taller a nivel de tesis para optar grados en el nivel superior. Pese a encontrarse investigaciones, a nivel internacional, donde se evidencia que contribuyen al desarrollo personal y emocional de las personas incluso en la mejora de autoestima.

Con la aplicación de talleres de motivación se busca dar una alternativa de mejora y fortalecimiento de la autoestima. Evaluar a los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno permite tener un diagnóstico sobre el nivel de autoestima de los estudiantes, lo que conlleva a conocer cuál es el nivel cognitivo, afectivo y conductual del estudiante y poder tomar acciones de mejoría.

Los resultados de la Investigación en dicha Institución son útiles para tomar acciones por parte de las autoridades educativas, docentes y padres de familia

y a su vez aplicar esta estrategia en otros estudiantes que puedan tener el mismo problema.

1.5 Objetivos de la investigación

1.5.1 Objetivo general

Comprobar el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

1.5.2 Objetivos específicos

- a) Determinar el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión cognitiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.
- b) Determinar el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión afectiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.
- c) Determinar el efecto de la aplicación de talleres de motivación sobre la dimensión conductual de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

En los últimos años se realizaron estudios que guardan relación con el presente trabajo de investigación. Entre las investigaciones se encuentran:

Carrillo (2009) desarrolló la investigación “La familia, la autoestima y el fracaso escolar del adolescente” España. El objetivo general de esta investigación fue contribuir para que el adolescente de 14 a 20 años del Cetis N° 80, redescubra su autoestima a través del apoyo de padres de familia y maestros, por medio de cursos taller. La investigación es de tipo descriptivo ecléctico no experimental e hizo uso de la técnica de la encuesta; y el instrumento fue el test. La población estuvo constituida por 48 estudiantes y padres de familia. Los resultados son considerados positivos ya que hubo un avance significativo, porque de tener al inicio del curso taller un 28% de estudiantes que tenían autoestima baja, se llegó al final con 7% y dichos estudiantes presentaban características tales como: positivos, se valoran así mismos, hay apoyo, hay comunicación y se acercan más a sus padres y maestros.

Machaca y Mamani (2016) realizaron la investigación “Talleres de liderazgo en el desarrollo de la autoestima de los niños y niñas de 5 años de la I.E.I. N° 288 Salcedo aldea infantil - Puno”. Teniendo como objetivo general determinar la influencia de los talleres de liderazgo en el desarrollo de la autoestima de los niños y niñas de 5 años, para el logro de dicho objetivo se empleó el tipo de investigación experimental y el diseño fue pre experimental, con prueba de entrada y salida, se aplicó talleres de liderazgo en sus dimensiones personal,

académico y familiar. Los resultados precisan que en la dimensión personal de tener al inicio del taller un 40% de niños y niñas que tenían autoestima neutral, se llegó al final del taller con 50% de los niños y niñas con autoestima más positiva. En la dimensión académica de tener al inicio del taller un 40% de niños y niñas que tenían autoestima baja, se llegó al final del taller con 70% de los niños y niñas con autoestima neutral. En la dimensión familiar de tener al inicio del taller un 50% de niños y niñas que tenían autoestima neutral, se llegó al final del taller con 50% de los niños y niñas con autoestima más positiva. De un total de niños evaluados sobre la influencia de los talleres de liderazgo en el desarrollo de la autoestima, se ha encontrado que influyen significativamente logrando un nivel de autoestima más positivo en los niños y niñas de 5 años.

Velarde (2017) realizó la investigación “Nivel de autoestima en los estudiantes del primero, segundo y tercer grado de la I.E.S. San Antonio De Padua de la ciudad de Puno en el año 2016”. La investigación fue de tipo descriptivo con diseño de estudio de diagnóstico, la muestra estuvo conformada por 61 estudiantes del primero, segundo y tercer grado de secundaria, aplicándose como instrumento, el inventario de autoestima de Stanley Coopersmith test para adolescentes. Los resultados indicaron que de un total de 61 estudiantes que representa el 100%; 39 estudiantes que significa el 64% tienen un nivel de autoestima baja, debido a la falta de apoyo por parte de los padres, de la familia en sus hogares y orientación de los docentes en la Institución Educativa, la falta de autovaloración de los mismos estudiantes y la muestra de desinterés para superar su autoestima.

2.2 Marco teórico

2.2.1 El taller

En lo que refiere a su etimología, el termino taller proviene de la palabra francesa “atelier”, que refiere al lugar donde trabaja un artista plástico o escultor, y que reúne artistas conocedores de determinada técnica u obra a fin de compartir lo que se conoce al respecto, o bien a los discípulos de dicho artista a fin de aprender del maestro. En la organización de la economía y el trabajo en la edad media europea, el taller constituía la unidad productiva de los artesanos, los cuales se organizaban en gremios. Cada taller era propiedad de un maestro y contaba con oficiales y aprendices, quienes llevaban adelante una labor de producción en determinado rubro.

Además de su carácter productivo, el trabajo artesanal en el taller tenía también características de creación artística, vinculado al sistema de escalafones existentes en el taller; grupos pequeños, ascenso en la jerarquía de aprendiz, hasta maestro. Se lograba mediante la realización de una obra de arte propia dentro del oficio del taller. (Cano, 2012)

2.2.1.1 Definición del taller

Kisnerman (1997) define el taller como unidades productivas de conocimiento a partir de una realidad concreta, por ser transferidos a esa realidad a fin de transformarla, donde los participantes trabajan haciendo converger teórica y práctica.

Reyes (2000) define el taller como una realidad integradora, compleja, reflexiva, en que se unen la teoría y la práctica como fuerza motriz del proceso pedagógico, orientado a una comunicación constante con la realidad social y como un equipo

de trabajo altamente dialógico formado por docentes y estudiantes, en el cual cada uno es un miembro más del equipo y hace sus aportes específicos.

Aylwin y Bustos (1980) definen el taller como: Un proceso pedagógico en el cual estudiantes y docentes desafían un conjunto de problemas específicos, es concebido como un equipo de trabajo, formado generalmente por un docente y un grupo de estudiantes en el cual cada uno de los integrantes hace su aporte específico. El docente dirige a los estudiantes, pero al mismo tiempo adquiere junto a ellos experiencia de las realidades concretas en las cuales se desarrollan los talleres, y su tarea en terreno va más allá de la labor académica en función de los estudiantes, debiendo prestar su aporte profesional en las tareas específicas que se desarrollan.

Sosa (2002) Un taller pedagógico es una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se planteen y el tipo de asignatura que los organice. Puede desarrollarse en un local, pero también al aire libre.

Ander (1991) El taller es un lugar donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado: se trata de una forma de enseñar y sobre todo de aprender mediante la relación de “algo” que se lleva a cabo conjuntamente. Es un aprender haciendo en grupo, este es el aspecto sustancial del taller.

No se concibe un taller donde no se realicen actividades prácticas, Pudiéramos decir que el taller tiene como objetivo la demostración práctica de las leyes, las ideas, las teorías, las características y los principios que se estudian, la solución de las tareas con contenido productivo.

2.2.1.2 Objetivos del taller

Formar profesionalmente o técnicamente en prácticas sobre terreno, dentro de cualquier disciplina y necesariamente se requiere un proyecto específico de trabajo de intervención sobre terreno. “Adquirir destrezas habilidades técnicas y metodológicas que pueden o no ser aplicadas posteriormente en disciplinas científicas, prácticas profesionales o prácticas supervisadas” (Ander, 1991, p.66).

2.2.1.3 Principios pedagógicos del taller

Consideramos incluir los siguientes principios teniendo en cuenta a (Ander, 1991).

a) Es un aprender haciendo

Los conocimientos se adquieren en una práctica concreta vinculada al entorno y vida cotidiana del estudiante. O mediante la realización de un proyecto relacionado con una asignatura o una disciplina en particular. El taller de acuerdo a esa característica, se apoya en el principio de aprendizaje de (Froebel, 1826, citado en Ander, 1991) que afirma: “Aprender una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador y vigorizante que aprender simplemente por comunicación verbal de ideas”.

Un aprender haciendo Implica una superación de la actual división entre formación teórica y formación práctica mediante una adecuada integración y globalización de ambos a través de la realización de un proyecto de trabajo; Que los conocimientos teóricos, métodos, técnicas y habilidades se adquieren en un proceso de trabajo (haciendo algo) y no mediante la entrega de contenidos y la superación de la clase magistral y del protagonismo del docente, por la formación

a través de la acción/reflexión acerca de un trabajo realizado en común por los participantes del taller, en el que predomina el aprendizaje sobre la enseñanza.

b) Es una metodología participativa

La participación activa de todos los talleristas (docentes y estudiantes), es un aspecto central de este sistema de enseñanza aprendizaje, teniendo en cuenta de que se enseña y se aprende a través de una experiencia realizada conjuntamente, en la que todos están implicados e involucrados como sujetos agentes. Pero al participar no se aprende teóricamente, tampoco es algo que se estudia: se aprende a participar participando y esto implica dos dimensiones principales:

- Desarrollar actitudes y comportamientos participativos.
- Formarse para saber participar.

c) Pedagogía de la pregunta, contrapuesta a la pedagogía de la respuesta propia de la educación tradicional

La concepción pedagógica tradicional sostiene que el conocimiento es algo que uno puede depositar en otro u otros, o que se adquiere en los libros. Pero esta no es la pedagogía propia del taller, en donde el conocimiento se produce fundamentalmente y casi exclusivamente en respuesta a preguntas, lo que permite desarrollar una actitud científica que, en lo sustancial, es la predisposición a “detenerse” frente a las cosas para tratar de desentrañarlas, problematizando, interrogando, buscando respuestas, sin instalarse nunca en certezas absolutas.

d) La relación docente estudiante queda establecida en una tarea común

Los protagonistas del proceso de enseñanza aprendizaje son tanto los docentes

como los estudiantes, organizados co gestionariamente (y mejor aún si es autogestionariamente). Esto supone la superación de todo tipo de relaciones dicotómicas jerarquizadas, y la superación de relaciones competitivas entre los estudiantes, por el criterio de producción grupal o en equipo.

Comparado con la educación tradicional, el taller exige redefinir los roles, tanto del educador como del educando:

- El educador docente tiene una tarea de animación, estímulo, orientación, asesoría y asistencia técnica.
- El educando estudiante, se inserta en el proceso pedagógico como sujeto de su propio aprendizaje, con el apoyo teórico y metodológico de los docentes y de la bibliografía y documentación de consulta que las exigencias del taller vayan demandando.

e) Implica y exige de un trabajo grupal, y el uso de técnicas adecuadas

Como se trata de un proyecto que se desarrolla en común, supone el trabajo grupal. El taller es un grupo social organizado para el aprendizaje y como todo grupo alcanza una mayor productividad y gratificación grupal si usa técnicas adecuadas, si no se consigue constituir el grupo de aprendizaje, la tarea educativa puede llegar a frustrarse o a sufrir deterioro. Este es uno de los desafíos operativos que tiene el sistema de taller.

Si bien el trabajo grupal es una de sus notas características, eso no excluye actividades y tareas que se realizan individualmente. Como en todas las formas pedagógicas, el proceso de aprendizaje es, en última instancia, un proceso personal, de ahí la necesidad de complementariedad entre lo individual y lo grupal que debe tener el taller, el trabajo grupal no es productivo por sí mismo,

es decir, por el solo hecho de estar haciendo algo juntos. Es necesario utilizar técnicas grupales, para que las potencialidades del trabajo grupal puedan hacerse realidad.

2.2.1.4 Fundamento metodológico del taller

Maya (2000) plantea el taller:

Primero, el estudiante debe promover la construcción del conocimiento a partir de el mismo y de su contacto con la experiencia y la realidad objetiva en que se desenvuelve, dentro de esta realidad objetiva se encuentra el factor social, o sea el grupo y el mismo docente con los cuales el estudiante interactúa; segundo, realiza una integración teórico práctico en el proceso de aprendizaje; tercero, permite que el ser humano viva el aprendizaje como ser total y no solamente estimulando lo cognitivo, ya que el estudiante además de sus habilidades, da a conocer sus experiencias en la vida, proporcionándole a este una estrecha relación con lo intelectual y emocional y dándole como resultado una formación integral; Cuarto, promueve una inteligencia social y una creativa colectiva, en la cual el conocimiento que se adquiere está determinado por un proceso de acción reflexión, que permite su validación colectiva yendo de lo concreto a lo conceptual y viceversa, de una manera creativa, crítica y finalmente transformadora. (p.42)

Lo dicho por maya, en el desarrollo del taller, el conocimiento va de la mano y es producido por las experiencias vividas del estudiante. La experiencia adquirida, debido a sus vivencias, los contextos sociales en el que el estudiante se desenvuelve diariamente con otros sujetos es la interrelación que genera al estudiante una integración entre la teoría y la práctica.

Maya (2000) hace una evidencia de la relación que tienen los elementos teóricos y prácticos que enriquecen y constituyen el taller. La experiencia del estudiante está enriquecida de los pre saberes, conceptos y concepciones que se obtienen. Por esta razón, el taller como didáctica de la enseñanza, desde una visión de la epistemológica, crea la manera de entender la educación, ya que esta, va más allá de la educación tradicional, donde el estudiante recibía de manera indirecta sus conocimientos, siendo mecánico y por ende pasivo en su formación, limitando de esta forma su aprendizaje.

El taller desarrolla en el estudiante un aprendizaje autónomo, que es el elemento esencial para su formación profesional integral. Así, el estudiante aporta experiencias vividas que obligan a que tengan una relación lo emocional con lo intelectual, por la cual elabora sus propios conocimientos.

Una de las características relevantes del taller es la metodología. Sosa (2002) En ese sentido plantea una propuesta para administrar un taller pedagógico. Hay que tener en cuenta los siguientes elementos:

- a) **Planeación:** Es prever el futuro del taller a mediano y largo plazo, esto se debe hacer teniendo en cuenta los temas, las personas participantes, el lugar, el tiempo y los recursos que se va a usar para llevarlo a cabo.
- b) **Organización:** Es la distribución y el manejo de todos los componentes del taller, como los participantes y sus respectivas funciones dentro del grupo, los recursos, el tiempo y el lugar.
- c) **Dirección:** En este caso se establece un coordinador quien está encargado de coordinar el proceso para que se dé el aprendizaje. Es un facilitador para la elaboración significativa del taller.

- d) Coordinación:** El coordinador debe coordinar que las actividades no se repitan, que no se pierda el tiempo, que cada tallerista cumpla con su labor asignada y que los recursos sean bien utilizados.
- e) Control y evaluación:** Este elemento consiste en controlar que se desarrolle el taller según los términos en que fue planeado, esto se puede hacer al final de cada actividad con el fin de reflexionar y extraer ideas sobre el proceso y así asegurar el aprendizaje final.

Se considera que hacer todo por el sistema de taller, no es lo más apropiado para una buena formación ya que la tarea del taller está vinculado al conjunto de estudios donde se integren y desarrollen conocimientos adquiridos en asignaturas que utilizan otras formas pedagógicas. (Ander, 1991, p.74)

2.2.1.5 Estructura del taller

Un taller se lleva a cabo organizando “equipos de trabajo” formado por docentes y estudiantes. El número de equipos de trabajo depende, a su vez, de la magnitud o complejidad del proyecto a realizar y de los recursos disponibles. Teniendo en cuenta que el número de estudiantes no pasen de 20, que asumirán responsabilidades grupales e individuales teniendo claro su papel dentro del proyecto.

Sosa (2002) plantea una propuesta para estructurar un taller pedagógico las cuales son un buen apoyo para saber qué tipo de características deben ser tenidas en cuenta al momento de diseñar y aplicar un taller.

- a) Presentación:** Para empezar cada taller se debe hacer unas preguntas iniciales las cuales los talleristas se comprometan a resolver durante el proceso, luego se debe hacer una presentación previa de los objetivos que

se piensa cumplir, la metodología para aclarar las reglas del taller y el proceso que se va a llevar y por último se deben mostrar los recursos que se van a utilizar durante el proceso para el desarrollo del taller.

- b) **Clima psicológico:** Para desarrollar un taller es adecuado contar con un buen espacio y crear el mejor ambiente de trabajo mediante dinámicas de integración o sensibilización dentro del grupo de participante, es adecuado hacerlo al inicio del taller.
- c) **Distribución de grupos:** Teniendo en cuenta que en el taller se constituye no solo haciendo, sino en grupo, es decir de manera cooperativa, es necesario organizar a los participantes en grupos facilitándoles la oportunidad de relacionarse con los demás compartiendo e intercambiando habilidades, conocimientos e intereses.
- d) **Desarrollo temático:** En este paso se desarrolla el tema concreto, para eso se pueden llevar acabo diferentes dinámicas con el fin de resolver las preguntas planteadas al inicio o para cumplir con los objetivos específicos del taller.
- e) **Cierre:** En este paso el coordinador después de haber terminado con el desarrollo temático hace un repaso o retroalimentación de la sesión sobre las actividades realizadas, con el fin de saber cuáles son las opiniones y percepciones que surgieron en los talleristas y así darles la oportunidad de expresar las nuevas ideas que surgieron a través del desarrollo del taller. Luego se abre otro espacio, para ir escribiendo observaciones y reflexiones finales del proceso.

- f) **Evaluación:** La evaluación del taller debe hacerse sobre el contenido el cual se refiere, al aprendizaje que adquirieron los participantes sobre el tema y la metodología se evalúa para establecer la calidad del proceso y los resultados del taller como estrategia educativa.

La evaluación de la metodología se hace tanto del tallerista como de la metodología en sí misma y se realiza subjetiva y objetivamente. De manera objetiva se evalúa por escrito a través de una encuesta o un cuestionario los conceptos de los participantes sobre cómo les pareció la metodología del taller, si fue ágil, si los motivo, y si les facilito el aprendizaje.

Las encuestas o cuestionarios para la evaluación objetiva pueden ser de tipo dicotómicas, opciones múltiples o de correspondencia. De manera subjetiva se busca evaluar a través del dialogo las emociones y los pareceres de los participantes quienes expresan su opinión espontáneamente, sin registros formales.

Las emociones de los participantes se pueden intentar objetivar a través de un cuestionario con preguntas de tipo dicotómicas ya que se exploran sus razones, sentimientos y emociones. Estas dinámicas deben tener una organización por parte del coordinador y deben permitir a los participantes expresar sus dudas, opiniones, ideas y sentimientos frente al proceso que están llevando para desarrollar el taller.

2.2.2 La autoestima

El concepto de autoestima es multifacético debido a que la literatura psicológica a abordado el estudio de la autoestima como sinónimo, como parte o como

constructo inclusivo de términos como autoconcepto, autoreconocimiento, autoeficiencia, autocontrol o autoconciencia (Sparisci, 2013).

El primer antecedente que se tiene acerca de la autoestima data de 1890, gracias a las aportaciones de Williams James, quien propuso en su libro “principios de la psicología” que la estima que tenemos nosotros mismos depende enteramente de lo que pretendemos ser y hacer, James evaluaba la estima de una persona a partir de sus éxitos concretos confrontados con sus aspiraciones (Sparisci, 2013, p.56).

2.2.2.1 Definición de autoestima

Coopersmith (1967, citado en Branden, 2011) Entendemos por autoestima la evaluación que efectúa y generalmente mantiene el individuo con respecto a sí mismo. A su vez plantea que existen distintos niveles de autoestima, por lo cual cada persona reacciona ante situaciones similares, de forma diferente; teniendo expectativas desiguales ante el futuro, Por lo cual, caracteriza a las personas con muy alta, alta, media y baja autoestima.

Alcántara (1993) afirma: La autoestima es el conjunto de valores que el sujeto tiene acerca de quién es, de sus capacidades habilidades y potencialidades y se desarrolla a lo largo de la vida a medida que se va formando una imagen de sí mismo, imagen que lleva en el interior, que es reflejada por las experiencias que tiene con otras personas.

Rodríguez (1988) afirma que: La autoestima es la base y centro del desarrollo humano; la autoestima que es conocimiento, concientización y práctica de todo el potencial d cada individuo que es la medida de su amor a sí mismo, su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyecta. (p.45)

Quinteros (2011) La autoestima es, como la palabra lo indica, la estima, afecto o amor que cada persona siente hacia sí misma, la cual refleja e implica el grado de valoración, aprecio y aceptación que se tiene (p.78).

Branden (1995) La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para sus requerimientos. Más concretamente consiste en:

- Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida.
- Confianza en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros frutos.

La autoestima es una necesidad humana básica que influye sobre nuestra conducta, es una necesidad que debemos aprender a satisfacerla mediante el ejercicio de nuestras facultades humanas, la elección, la razón y la responsabilidad que vincula el sentido de eficacia de la persona y el sentido del merecimiento personal, constituyendo la suma integrada de auto confianza y auto respeto.

MINEDU (2015) La autoestima se refiere a la valoración de lo que es uno, es decir, del autoconcepto que tiene uno, de sí mismo. La construcción de la autoestima se desarrolla a lo largo de toda nuestra vida, a través de un proceso lento y continuo que depende tanto de factores internos como de factores de ambiente en el que se vive. La autovaloración se hace con relación a distintas áreas: autoestima corporal (uno se siente a gusto con respecto a su propio cuerpo), autoestima social (como uno se siente respecto a sus relaciones sociales), autoestima académica (que tanto uno valora y aprecia sus logros académicos).

Tener claridad sobre lo que uno es en los diversos aspectos de su vida significa saber autodefinirse y conocer sus cualidades y debilidades, y a partir de ello, valorar los aspectos positivos que repercutirá en una mayor autoestima sobre la persona y, reflexionar sobre sus debilidades para saber encaminarlas.

2.2.2.2 Niveles de la autoestima

Branden (2000) Destaca lo complejo y difícil que es el desarrollo de la autoestima, para que llegue a ser fuerte o alta, y esto se debe, en gran medida, a múltiples errores que los padres y educadores cometen en la formación del estudiante. Por esta razón se plantea que existen distintos niveles de autoestima. (p.99)

a) Autoestima muy alta

Es un estado en el que la persona se siente seguro de sí mismo, se valora, se tiene amor propio.

Se fundamenta en la habilidad de autoevaluarse objetivamente, conocerse realmente a sí mismo y ser capaz de aceptarse y valorarse incondicionalmente; es decir reconocer de manera real las fortalezas y limitaciones propias, al mismo tiempo aceptarse como valioso sin condiciones o reservas (Alcántara, 1993, p.45).

“La autoestima muy alta debe implicar sentimientos positivos hacia uno mismo, con bases sólidas que no requieren una validación continua, y que no se sientan amenazados fácilmente, aunque se afronten situaciones adversas o se evidencien fallos y limitaciones personales” (Alcántara, 1993). Y a su vez no se preocupa por mantener una autoimagen positiva, competir con los demás o lograr éxitos y aceptación, como aquellos con autoestima baja. Por tanto, no

suelen experimentar sentimientos de amenaza y toleran mejor la información negativa auto relevante.

b) Autoestima Alta

La autoestima alta afecta cada área de la vida del ser humano, desde sus relaciones, decisiones sobre su carrera, hasta la manera en que se desenvuelven, la manera en que hablan en público, la manera en que reaccionan y resuelven sus errores y problemas (Schub, 2006).

La autoestima alta existe cuando la persona aprecia auténticamente su propia individualidad y cuando están comprometidos en satisfacer sus necesidades emocionales y físicas. Las personas con alta autoestima saben genuinamente quienes son, que es especial acerca de ellos y mantienen esta imagen consigo mismas a través del tiempo. Tienen sentimientos de satisfacción y adaptación, muestra auto respeto y sentimiento de estima social.

Son generalmente activos y expresivos. Buscan el éxito académico y muestran iniciativa. Tienen alto nivel de desempeño escolar, habilidades, destrezas de aprendizaje y capacidad de resolver problemas.

La autoestima alta significa sentirse competente para vivir y merecer la felicidad, para expresar lo mismo de un modo un tanto diferente, ser adecuado para la vida y sus exigencias y desafíos. “Sería más preciso decir que la autoestima positiva consiste en la disposición a sentir de este modo, ya que, como ocurre en cualquier otro sentimiento o estado, no se experimenta siempre con igual intensidad” (Branden, 2000).

c) Autoestima Intermedia

“Suele ser la más frecuente teniendo en cuenta que por diferentes motivos la vida nos conduce a dificultades diversas” (Branden, 2000, p.55).

Se ha descubierto que la autoestima media está asociada con ciertas características positivas y negativas de la personalidad. La autoestima media es simplemente el resultado de no haber dispuesto de la suficiente exposición a los factores evolutivos que conducen a la autoestima alta, pero también haber dispuesto de la suficiente exposición para evitar tener una autoestima baja.

En este caso la autoestima media es como un punto medio del continuo de calidades que oscilan entre la autoestima baja y alta. “La autoestima más alta implica tener más de esto (más seguridad, autonomía, espontaneidad, etc.) y es siempre mejor” (Mruck, 1999, p.32).

Para Branden (2000). Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones esta puede llegar a ceder. Son personas que intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás, aunque en su interior están sufriendo.

Aquellos que posean esta forma de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoyan en alguna acción su autoestima crecerá, pero, por el contrario, cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza caiga un poco. Estos vaivenes no muy acusados en los que se ven este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a los retos, sobre todo los retos profesionales.

d) Autoestima baja

Una autoestima inadecuada puede limitar en gran medida las aspiraciones y logros de un individuo y aunque a veces las consecuencias del problema no son necesariamente tan obvias ya que se presentan de forma más indirecta. “La bomba de relojería de una baja autoimagen puede funcionar silenciosamente durante años” (Branden, 2000, p.67).

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, la neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos, pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como: timidez, vergüenza, temores, trastornos psicosomáticos. (Branden, 2000, p.68)

2.2.2.3 Causas de baja autoestima

Se entiende por causa de baja autoestima a todo aquello que altera la autoestima de una persona y como consecuencia daña su bienestar. Los adolescentes con problemas de autoestima son más propensos a tomar todo más a pecho y a ver las reacciones de los demás como un ataque personal, aunque no sea así. (Trasobares, 2000, citado en Enríquez, 2017).

Muchas de las heridas emocionales que tiene una persona son producidas en su niñez y que estas al pasar el tiempo puede causar trastornos psicológicos, emocionales y físicos, produciendo dificultades en su vida; conflictos en el trabajo, no poder conservar amigos, poco entendimiento con los hijos y la familia.

No iniciar una comunicación adecuada con los demás: La autoestima y la comunicación están muy relacionados, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de pensamiento, que se

transmite desde la infancia hacia el futuro, por tanto, la mala comunicación puede ser la causante de una baja autoestima. “Quienes tienen problemas de autoestima piensa que comunicarse es difícil y frustrante” (Branden, 2000, p.69).

La sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que, a partir de la cultura de esta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a sus miembros y determinan a formar la personalidad de cada uno, teniendo como modelo social.

Los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo. Es por eso que el maestro tiene mucha responsabilidad en el desarrollo de estos. “El colegio debe ofrecer al adolescente la posibilidad de expresar su yo interno y sus emociones a través de formas artísticas: musicales, pictóricas, plásticas, poéticas, sin mayores preocupaciones teóricas” (Carrillo, 2009, p.66).

2.2.2.4 Dimensiones de la autoestima

En la estructura de la autoestima encontramos tres tipos de componentes que operan de manera interrelacionada. Presentan una influencia mutua. El aumento positivo o el deterioro de algunos de estos componentes permiten una modificación de los otros en el mismo (Enríquez, 2017).

a) Dimensión cognitiva

El componente cognoscitivo es el autoconcepto y el autoconocimiento, es decir, el conocimiento de sí mismo, que es la base de la autoestima porque no se puede amar lo que no se conoce: esta es la ley indiscutible en relaciones humanas. Por qué conocerse a sí mismo es la base del bienestar y la satisfacción de cada persona, así como del potencial humano, y a la vez de la capacidad de amar a

otro, debido a que tampoco se puede amar a otra persona si no se ama en primera instancia a uno mismo. (Rodríguez 1988, p.76)

El autoconocimiento implica que solo cuando nos conocemos podemos vivir de manera responsable, profunda y autónoma. Mientras estamos en proceso de crecimiento, no solo físico sino también emocional, psicológico, social, espiritual, tendemos a seguir pautas de conducta y formas de ver el mundo que adoptamos de los adultos que nos educaron, los cuales no necesariamente desecharemos cuando alcancemos un alto nivel de madurez y crecimiento. “Sin embargo, es indispensable que los analicemos y cuestionemos en detalle para decidir libremente si nos son ajenos o de qué manera podemos adaptarlos a nuestra realidad y visión adulta del mundo” (Rodríguez, 1988, p.89).

Nos referimos también al autoconcepto como el conjunto de ideas, creencias y pensamientos que tenemos acerca de nosotros mismos, las cuales se expresan de manera directa o indirecta en nuestro comportamiento. “Por eso es primordial enseñar a nuestros educandos a pensar siempre optimistas y positivamente cerca de sí mismos, a pesar de que tengan fallas y errores ya que deben entender que todos los seres humanos nos equivocamos” (Rodríguez, 1988, p.90).

El autoconcepto ocupa un lugar privilegiado en la génesis, crecimiento y consolidación de la autoestima. Las restantes dimensiones, afectiva y conductual, camina bajo la luz que les proyecta el auto concepto, que a su vez se hace servir y acompañar por la autoimagen o representación mental que un sujeto tiene de sí mismo en el presente y en las aspiraciones y expectativas futuras (Zevallos, 2005).

b) Dimensión afectiva

Esta dimensión con lleva la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y negativo implica un sentimiento de la favorable o de la desfavorable, de la agradable o desagradable que vemos en nosotros. En sentirse a gusto o disgusto consigo mismo. Es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales. “Es la respuesta de nuestra sensibilidad y emotividad ante los valores y contravalores que advertimos dentro de nosotros” (Alcántara, 1993, p.45).

Es el sentimiento de Autovaloración el cual implica respetarnos a nosotros mismos en nuestros gustos y preferencias, metas, ideales, proyectos, habilidades y talentos, pensamientos y sentimientos, sin hacer daño ni culparse, independientemente de quienes nos rodean estén de acuerdo con ello o no.

La autoaceptación, la cual se considera que es una de las más importantes puesto que si una persona no se acepta así mismo, difícilmente podrán aceptarla los demás porque ella emite ideas y actitudes de rechazo hacia su persona. Es indispensable enseñar a los niños y adolescentes a aceptarse a sí mismos tal como son, sin que esto implique que caigan en un conformismo pasivo, lo cual empieza con que nosotros, como adultos significativos en sus vidas, los aceptemos así y les enseñemos a ir moldeando y superando sus limitaciones (Quintero, 2011).

Luchar para ser mejor persona es loable y digno de admirar y valorar, siempre que no se llegue al extremo de provocar un rechazo de la forma natural del ser o en uno forzarse demasiado estrictamente para ser mejor. Recordemos que todo proceso es paulatino y que cuanto más se asimilen los cambios para mejorar, más estables serán posteriormente (Quintero, 2011).

c) Dimensión conductual

Conjunto de habilidades y competencias que posee cada persona (conducta).

“Se refiere a la autorrealización y autoafirmación dirigida hacia llevar a la practica un comportamiento consecuente lógico racional” (Alcántara, 1993, p.87).

El tercer elemento integrante de la autoestima es el conductual, significa tensión, intensidad y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento coherente y consecuente. Es la autoafirmación dirigida hacia uno mismo y la búsqueda de consideración y reconocimiento por parte de los demás.

Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de las demás. “El esfuerzo por alcanzar una fama, honor y respeto ante los demás y ante nosotros mismos” (Alcántara, 1993, p.88).

2.2.2.5 La importancia de la autoestima en el ser humano

La autoestima es importante porque afecta a todas las facetas de nuestra vida y a todos, es imprescindible, independientemente de nuestra edad, sexo, condición, nivel cultural, profesión u objetivos que nos hayamos marcado para el futuro.

La autoestima es una manera particular de experimentar el yo, es más compleja que cualquier imagen mental de nosotros mismos que tengamos y más esencial que cualquier sentimiento transitorio. Incluye componentes emocionales, evaluadores y cognitivos. En gran medida, y por lo general, se halla subyacente en la conciencia, como contexto contenedor de todos nuestros pensamientos, sentimientos y respuestas a la vida, es decir, como la base de nuestro ser. Nuestra reacción frente a los demás, ante los retos del trabajo, la visión del sufrimiento o de la belleza, las vicisitudes de la vida, todo se ve afectado por

nuestro más profundo sentimiento de quienes somos y que creemos que somos, de que somos capaces y que merecemos. (Branden, 2000, p.78)

La autoestima conlleva a ciertas disposiciones a la hora de actuar: adentrarse en la vida en lugar de huir de ella; moverse hacia la conciencia, en lugar de alejarse de ella; tratar a los hechos con respeto, en lugar de eludirlos o negarlos; ejercer nuestra responsabilidad, en lugar de delegarla (Branden, 2000, p.10).

La importancia de la autoestima también radica en su participación necesaria para un desarrollo psicológico adecuado y saludable en la persona, permitiéndonos auto conocernos y autoevaluarnos las potencialidades que tenemos, para darnos una satisfacción interna y un amor hacia nosotros mismos, influyendo de manera positiva en las diferentes áreas donde se desenvuelve la persona. Por tal motivo, necesitamos mucha reflexión y análisis para apreciar cómo las más recónditas opiniones sobre nosotros mismos se revelan en las múltiples elecciones que hacemos en nuestra vida. Así, la autoestima es, como el “sistema inmunitario” de la conciencia, que nos proporciona resistencia y fuerza. Pero, si un sistema inmunitario no garantiza que vamos a estar completamente sanos, pero si nos hace menos vulnerables a las enfermedades y mejor equipados para recuperarnos de ellas; de igual manera, una autoestima saludable no garantiza ausentarnos a sufrir ansiedades y depresiones ante las dificultades de la vida, pero sí, nos hace menos susceptibles y nos prepara mejor para afrontarla, superarlas y recuperarnos de ellas.

Las personas que no desarrollan una autoestima adecuada son aquellas que no confían en sus potencialidades, proyectos u objetivos en la vida a seguir. Se oculta tras un muro de desconfianza, se hunden en la soledad y en el

aislamiento. Tal situación les genera ser apáticos, indiferentes hacia sí mismos, y hacia las personas que les rodean. El temor es un compañero natural de esta desconfianza y aislamiento. Esta desconfianza limita, ciega y evita que el hombre se arriesgue en la búsqueda de nuevas soluciones para los problemas, dando lugar a un comportamiento aún más destructivo (Rodríguez, 1988).

Asimismo, los sentimientos de inseguridad e inferioridad que sufren las personas con autoestima inadecuada le dificultarán para hacer uso de sus recursos de afrontamiento antes las situaciones de la vida. Tienden a estar más influidos por el deseo de evitar el dolor que experimentar la alegría después de un esfuerzo o intento; por lo cual, los aspectos negativos tendrán mayor poder en estas personas que los positivos (Rodríguez, 1988).

2.2.2.6 Autoestima en la etapa de la adolescencia

“La autoestima no se desarrolla de manera natural en los niños, sino con base en sus vivencias diarias y experiencias en relación con los adultos que se hacen cargo de él, ya sean los padres, abuelos, niñeras y maestros” (Quintero, 2011, p.88). La etapa de la adolescencia, es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima del adolescente, es la etapa en la que el adolescente necesita hacerse de una firme identidad propia. En esta etapa el estudiante carece de una óptima madurez emocional para enfrentar los conflictos. La adolescencia es una etapa de descubrimientos, en la que la mirada se dirige hacia el interior de uno mismo, por lo tanto, requiere de un acompañamiento que apoye y oriente la comprensión de las vivencias que conducen a los adolescentes a la búsqueda de la autonomía y el autoconocimiento (MINEDU, 2015).

Poseer una autoestima positiva durante el periodo de la adolescencia, podría determinar a que el adolescente estudiante tenga mayor confianza de sí mismo, y le permita plantearse metas y proyectos para su vida adulta. Si el adolescente termina esta etapa con una autoestima fuerte y bien consolidada, podrá entrar en la vida adulta con una buena parte de los cimientos necesarios para llevar una existencia productiva, su confianza le permitirá enfrentarse a las decisiones que tengan que afrontar en su vida diaria. Muy por el contrario, si su autoestima es baja, sobredimensionará sus defectos físicos, intelectuales o sociales, se aislará de sus compañeros, se sentirá inferior a los demás, será demasiado autocrítico consigo mismo ante el menor problema que cometa, lo interpretará como que no sirve para nada, sentirá que todo el mundo lo rechaza. Dependiendo de las inseguridades y frustraciones, que tengan serán más propensos a caer en vicios como el alcohol, drogas (Quintero, 2011).

MINEDU (2015) sugiere algunas claves para mejorar la autoestima:

- Reflexionar sobre uno mismo, mirarse internamente y aceptarse.
- Mirar el lado positivo y no repetirse mensajes de desvaloración.
- No buscar ser perfecto no hipercrítico con uno mismo.
- No compararse con otras personas ni tampoco idealizarlas.
- No buscar constantemente la aprobación de los demás.
- Aprender de los errores. Equivocarse puede ser una buena oportunidad para aprender y mejorar.
- Afrontar las situaciones en su momento y ensayar nuevos comportamientos para lidiar con ellos.
- Analizar bien las situaciones que uno vive y emitir tus propias opiniones.
- Darse tiempo para lo que a uno le gusta hacer.

2.2.3 Motivación

Cada persona tiene algo que le mueve, en mayor o menor grado, a actuar. Normalmente afirmamos que existe motivación a partir de la observación de la fuerza o la persistencia con que se hace una acción. Esto es importante: no sabemos de la motivación sino a través de la acción. “Luego, cuando hemos observado una o varias veces a un sujeto, podemos decir que está motivado incluso antes de que actúe” (Roca, 2006, p.65).

La palabra motivación forma parte de una constelación de palabras tales como emoción, sentimiento, interés, actitud, necesidad y otras que cubren, con distintos matices, nuestro hablar sobre el comportamiento y sus causas. Es decir, hablar de motivación es hablar de un estado de cosas personales que mueve a la acción y que se sitúa en el tiempo como previo a la acción.

“La motivación es un conjunto de variables que activan la conducta y la orientan en un determinado sentido para poder alcanzar un objetivo, de razones por las que las personas se portan de las formas en que lo hacen” (Roca, 2006, p.56).

El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido. El carácter de “fuerza que empuja” a la acción es lo distintivo de la motivación. Así, emoción y sentimiento son conceptos que se utilizan normalmente para referir efectos o estados consecuentes a la acción, pero no propiamente lo que mueve a la acción. Cuando se quiere dar la idea que una emoción o un sentimiento son algo más que estados de una persona, se especifica que actúan precisamente como motivación. “Por ejemplo, que el odio es una emoción que motiva, ya que el individuo tiende a actuar contra aquello que odia” (Roca, 2006, p.58).

a) Motivación escolar

La motivación escolar es una tarea continua que debe desarrollarse en cualquier en cualquier proceso pedagógico programado en una sesión de aprendizaje. Este proceso permite que los estudiantes participen de modo activo y que sus capacidades sean consolidadas.

García y Betoret (2002) afirman: La motivación escolar constituye uno de los factores psico-educacionales más importantes en el desarrollo del aprendizaje. Por ello, la figura del educador o profesor es tan importante; porque si el estudiante no quiere aprender, le corresponde a este estimularlo con el fin de que el estudiante se sienta parte activa del proceso de adquisición de conocimientos.

Bueno (1998) identifica 2 tipos de motivación:

- **Motivación intrínseca:** Es aquella que invita a participar sabiendo que no habrá recompensa. Indica que la importancia de este tipo de motivación para el aprendizaje es su relación positiva con el procesamiento cognoscitivo y el aprovechamiento. Este tipo de motivación invita a la persona a participar porque ella lo desea.
- **Motivación extrínseca:** Es aquella en la cual alguien más desea que la persona participe en la acción. Es cuando la persona participa en una actividad por razones independientes a la tarea, siendo esta actividad solo un medio para llegar a la meta. En educación sería la retroalimentación o un halago. Estas personas realizan la tarea para complacer al docente o solamente para obtener altas calificaciones.

La motivación según Ormrod (2005) afecta al aprendizaje y al rendimiento al menos en cuatro formas:

Aumenta el nivel de energía y el nivel de actividad del individuo, Influye en que un individuo se implique en una actividad de forma intensa y activa o con desgano.

La motivación afecta a las elecciones que hacen las personas y a las consecuencias que encuentran reforzantes. O Favorece que se inicien determinadas actividades y que la persona persista en ellas.

La motivación aumenta la probabilidad de que un individuo empiece algo por propia iniciativa, persista a pesar de las dificultades y reemprenda la tarea después de una interrupción temporal. Los educadores saben que desde hace tiempo que el tiempo en la tarea es un factor importante que afecta al aprendizaje y al rendimiento académico. Cuanto más tiempo pasan los estudiantes enganchados a una actividad de aprendizaje determinada, mejor será su rendimiento académico.

Afecta a las estrategias de aprendizaje y a los procesos cognitivos que un individuo despliega en una tarea. El tiempo en una tarea es, en sí mismo, insuficiente para que se produzca un buen aprendizaje, los aprendices deben pensar sobre lo que ven, oyen y hacen. Sin embargo, no todas las formas de motivación tienen los mismos efectos en el aprendizaje y el rendimiento académico.

2.3. Marco conceptual

- a) **Autoestima:** Es un fenómeno o efecto que se traduce en conceptos, imágenes, juicios de valor referidos a sí mismo. En este sentido se dice que la autoestima es un fenómeno psicológico social.

- b) **Motivación:** Es hablar de un estado de cosas personales que mueve a la acción y que se sitúa en el tiempo como previo a la acción.
- c) **Talleres:** Se trata de una forma de enseñar y sobre todo de aprender mediante la relación de “algo” que se lleva a cabo conjuntamente. Es un aprender haciendo en grupo, este es el aspecto sustancial del taller.

2.4. Operacionalización de variables

Tabla 1

Sistema de variables

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE VALORES
<u>VARIABLE INDEPENDIENTE</u> TALLERES DE MOTIVACIÓN	Planificación	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnóstico de la autoestima • Elaboración de sesiones de aprendizaje. • Selección de medios y materiales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se aplica en todas las sesiones. • Se aplica de vez en cuando. • No se aplica.
	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Desarrollo • Cierre • Evaluación 	
	Interés por hacer algo mejor	<ul style="list-style-type: none"> • Voluntad para el estudio. • Exigencia a sí mismo. 	
	Búsqueda de éxito	<ul style="list-style-type: none"> • Se esfuerza por el cumplimiento de sus tareas. • Necesidad de evaluarse. 	
<u>VARIABLE DEPENDIENTE</u> AUTOESTIMA	Componente cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad para manejar nuevas situaciones. - Actitud personal para pensar por sí mismo. - Capacidad de valorar sus talentos. - Capacidad para generar pensamientos adecuados 	<p>Muy alto (16-20)</p> <p>Alta (11-15)</p>
	Componente afectivo	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud de sentirse satisfecho y contento consigo mismo. - Capacidad de sentirse libre de culpas y remordimientos. - Actitud de llevar una vida plena y feliz. - Capacidad de mostrar una verdadera imagen personal. 	<p>Intermedia (06-10)</p> <p>Baja (00-05)</p>
	Componente conductual	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud para ser amable y amistoso con las personas. - Asumir con responsabilidad las consecuencias de los actos personales. - Capacidad de trabajar propuestas nuevas. 	

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 Ubicación geográfica del estudio

La Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco se ubica en la Av. Don Bosco s/n, Centro Poblado de Salcedo del distrito de Puno, provincia de Puno, UGEL Puno. Dicha institución labora con JEC (Jornada Escolar Completa).

Cuenta con una población estudiantil de aproximadamente 444 estudiantes matriculados de ambos sexos con una edad promedio entre 12 a 17 años que provienen principalmente de familias con una preparación básica (sin culminar estudios secundarios), siendo en algunos casos familias desintegradas debido y una situación económica media baja y conflictos de padres, que repercuten en la formación de los hijos que se ve reflejado en las aulas y en la conducta del estudiante.

3.2 Periodo de duración del estudio

La investigación tuvo una duración de tres meses constituyentes en los meses de noviembre, diciembre y enero del año académico 2017.

3.3 Población y muestra del estudio

3.3.1 Población

La población de estudio de la investigación estuvo constituida por los estudiantes matriculados en la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017. La población se muestra en el siguiente cuadro.

Tabla 2*Estudiantes matriculados año académico 2017*

GRADO	NUMERO DE ESTUDIANTES	%
Primero	72	16 %
Segundo	100	22 %
Tercero	87	20 %
Cuarto	103	23 %
Quinto	82	19 %
TOTAL	444	100 %

3.3.2 Muestra

La **muestra** (n), Es el conjunto de casos extraídos de la población, seleccionados por algún método racional, siempre parte de la población (Vara, 2012).

Para la investigación se tuvo como muestra a los estudiantes del tercer grado sección “A” y “B” de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017.

Tabla 3*Estudiantes del tercer grado A y B, año 2017*

GRUPO	GRADO	SECCIÓN	NÚMERO DE ESTUDIANTES	%
Control	Tercero	“A”	12	50%
Experimental	Tercero	“B”	12	50%
TOTAL			24	100%

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas

- a) **Observación:** Sirvió para distinguir las actitudes y conductas adaptadas por los estudiantes en los talleres de motivación. La aplicación de esta técnica se realizó de manera individual durante las actividades de 12 talleres que se desarrollaron (una vez por semana) y por un tiempo establecido de 80 minutos (dos horas académicas).
- b) **Entrevista:** Sirvió para realizar el llenado del test de Coopersmith logrando que los estudiantes respondan las preguntas.

La aplicación de esta técnica se realizó de manera individual durante el llenado del pre y post test.

3.4.2. Instrumentos

Test de Coopersmith: La técnica de investigación utilizada fue el examen de personalidad, siendo su instrumento el test de Coopersmith. El instrumento de investigación fue utilizado por Enríquez (2017), quien sustentó la tesis titulada “Los niveles de autoestima en las alumnas de la Institución Educativa Secundaria “Carlos Rubina Burgos” de Puno en el año 2016”.

El test utilizado comprende 3 dimensiones: Cognitivo, Afectivo y Conductual, Estos componentes de autoestima se basa en Enríquez (2017) quien sostiene que para medir la autoestima deben considerarse los tres componentes señalados.

a) Cuadro de posibilidades

Son posibilidades o (alternativas) donde cada estudiante tiene que elegir como respuesta, ante las preguntas que se les plantea para dicha evaluación.

Tabla 4*Cuadro de posibilidades*

LETRA	POSIBILIDAD
A	“No es verdad”
B	“Es más o menos cierto”
C	“Bastante cierto”
D	“Completamente cierto”

b) Diagnósticos sub totales**Diagnóstico: totales a: () b: () c: () d: ()**

Para el caso de nuestro estudio será el grado de aceptación que se tienen los estudiantes de acuerdo a los puntajes obtenidos en el test Autoestima.

Consideramos el siguiente:

c) Valores de las opiniones de respuestas

Son los valores de las respuestas donde se deberá tabular las sumatoria correspondientes

A	_____	0
B	_____	0.14
C	_____	0.27
D	_____	0.4

3.5 Diseño estadístico**3.5.1 Tipo de investigación**

De acuerdo a la utilidad y su finalidad corresponde al tipo de investigación aplicada. Las investigaciones aplicadas se caracterizan porque los resultados de la investigación son aplicables en la realidad. Normalmente identifica la situación

problemática y busca, dentro de las posibles soluciones, aquella que pueda ser la más adecuada para el contexto específico y cuya orientación es a mejorar la calidad educativa (Vara, 2012).

Según Hernández (1997) Las investigaciones de tipo experimental se caracterizan por la manipulación de la variable independiente, en este caso, la aplicación de talleres de motivación para el fortalecimiento de la autoestima.

3.5.2 Diseño de investigación

La investigación utiliza el diseño cuasi experimental que se caracteriza y diferencia de los experimentos verdaderos en el grado de seguridad o confiabilidad que pueda tenerse sobre la equivalencia inicial de dos grupos. “En los diseños cuasi experimentales los sujetos no son asignados al azar ni emparejados; sino que dichos grupos ya estaban formados antes del experimento, son grupos intactos” (Hernández, 1997, p.43).

Se trabajó con dos grupos, grupo experimental (Ge) conformado por estudiantes que siguen los talleres de motivación y grupo control (Gc) conformado por estudiantes que no siguen los talleres de motivación. Con pre y post prueba. Utilizando el método Cuantitativo con la característica Bibliográfica o de documento.

El esquema que corresponde es el siguiente:

G E	Y1	X	Y2
G C	Y1	--	Y2

Dónde:

G E. = Grupo experimental.

G C. = Grupo control.

Y1 = Pre Prueba.

Y2 = Post Prueba.

X = **(tratamiento)** Aplicación de los talleres de motivación.

3.6 Procedimiento

Primero: Se realizaron las coordinaciones y el permiso respectivo para realizar la investigación en la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco.

Segundo: Se realizó la evaluación en la fase de pre test a la muestra conformada por dos grupos con el test de autoestima de Stanley Coopersmith.

Tercero: Se desarrolló el experimento (tratamiento) mediante la ejecución de doce talleres de motivación para el fortalecimiento de la autoestima con los estudiantes del grupo experimental. Mientras el grupo control siguió con sus actividades diarias.

Cuarto: Cuando se culminaron los talleres de motivación con el grupo experimental se procedió a volver evaluar a los dos grupos en la fase de Post test con la finalidad de poder ver diferencias entre ambos grupos.

Quinto: Para finalizar se procesó los datos recolectados para ser analizados e interpretados.

3.7 Variables

3.6.1. Variable independiente: Talleres de motivación

3.6.2. Variable dependiente: Autoestima

3.8 Diseño estadístico para la prueba de hipótesis

Prueba estadística: La prueba estadística a realizar será la T- student por que el número de observaciones es menor o igual a 30.

Prueba de hipótesis del grupo experimental de la aplicación de talleres de motivación para fortalecer la autoestima en los estudiantes de la IES San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017.

1. Prueba de Hipótesis:

Ho: • Los talleres de motivación no fortalece significativamente la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

Ha: • Los talleres de motivación si fortalece significativamente la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$ (es la máxima probabilidad de cometer errores para la prueba de hipótesis).

$$T_o = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Prueba de muestras relacionadas				
		T calculada	GI (grados de libertad)	Sig. (bilateral)
Par 1	PRE – POST TEST	2.602	11	0.025

Regla de Decisión:

T calculada $>$ T tabulada se rechaza la H_0 y se acepta la H_a

T calculada $<$ T tabulada se rechaza la H_a y se acepta la H_0

T calculada = 2.602

T tabulada = 1.7958

Decisión:

Como la T calculada (2.602) es mayor a la T tabulada (1.7958) es altamente significativa, por lo que se rechaza la Hipótesis Nula y Se acepta la Hipótesis Alterna, lo que quiere decir que la aplicación de los talleres de motivación si fortalece significativamente la dimensión cognitiva de la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje de la dimensión cognitiva de la variable autoestima de los estudiantes del grupo experimental.

INDICADOR	PRE TEST		POST TEST	
	N	%	N	%
Muy alto	0	0%	0	0%
Alta	5	42%	9	75%
Intermedia	6	50%	3	25%
Baja	1	8%	0	0%
TOTAL	12	100%	12	100%

Fuente: Pre y Post Test de autoestima – Coopersmith

Elaboración: Las investigadoras.

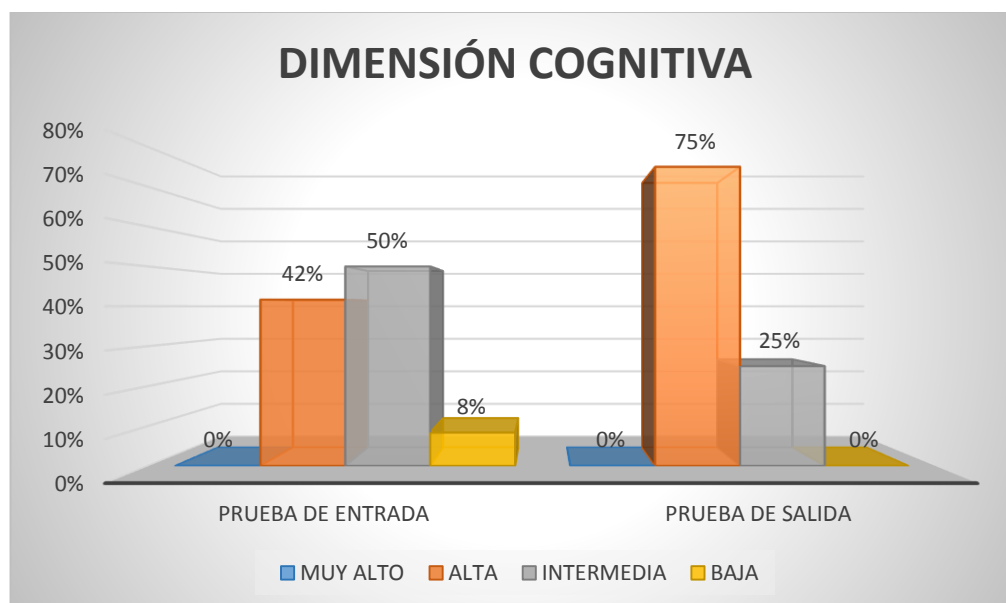


Figura 1. Porcentaje de la dimensión cognitiva de la variable autoestima de los estudiantes del grupo experimental.

De acuerdo a la tabla 3 y figura 1, se muestra los resultados obtenidos mediante el pre test en la dimensión cognitiva sobre la autoestima en los estudiantes del grupo experimental (estudiantes del tercer grado de la sección “B”)

Tomando en cuenta la escala cualitativa del presente trabajo se observa:

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 05 estudiantes que representa el 42% tiene la autoestima alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 06 estudiantes que representa el 50% tiene la autoestima intermedia.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima baja.

Los resultados indican que en la dimensión cognitiva de la autoestima los estudiantes se encuentran en un nivel de autoestima intermedia. Consideramos que esto se debe a la estrategia que utilizan los docentes que no proporcionan un medio conveniente a sus necesidades de experimentar, trabajar, asimilar con espontaneidad y nutrir su autoestima.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que:

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 09 estudiantes que representa el 75% tiene la autoestima alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 03 estudiantes que representa el 25% tiene la autoestima intermedia.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja

Estos resultados son debidos a que las actividades diseñadas en los talleres de motivación han sido las adecuadas, y contribuyeron a mejorar su autoconcepto y cada estudiante a valorar sus propias características físicas y psicológicas y las expectativas con relación a su satisfacción en su rendimiento académico.

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje de la dimensión afectiva de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.

INDICADOR	PRE TEST		POST TEST	
	N	%	N	%
Muy alto	0	0%	1	8%
Alta	3	25%	10	83%
Intermedia	8	67%	1	8%
Baja	1	8%	0	0%
TOTAL	12	100%	12	100%

Fuente: Pre y Post Test de autoestima – Coopersmith

Elaboración: Las investigadoras.

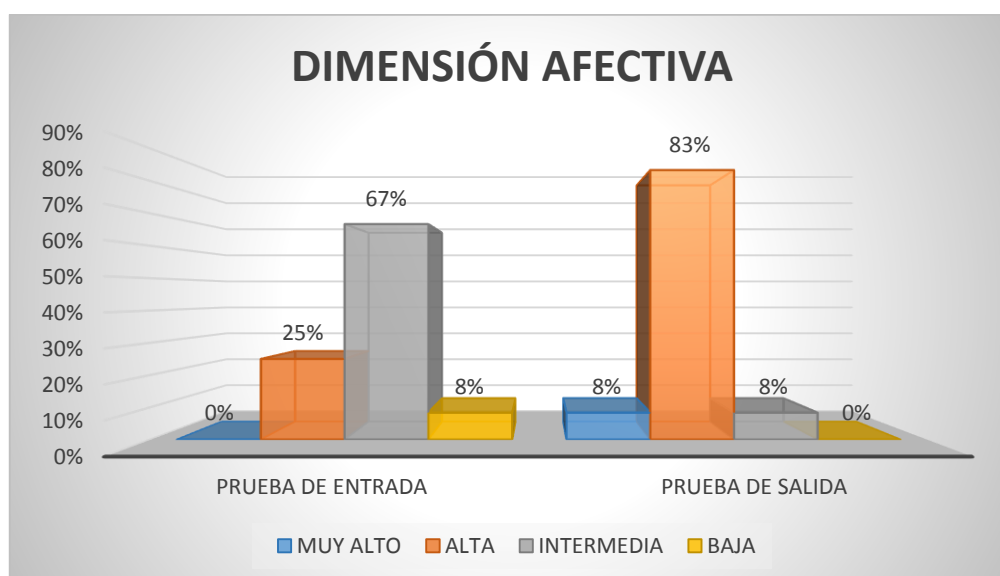


Figura 2. Porcentaje de la dimensión afectiva de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.

De acuerdo a la tabla 4 y figura 2, se presentan los resultados obtenidos mediante el pre test en la dimensión afectiva sobre la autoestima en los estudiantes del grupo experimental (estudiantes del tercer grado de la sección “B”). Tomando en cuenta la escala cualitativa del presente trabajo se observa lo siguiente:

- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 03 estudiantes que representa el 25% tiene la autoestima alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 08 estudiantes que representa el 67% tiene la autoestima intermedia.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima baja.

Los resultados indican que en la dimensión afectiva de la autoestima los estudiantes se encuentran en un nivel de autoestima intermedia. Si se tiene en cuenta lo dicho por Quintero (2011) Que la autoestima no se desarrolla de manera natural en los niños, sino con base en sus vivencias diarias y experiencias en relación con los adultos que se hacen cargo de él, ya sean los padres, abuelos, niñeras y maestros se puede señalar que tanto, padres de familia, tutores o docentes no están prestando la atención debida a los estudiantes.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que:

- ✗ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima muy alta.
- ✗ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 10 estudiantes que representa el 83% tiene la autoestima alta.
- ✗ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima intermedia.
- ✗ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test., que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja.

Se logra estos resultados debido a que en los talleres de motivación los estudiantes mostraron bastante interés en las actividades y ejercicios propuestos, contribuyendo además lo mencionado por Quintero (2011) El sentimiento de Autovaloración el cual implica respetarse a uno mismo a sus gustos y preferencias, metas, ideales, proyectos, habilidades y talentos, pensamientos y sentimientos, sin hacer daño ni culparse, independientemente de quienes los rodean estén de acuerdo con ello o no.

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje de la dimensión conductual de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.

INDICADOR	PRE TEST		POST TEST	
	N	%	N	%
Muy alto	0	0%	1	8%
Alta	5	42%	10	83%
Intermedia	7	58%	1	8%
Baja	0	0%	0	0%
TOTAL	12	100%	12	100%

Fuente: Pre y Post test de autoestima – Coopersmith

Elaboración: Las investigadoras.

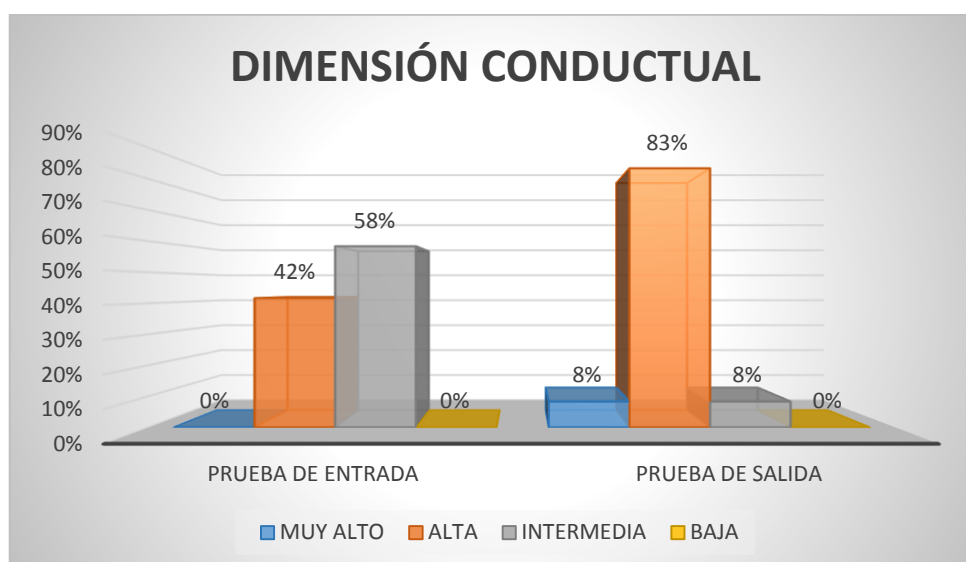


Figura 3. Porcentaje de la dimensión conductual de la variable autoestima en estudiantes del grupo experimental.

De acuerdo a la tabla 5 y figura 3, se presentan los resultados obtenidos mediante el pre test en la dimensión conductual sobre la autoestima en estudiantes del grupo experimental (estudiantes del tercer grado de la sección “B”) Tomando en cuenta la escala cualitativa del presente trabajo se observa lo siguiente:

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 05 estudiantes que representa el 42% tiene la autoestima alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 07 estudiantes que representa el 58% tiene la autoestima intermedia.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja.

Los resultados indican que en la dimensión conductual de la autoestima los estudiantes se encuentran en un nivel de autoestima intermedia. Se puede señalar que los padres de familia, no están prestando la atención debida a sus hijos quizá por motivos de trabajo etc.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que:

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima muy alto.

- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 10 estudiantes que representa el 83% tiene la autoestima alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima intermedia.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja.

Se logra estos resultados debido a que las actividades diseñadas en los talleres de motivación fueron del agrado e interés de los estudiantes y por ende contribuyen a fortalecer las actitudes del estudiante en el medio social frente a sus compañeros o amigos, así como sus vivencias en el interior de la institución educativa. Refiriéndonos a lo mencionado por Alcántara (1993) Que la autoafirmación está dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de las demás.⁹

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima en el grupo experimental.

INDICADOR	PRE TEST		POST TEST	
	N	%	N	%
Muy alto	0	0%	1	8%
Alta	5	42%	10	83%
Intermedia	6	50%	1	8%
Baja	1	8%	0	0%
TOTAL	12	100%	12	100%

Fuente: Pre y post test de autoestima – Coopersmith

Elaboración: Las investigadoras.

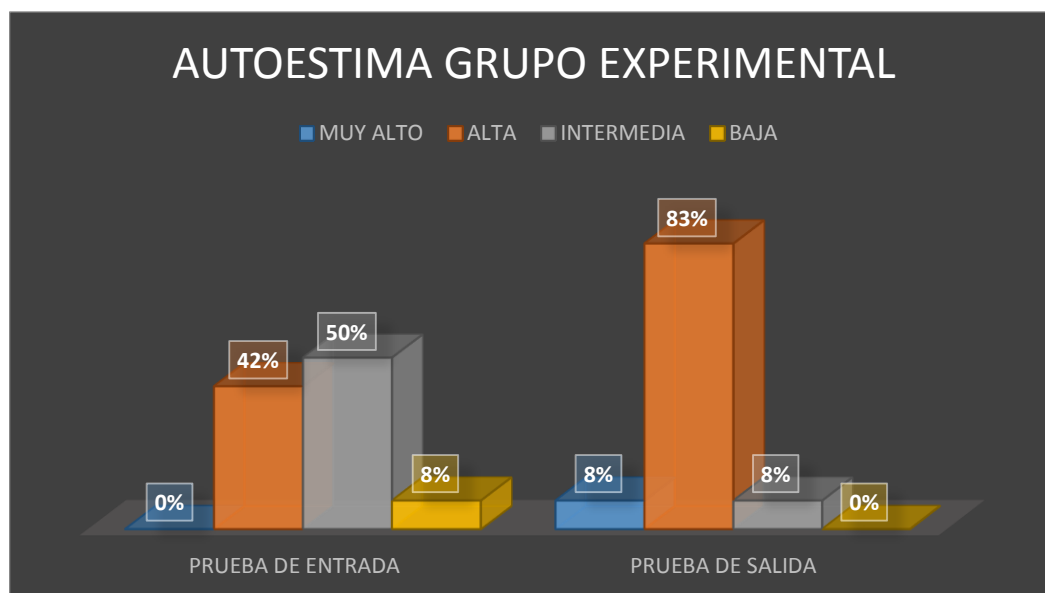


Figura 4. Porcentaje de la variable autoestima en el grupo experimental.

De acuerdo a la tabla 6 y figura 4, se presentan los resultados obtenidos mediante el pre test en la variable autoestima sobre la autoestima en los estudiantes del grupo experimental (estudiantes del tercer grado de la sección “B”). Tomando en cuenta la escala cualitativa del presente trabajo se observa lo siguiente:

- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 05 estudiantes que representa el 42% tiene la autoestima alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 06 estudiantes que representa el 50% tiene la autoestima intermedia.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 1 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima baja.

Los resultados indican que los estudiantes se encuentran en un nivel de autoestima intermedia. Teniendo en cuenta lo mencionado por Quintero (2011) Se tiene que tener en cuenta que Poseer una autoestima positiva durante el periodo de la adolescencia, podría determinar a que el adolescente estudiante tenga mayor confianza de sí mismo, y le permita plantearse metas y proyectos para su vida adulta y por ende tutores, docentes y padres de familia deben trabajar en conjunto.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que:

- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima muy alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 10 estudiantes que representa el 83% tiene la autoestima alta.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima intermedia.
- ✘ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja.

La motivación escolar es una tarea continua que debe desarrollarse en cualquier proceso pedagógico programado en una sesión de aprendizaje, este proceso permite que los estudiantes participen de modo activo y que sus capacidades sean consolidadas. Estos resultados son debidos a que las actividades diseñadas en los talleres de motivación han sido las adecuadas. Es por eso que se logra estos resultados ya que las actividades diseñadas en los talleres de motivación han sido las adecuadas.

Tabla 9

Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima en el grupo control.

INDICADOR	PRE TEST		POST TEST	
	N	%	N	%
Muy alto	0	0%	0	0%
Alta	3	25%	3	25%
Intermedia	6	50%	7	58%
Baja	3	25%	2	17%
TOTAL	12	100%	12	100%

Fuente: Pre y Post test de autoestima – Coopersmith

Elaboración: Las investigadoras.

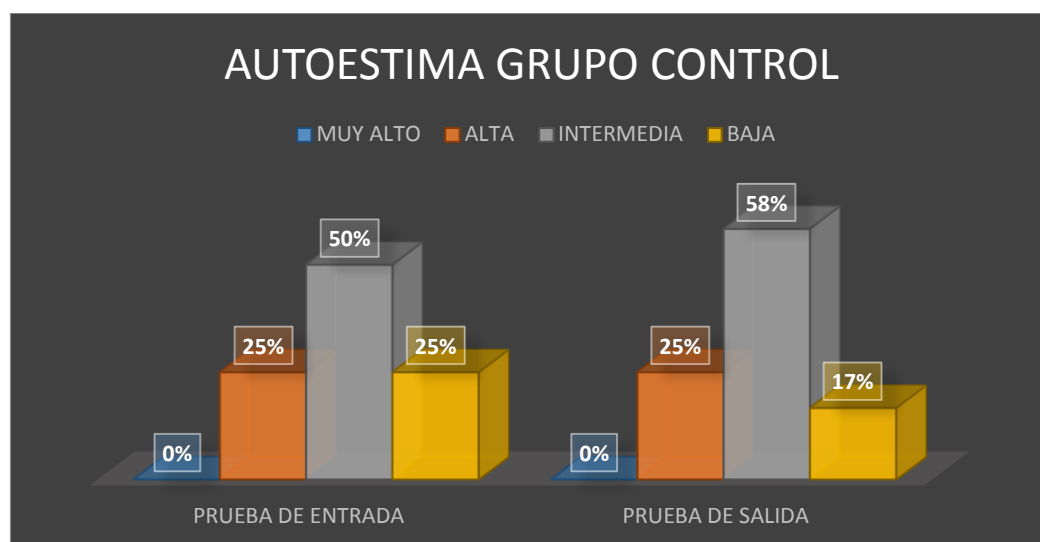


Figura 5. Porcentaje de la variable autoestima en el grupo control.

De acuerdo a la tabla 7 y figura 5, se presenta los resultados obtenidos mediante el pre test en la variable autoestima en los estudiantes del grupo control (estudiantes del tercer grado de la sección “A”). Tomando en cuenta la escala cualitativa del presente trabajo se observa lo siguiente:

- De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta.

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 03 estudiantes que representa el 25% tiene la autoestima alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 06 estudiantes que representa el 50% tiene la autoestima intermedia.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test, que representa el 100%, 03 estudiantes que representa el 25% tiene la autoestima baja.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que:

- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 0 estudiante que representa el 0% tiene la autoestima muy alto.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 03 estudiantes que representa el 25% tiene la autoestima alta.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 7 estudiantes que representa el 58% tiene la autoestima intermedia.
- ✎ De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 02 estudiantes que representa el 16 % tiene la autoestima baja.

Estos resultados indican que no hay cambios significativos en el grupo control esto se debe a que no se les aplicó los talleres de motivación ni en la variable de

la autoestima general, ni en sus dimensiones. Asimismo para complementar los resultados se evidencia que el grupo control y experimental iniciaron la investigación con las mismas características en su nivel de autoestima antes de la aplicación de los talleres de motivación.

4.2 Discusión

La investigación tuvo como objetivo general comprobar el efecto de los talleres de motivación sobre la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno – 2017. Las técnicas utilizadas en la investigación fueron la observación que sirvió para distinguir las actitudes y conductas adoptadas por los estudiantes en los talleres de motivación. Y el examen de personalidad que tuvo como instrumento de medición el test de Autoestima de Stanley Coopersmith, su uso se hace propicio porque nos da un alcance de cómo funciona la autoestima en sus respectivas dimensiones (cognitiva, afectiva y conductual) y como varía en sus niveles cuando se aplica o no los talleres de motivación en los estudiantes.

Los resultados hallados en relación a la hipótesis general concluyen que es válida e indican que los talleres de motivación fortalecen significativamente la autoestima de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco en el año escolar 2017. En la tabla 6 y figura 4, donde se presentan los resultados obtenidos mediante el pre test y post test en la variable autoestima: De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test., que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima muy alta. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test., que representa el 100%, 05 estudiantes que representa el 42% tiene la autoestima alta. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplicó el pre test., que representa el 100%, 06

estudiantes que representa el 50% tiene la autoestima intermedia. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 1 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima baja.

Por otro lado, luego de haber realizado los talleres de motivación, se presenta los resultados obtenidos mediante el post test y se observa que: De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 1 estudiante que representa el 8% tiene la autoestima muy alta. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 10 estudiantes que representa el 83% tiene la autoestima alta. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 01 estudiantes que representa el 8% tiene la autoestima intermedia. De un total de 12 estudiantes a los que se les aplico el pre test., que representa el 100%, 0 estudiantes que representa el 0% tiene la autoestima baja. Asimismo, los resultados obtenidos con respecto a las hipótesis específicas, dimensión cognitiva, dimensión afectiva y dimensión conductual.

Otro aspecto que mencionar es que solo 1 estudiante llego a alcanzar un nivel de autoestima muy alta. Esto probablemente fue debido a que falto implementar más talleres, podemos decir que la razón fue el factor tiempo ya que el área de tutoría solo cuenta con dos horas académicas a la semana y en pocas sesiones ejecutadas no se pudo desarrollar y mucho menos generar un cambio profundo en los estudiantes.

Dentro de los resultados obtenidos, es importante resaltar que la mayoría de ellos son similares a investigaciones anteriores, desarrolladas: Carrillo (2009) que desarrolló la investigación "La familia, la autoestima y el fracaso escolar del

adolescente” tiene similitud en los resultados obtenidos ya que en ambos existe la mejora significativa de la autoestima. Sin embargo, la diferencia más importante es el contexto social y en las características de desarrollo y modo de vida de los adolescente de 14 a 20 años del Cetus N° 80.

En lo que se refiere a Machaca y Mamani (2016) que realizaron la investigación “Talleres de liderazgo en el desarrollo de la autoestima de los niños y niñas de 5 años de la I.E.I. N° 288 Salcedo aldea infantil - Puno”. Existe similitud en la aplicación de talleres y los resultados ya que tanto los talleres de motivación y los talleres de liderazgo fueron efectivos e influyeron en el fortalecimiento y el desarrollo de la autoestima. La diferencia encontrada fue el nivel de educación: En la investigación de Machaca y Mamani se trabajó con niños y niñas de 5 años y la presente investigación con estudiantes de nivel secundario.

Respecto a la investigación realizada por Velarde (2017) que realizo la investigación “Nivel de autoestima en los estudiantes del primero, segundo y tercer grado de la I.E.S. San Antonio De Padua de la ciudad de Puno en el año 2016”. Se tuvo en cuenta como referencia para la elaboración del presente trabajo de investigación.

Es así que se considera que los talleres de motivación pueden contribuir a fortalecer la autoestima; ya que si consideramos lo que Branden (1991) señala que la autoestima es el proceso de conocimiento, valoración y confianza de una persona en sus fortalezas, habilidades y objetivos que posee, sintiéndose merecedor de alcanzar dichas metas. Los talleres también contribuyen en el proceso de autoconocimiento como primer paso para valoración de lo que uno es; ya que, muchas veces por los diversos aprendizajes sociales y culturales que

recibimos del entorno, se genera en la persona normas o creencias que nuestra personalidad es limitada, por ejemplo, que podemos ser personas totalmente introvertidas y no llegar a ser extrovertidas, o juzgar nuestra tristeza como una emoción que nos hace débiles y que no debe existir en nuestro interior, generando una serie de actitudes de rechazo hacia uno mismo. Es decir, normas y pautas de personas o roles significativos de nuestra área social y emocional que interrumpen la integración de nuestra esencia humana.

Los talleres son espacios que ayudan a los estudiantes a manejarse en diversas áreas de su vida y aprender a no enjuiciarse o juzgar su existencia, más bien aceptar amorosamente lo que uno es y hace. Es por ello, que los talleres son procesos de reaprendizaje para el manejo de las emociones y actitudes de los estudiantes, y la autoestima viene a ser un constructo y actitud que se va aprendiendo y desarrollando a lo largo de la vida por el entorno familiar, social y académico.

Todo lo señalado se ve plasmado en los objetivos y actividades propuestos en la investigación comprobándose que contribuye en una mejora significativa sobre la autoestima de los estudiantes.

CONCLUSIONES

PRIMERA: El efecto de la aplicación de talleres de motivación fue el fortalecimiento significativo del nivel de autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017. Los talleres de motivación influyeron significativamente, logrando un nivel de autoestima alto, causando emotivos logros en los estudiantes.

SEGUNDA: El efecto de la aplicación de los talleres de motivación fue el fortalecimiento significativo en la dimensión cognitiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017. Donde en un inicio el 50% de los estudiantes del grupo experimental se encontraban en el nivel “Intermedio” de Autoestima y luego de haber aplicado los talleres de motivación, los resultados fueron de nivel “Alto” demostrando aumento en la escala con un 75 %.

TERCERA: El efecto de la aplicación de los talleres de motivación fue el fortalecimiento significativo en la dimensión afectiva de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017. Donde en un inicio el 67 % de los estudiantes del grupo experimental se encontraban en el nivel “Intermedio” de Autoestima, luego de haber aplicado los talleres de motivación, los resultados fueron de nivel “Alto” demostrando aumento en la escala con un 83 %.

CUARTA: El efecto de la aplicación de los talleres de motivación fue el fortalecimiento significativo en la dimensión conductual de la autoestima en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San

Juan Bosco de la ciudad de Puno 2017. Donde en un inicio el 58% de los estudiantes del grupo experimental se encontraban en el nivel “Intermedio” de Autoestima, luego de haber aplicado los talleres de motivación, los resultados fueron de nivel “Alto” demostrando aumento en la escala con un 83 %.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: A los tutores, elaborar mayor número de talleres de desarrollo de autoestima para generalizar y amplificar la evidencia científica de su efectividad en estudiantes de educación secundaria de tal forma que optimicemos la formación personal de nuestros futuros profesionales.

SEGUNDA: A las autoridades educativas, considerar módulos de desarrollo personal dentro del plan de estudios de las Instituciones educativas que contribuya al eje de formación personal.

TERCERA: A los docentes, desarrollar programas o cursos talleres y comprobar su efectividad en grupos donde se trabajen el desarrollo de habilidades sociales, expresión de emociones, manejo de ansiedad y depresión,

CUARTA: A los tutores, establecer criterios de seguimiento como mínimo 6 meses, con el propósito de determinar si los efectos de los talleres son duraderos en el tiempo.

BIBLIOGRAFÍA

- Alcantara, J. (1993). *Como educar la autoestima*. España: CEAC S.A.
- Ander, E. (1991). *El taller una alternativa de renovación pedagógica*. Buenos Aires, Argentina: Magisterio del Rio de la Plata.
- Betoret, G. y. (2002). *Motivacion, aprendizaje y rendimiento escolar*. universidad de castellon.
- Branden, N. (1991). *Como mejorar la autoestima*. México: Paidos.
- Branden, N. (1994). *Los seis pilares de la autoestima*. Buenos Aires, Argentina: Paidos.
- Branden, N. (2000). *La autoestima día a día*. Barcelona: Paidos.
- Branden, N. (2011). *El poder de la autoestima*. España: Espasa.
- Bueno, J. A. (1988). *Motivación y aprendizaje*. Madrid: Programa de intervención.
- Bustos Y Aylwin. (1980). *El taller*. Chile: Docentes de la escuela de trabajo social.
- Cano, A. (2012). La metodología del taller en el proceso educativo popular. *Revista Latinoamericana de metodología de las ciencias sociales, Volumen 2(Nº 2), 22-15.*
- Caño y Rodriguez. (2012). *Autoestima en la adolescencia*. España: Malaga.
- Carrasco, S. (2009). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Carrillo. (2009). *La familia, la autoestima y el fracaso escolar del adolescente* (Vol. Tesis de Licenciatura). España: Universidad de Granada.

- Enriquez, S. (2017). *Los niveles de autoestima en las alumnas de la institución educativa secundaria "Carlos Rubina Burgos*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- Feldman, J. (2000). *Autoestima ¿cómo desarrollarla?* Madrid: Marcea.
- Flores, T. (2006). Violencia intrafamiliar en la adolescencia de Puno. *Enfermagem, 14*, 14 - 34.
- Hernandez, S. (1997). *Hernández Metodología de la investigación*. Colombia: Panamericana Formas e Impresos S.A.
- kisnerman. (1997). *Los talleres, ambiente de formación profesional*. Argentina: Humanitas.
- Liguia, R. (2007). *El fortalecimiento de la autoestima como proceso educativo*. Costa Rica: Sistema de estudios de postgrado.
- Machaca y Mamani. (2016). *Talleres de liderazgo en el desarrollo de la autoestima de los niños y niñas de 5 años de la I.E.I. N° 288 salcedo aldea infantil*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- Maya, A. (2000). *El taller educativo*. Argentina: Magisterio.
- MINEDU. (2017). *Persona Familia y Relaciones Humanas*. Peru: Santillana.
- Mruk, C. (1998). *Autoestima: Investigación, teoría y práctica*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Quintero, L. (2010). *Formación de hábitos y fortalecimiento de la autoestima guía para padres y maestros*. Mexico: Trillas.

- Ramos, J. A. (2008). *Relación de la motivación y satisfacción con la profesión elegida con el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Educación de la UNMSM*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación .
- Reyes, M. (2000). *El taller en trabajo social*. Honduras: Hond.
- Roca, J. (2006). *Automitivacion*. Mexico: Paidotribo.
- Rodriguez, M. (1988). *Autoestima, clave del éxito personal*. México: El manual moderno.
- Schub, N. (2006). *La autoestima en el enfoque gestalt*. Mexico: CEIG.
- Silva, I., & Mejía, O. (Enero - Abril de 2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Educare*, 19 (1), 241 - 256.
- Sosa, M. (2002). *El taller estrategia educativa para el aprendizaje significativo*. Bogota, Colombia: Circulo de lectura alternativa.
- Sparisci, V. (2013). *Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automóviles*. Argentina: Universida Abiera Interamericana.
- Umrod, J. (2005). *Aprendizaje humano*. Madrid: Prentis hall.
- Unicef. (2007). *Manual para educadores y educadoras guías, unicef*. Colombia: Anacaono 9.
- Vara, A. (2012). *7 pasos para una tesis exitosa*. Lima: Universidad de San Martín de Porres.

Velarde, R. (2016). *Nivel de autoestima en los estudiantes de primero, segundo y tercer grado de la I.E.S San Antonio de Padua de la ciudad de Puno en el año 2016* (Vol. Tesis de Licenciatura). Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano.

Zevallos. (2005). *Desarrollo personal*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.

ANEXOS

TEST DE AUTOESTIMA

NOMBRES Y APELLIDOS.....

EDAD..... SEXO..... FECHA.....

Estimado estudiante, responde sinceramente a las siguientes preguntas de acuerdo a la siguiente clave de respuesta

LETRA	POSIBILIDAD
A	No es verdad
B	Es, más o menos, cierto
C	Es bastante cierto
D	Es completamente cierto

I. DIMENSIÓN COGNITIVA:

ITEM	A	B	C	D
1. Frecuentemente me siento incapaz de manejar nuevas situaciones.				
2. Tengo una necesidad impulsiva de probar mi valor y excelencia.				
3. Estoy muy preocupado de lo que los demás piensan y dicen de mí.				
4. Tengo una intensa necesidad de reconocimiento y aprobación de la gente.				
5. Constantemente estoy libre de conflictos frustraciones y presiones psicológicas.				
6. Usualmente me anticipo a nuevas tareas con bastante confianza y seguridad.				
7. Frecuentemente pienso por mismo y tomo mis propias decisiones.				
8. Soy libre para dar prioridad a mis propias necesidades y deseos.				
9. Tengo la tendencia a desvalorar mis propios talentos, cualidades, y logros.				
10. Me siento libre para expresar amor, enojo, hostilidad, resentimientos y alegría.				
11. Rara vez experimento celos, envidia y confianza.				
12. Soy un experto en complacer a los demás.				

13. No soy prejuicioso frente a los grupos raciales étnicos y religiosos.				
14. Rara vez me siento incómodo y aislado cuando estoy solo.				
15. Soy un perfeccionista “compulsivo”.				
16. Frecuentemente soy impulsivo al comer, fumar, hablar o tomar.				
17. Valoro los logros e ideas de los demás.				
18. Tengo una intensa necesidad de entendimiento por parte de los demás.				
19. Soy libre para aceptar cualquier tipo de pensamiento que viene a mi mente adecuadas.				
20. Tengo auto dirección y hago las cosas según las siento adecuadas.				
SUB – TOTALES				

II. DIMENSIÓN AFECTIVA:

ITEM	A	B	C	D
21. Frecuentemente me siento inferior a los demás.				
22. Por lo general me condeno a mismo por mis errores y defectos.				
23. Normalmente me siento contento y satisfecho conmigo mismo.				
24. Me siento libre de vergüenza reproche culpa y remordimiento.				
25. Me alegro por la vida y disfruto plenamente de ella.				
26. El perder en la vida me hace sentir menos y resentido.				
27. Me siento “muy vulnerable” a las opiniones, comentarios y actitudes de los demás.				
28. Me siento temeroso de mostrar mi verdadera imagen personal.				
29. Frecuentemente soy amigo y generoso con los demás.				
30. Constantemente evito nuevas tareas por temor a fracasar.				
31. Me avergüenzo frecuentemente por las conductas de mi familia y de mis amigos.				
32. Acepto rápidamente mis errores y defectos.				
33. Acepto los desacuerdos y negativas de la gente sin sentirme inferior o rechazado.				
34. Acostumbro a valorarme personalmente comparándome con los demás.				
35. Frecuentemente me alabo de mí mismo y de mis amigos.				
SUB – TOTALES				

III. DIMENSIÓN ACTIVO CONDUCTUAL:

ITEM	A	B	C	D
36. Frecuentemente soy más amables y amistoso con las personas que trato.				
37. Me gusta dejar que la gente se equivoque y no intento corregirlos.				
38. Me gusta condenar a los demás y deseo que los castiguen por los que hacen.				
39. Usualmente rechazo a los demás por sus habilidades y destrezas.				
40. Asumo la responsabilidad de las consecuencias de mis actos personales.				
41. Acostumbro a mentir para mantener una personalidad triunfadora.				
42. Normalmente defiendo mis propias opiniones y decisiones.				
43. Habitualmente niego y disimulo mis errores y fracasos.				
44. Me siento sereno y tranquilo entre extraños.				
45. Frecuentemente soy crítico y destructivo de lo que hacen los demás.				
46. Frecuentemente culpo a los demás de mis limitaciones, problemas y errores.				
47. Acepto halagos y regalos sin tener vergüenza.				
48. Hago y mantengo amistades sin mucho esfuerzo.				
49. Siento una fuerte necesidad de defender mis opiniones, conductas y puntos de vista.				
50. Estoy dispuesto a aceptar a trabajar rápidamente nuevas ideas y propuestas.				
SUB – TOTALES				

Fuente: COOPERSMITH

DIAGNÓSTICO: TOTALES A: () B: () C: () D: ()

- | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> • AUTOESTIMA MUY ALTA.....() • AUTOESTIMA ALTA.....() • AUTOESTIMA INTERMEDIA.....() • AUTOESTIMA BAJA.....() |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

BAREMO DE “AUTOESTIMA”
VALORES DE LAS OPINIONES DE RESPUESTA:

A	≡≡≡	0.0
B	≡≡	0.14
C	≡≡	0.27
D	≡	0.4

Escala Cuantitativa	Escala cualitativa
DE 16 – 20	AUTOESTIMA MUY ALTA
DE 11 - 15	AUTOESTIMA ALTA
DE 06 - 10	AUTOESTIMA INTERMEDIA
DE 0 - 05	AUTOESTIMA BAJA

Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INDICES
1. Niveles de autoestima	1.1. Componente cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad para manejar nuevas situaciones. - Preocupación por lo que los demás dicen y piensan de uno. - Capacidad de lograr el reconocimiento y aprobación de la gente. - Actitud personal por pensar por sí mismo. - Capacidad de valorar sus talentos. - Actitud para complacer a los demás. - Capacidad para generar pensamientos adecuados. 	[16-20] Muy alta [11-15] Alta [06-10] Intermedia [00-05] Baja
	1.2. Componente afectivo	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad para reconocer errores. - Actitud de sentirse satisfecho y contento consigo mismo. - Capacidad de sentirse libre de culpas y remordimientos. - Actitud de llevar una vida plena y feliz. - Capacidad de mostrar una verdadera imagen personal. - Actitud de desarrollar tareas sin fracasar. - Aceptar las críticas negativas de la gente. 	
	1.3. Componente conductual	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud para ser amable y amistoso con las personas. - Capacidad de criticar correctamente a los demás. - Asumir con responsabilidad las consecuencias de los actos personales. - Capacidad de estar sereno y tranquilo con extraños. - Actitud positiva para defender las opiniones personales. - Capacidad de trabajar propuestas nuevas. - Actitud asertiva de defender los puntos de vista personales. 	

TALLER N° 01

❖ **TÍTULO:** “Anuncio publicitario de uno mismo”

❖ **INDICADOR:** Actitud de sentirse satisfecho y contento consigo mismo.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“ANUNCIO PUBLICITARIO DE UNO MISMO”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: Se indica que dibujen su imagen y realicen una lista de por lo menos, 5 cualidades positivas de su persona (corporales, de su carácter, mentales, culturales, en el terreno de las relaciones personales, como miembro de una familia o un grupo, habilidades, destrezas, etc.) y 5 logros positivos en su vida. <p>En caso no llegaran a terminar las 5 cualidades y logros, la docente les hace entrega de una guía de ejemplos.</p> <p>A partir de la lista anterior, cada estudiante escribe un anuncio intentando venderse.</p> <p>Se trata de que se vendan bien y muestren sus cualidades y logros de los que estén satisfecho.</p> <p>CIERRE: Se le hace entrega de un diploma acreditativo a cada estudiante que haya presentado su anuncio.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante expondrá su anuncio explicando sus cualidades, habilidades etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Hojas de colores • Lápices de colores • Cintas de colores • Plumones • Goma • Tijeras • Imágenes 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 02

❖ **TÍTULO:** “El viaje”

❖ **INDICADOR:** Capacidad de mostrar una verdadera imagen personal

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“EL VIAJE”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: se prepara el ambiente formando un círculo con todos los estudiantes. ➤ DESARROLLO: Se pone música suave y se hace entrega a cada estudiante un juego de siluetas (femenino y masculino) para que escriban en ella. <p>Se pide a cada estudiante que recuerden como les tratan sus padres y madres, tutores o tutoras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es lo que más les gusta? - ¿Qué es lo que menos les gusta? - ¿Cómo se sienten en cada uno de esas situaciones? <p>CIERRE: Se anima a los estudiantes a que compartan con sus compañeros sus recuerdos sugiriendo algunas interrogantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se han sentido mientras recordaban? - ¿Qué recordaron del trato de sus padres o tutores? <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante identifica las formas con las cuales se relacionan a lo largo de sus vidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Hojas • Lápices de colores • Música • Reproductor de CD • parlantes 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 03

❖ **TÍTULO:** “Regalos”

❖ **INDICADOR:** Actitud para ser amable y amistoso con las personas.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>‘REGALOS’</p>	<p>PRESENTACÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: Se prepara el ambiente formando un círculo con todos los estudiantes. ➤ DESARROLLO: Se colocará en el centro del círculo lápices y tarjetas. <p>La docente invita a los estudiantes a que den un regalo simbólico (puede ser una idea, felicitación, agradecimiento, deseo, etc.) a otro de sus compañeros, lo podrá hacer escribiéndolo en una de las tarjetas.</p> <p>Los estudiantes tomarán los materiales, elaborarán las tarjetas y se las entregarán al compañero que eligieron. El compañero que recibe el regalo leerá la tarjeta en silencio y reflexionará sobre lo que dice y no hará ningún comentario.</p> <p>CIERRE: La docente analiza la vivencia haciendo preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se sienten? - ¿De qué se han dado cuenta? - ¿Cómo valoran ese regalo? - ¿Qué utilidad piensan darle? <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante reconoce y valora las virtudes de sus compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Tarjetas • Lápiz de colores 	<p>80 MINUTOS</p>

TALLER N° 04❖ **TÍTULO:** “El paquete de las emociones”❖ **INDICADOR:** Actitud personal por pensar por sí mismo.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
“EL PAQUETE DE LAS EMOCIONES”	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: La docente solicita a los estudiantes que se pongan de pie y formen un círculo. <p>Se hace entrega de un paquete (cajita pequeña forrada) a cada estudiante y este a su vez pasará al compañero de al lado y así sucesivamente.</p> <p>Al mismo tiempo que se entregue el paquete escucharán una canción. Cuando la canción se detenga, el paquete será abierta por el(a) estudiante que lo tenga en sus manos. En cada paquete se encontrará una carita que muestre una emoción (tristeza, llanto, felicidad, enojo).</p> <p>CIERRE: Lo que el estudiante deberá hacer es contar un suceso de su vida (familia, casa, colegio, etc...) referido a la emoción que le tocó.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante contará como se sintió al haber participado y que actitud tiene frente a la participación de sus compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • caja pequeña forrada • música • imágenes • parlantes 	80 Min.

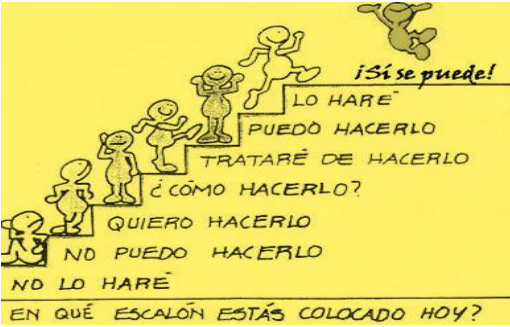
TALLER N° 5

- ❖ **TÍTULO:** “En tu debilidad esta tu fuerza”
- ❖ **INDICADOR:** Capacidad de sentirse libre de culpas y remordimientos.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“EN TU DEBILIDAD ESTA TU FUERZA”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: La docente pide a cada estudiante que escriba en una hoja las cosas que más le molesta de sí mismo, sus más grandes fallas o debilidades, lo que no le gusta de sí mismo, pero que lo admite como cierto. <p>Cada estudiante escogerá un compañero para compartir sobre lo que escribió, procurando no tener una actitud defensiva.</p> <p>En seguida sentados en círculo cada estudiante dirá su debilidad más importante, empezando con: yo soy..... Ejemplo: “yo soy muy agresivo”, “yo soy floja”. Etc.</p> <p>CIERRE: Se pide a los estudiantes que digan cómo pueden transformar esa debilidad en logro, ya que si la menciono es porque le afecta.</p> <p>La docente guía para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en sus vidas. Apoyado en las interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Cómo se sintieron a medida que se detuvieron a pensar y sentir sobre ustedes mismos? – ¿Cómo creen que influye su autoestima en la relación con: niños, niñas, jóvenes y adultos? <p>➤ EVALUACIÓN: Los estudiantes identifican la forma como se perciben y como está influyendo en la relación con otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Hojas bond • plumones 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 06

- ❖ **TÍTULO:** “Superación personal”
- ❖ **INDICADOR:** Actitud de llevar una vida plena y feliz.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“SUPERACIÓN PERSONAL”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: Se prepara el ambiente formando un círculo con todos los estudiantes. ➤ DESARROLLO: Se formula las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo les fue durante el día? - ¿Qué motivos y objetivos tuvieron en el colegio? - ¿salió como lo habían pensado? <p>Posterior a las respuestas se les entrega unas hojas que contiene imágenes de la escala de superación.</p>  <p>Cada estudiante luego de analizar debe colocar en que escala se encuentra el día de hoy.</p> <p>CIERRE: Cada estudiante comenta sobre el trabajo que realizó.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: A partir de lo anterior, cada estudiante analizara el desarrollo de sus objetivos personales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Imágenes de la • Lapiceros • escala de superación 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 07

- ❖ **TITULO:** “De padre a hijo”
- ❖ **INDICADOR:** Capacidad para generar pensamientos adecuados.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“DE PADRE A HIJO”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: A cada estudiante se le hace entrega del poema “de padre a hijo”, de Ángela Marulanda, la lectura se realiza de manera grupal, es decir, cada estrofa es leída en voz alta por un estudiante. <p style="text-align: center;">POEMA</p> <p style="text-align: center;"><i>No sé en qué momento el tiempo paso, ni a qué hora mi hijo creció, solo sé que ahora es todo un hombre y que en su vida ya no estoy yo.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Era muy joven cuando mi hijo nació. Todavía recuerdo el momento en que llego, pero mi trabajo el día me ocupaba y no me daba cuenta que el tiempo pasaba.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>No sé en qué momento empezó aprendió a caminar ni tampoco a qué hora comenzó a estudiar, no estuve presente cuando cambió sus dientes. Solo me ocupe de pagar las deudas.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Pedía que le consolara cuando se golpeaba o que le ayudara su carro no caminaba, pero yo estaba ocupado, debía trabajar, y así sus problemas no podía solucionar.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Ya no hay juego que arbitrar, tampoco llantos que consolar, no hay historias que escuchar, peleas que arreglar, ni rodillas que curar.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Ya no hay trabajo, ya no estoy atareado, no tengo que hacer, me siento desolado.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Ahora soy yo quien quiere estar a tu lado y es hoy mi hijo el que vive ocupado.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Un distante abismo me separa de mi hijo. Poco nos vemos... no somos amigos, los años han volado, mi hijo se ha marchado, y una dolorosa ausencia me ha alejado.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>No sé en qué momento el tiempo paso ni a qué hora mi hijo creció. Ojalá pudiera volver a nacer, para estar a su lado y verlo crecer.</i></p> <p style="text-align: center;">Por: Angela Marulanda</p> <p>CIERRE: Terminada la lectura se realiza la reflexión del texto, en donde cada uno expresa su opinión sobre el mismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante escribe una carta dirigida a sus padres, expresando sus sentimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Lapiceros • Poema “de padre a hijo” 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 08

- ❖ **TITULO:** El entierro del “No puedo”
- ❖ **INDICADOR:** Capacidad de sentirse libre de culpas y remordimientos.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>EL ENTIERRO DEL “NO PUEDO”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: Una vez que los estudiantes estén ubicados en el ambiente adecuado, se les pide que cierren los ojos. Y piensen en frases que piensan que les hace daño. ➤ DESARROLLO: Se les pide a los estudiantes que expresen algunas frases que todos decimos a veces, o pensamos que nos hacen daño, que no nos dejan hacer cosas y además nos hacen sentir mal. Por ejemplo: <i>“No me va salir”, “No puedo”, “Nadie me escucha”, “Soy mala”, “No lo lograre”</i> <p>Cada estudiante menciona algunas frases negativas que suelen decirse a sí mismos o que la dicen otras personas.</p> <p>Cada estudiante escribe en un papel pequeño, frases que les hace daño y dañan su autoestima y harán entrega a la docente.</p> <p>Cada estudiante se pondrá de pie y colocara en una caja forrada de color negro (que la docente previamente presento a los estudiantes) las frases negativas que escribió, pensando siempre en deshacerse de lo negativo.</p> <p>CIERRE: Se saldrá fuera del salón conjuntamente con los estudiantes y con las precauciones debidas se enterrará el cajón.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante escribirá su compromiso de cambiar de actitud y ser más positivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Hojas de colores • Lapiceros • Caja forrada • Patio • Herramientas de campo 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 09

- ❖ **TITULO:** “Mi presente y mi futuro”
- ❖ **INDICADOR:** Capacidad para manejar nuevas situaciones.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p style="text-align: center;">“MI PRESENTE Y MI FUTURO”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial a los estudiantes se da inicio al taller</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: Cada estudiante tendrá un papel en cuya parte superior escribirá “este soy yo” y otro en el que escribirá “este es mi futuro”. <p>Se trata de hacer dos “collages” con fotos de revistas, palabras o dibujos que simbolicen cosas de sí mismos y de su futuro.</p> <p>CIERRE: Se plantea las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Cómo he reflejado mi presente en el “collage”: negativo o positivo? ¿Por qué? – ¿Me ha resultado fácil imaginarme cómo será mi futuro? ¿Por qué? – ¿Qué te puede obstaculizar para alcanzar tus metas? – ¿Qué papel juega uno mismo en el cumplimiento de las metas? – ¿Qué papel juega el entorno en el cumplimiento de las metas? <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante reflexiona sobre qué papel juega uno mismo y el entorno en el cumplimiento de las metas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revistas • Periódicos • Dibujos • Imágenes • laminas • tijeras • goma • Hojas en blanco 	<p style="text-align: center;">80 Min.</p>

TALLER N° 10

❖ **TITULO:** “Menú de cualidades”

❖ **INDICADOR:** Capacidad de valorar sus talentos.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“MENÚ DE CUALIDADES”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: La docente explica a los estudiantes en que consiste el taller. ➤ DESARROLLO: La docente pregunta a los estudiantes si alguna vez prepararon Una receta de cocina ¿Qué pasos se sigue en la preparación? Se establece un paralelismo entre una receta de cocina y un grupo de personas de la siguiente manera: un grupo está formado por varios integrantes al igual que una receta está formada de varios ingredientes. Los ingredientes son cada uno de los miembros del grupo. <p>A continuación, se pide que formen grupos de 5 integrantes y cada grupo debe elaborar la “RECETA”, cuyos ingredientes serán las cualidades de cada uno de sus miembros. Por lo tanto, se le hace entrega a cada estudiante papelititos donde deberán escribir cualidades. Su manera de ser, sus habilidades, sus virtudes y que les diferencia del resto de sus compañeros.</p> <p>CIERRE: A cada grupo una vez terminada su “RECETA” se le pide que pongan un nombre al plato teniendo en cuenta las cualidades mencionadas anteriormente. Ejemplo:</p> <p style="text-align: center;">CEVICHE DE LA AMISTAD</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Tenemos 2 libras de camarones inteligentes que cocinamos a fuego lento por 5 minutos</i> 2. <i>3 cebollas respetuosas picada amablemente</i> 3. <i>10 naranjas estudiantas exprimidas con mucho respeto</i> 4. <i>Lo mezclamos y bien y añadimos 1 taza cariñosa de salsa de tomate</i> 5. <i>2 ramitas trabajadoras de perejil</i> 6. <i>Una copita chévere de aceite</i> 7. <i>Agregar una pizca solidaria de pimienta.</i> 8. <i>Y así se va armando la receta</i> 9. <i>La persona que hace de secretario puede asumir el rol de chef y el resto sus ayudantes</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada grupo expone su trabajo explicando el proceso que siguieron. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • Hojas de colores • Lapicero • Cintas de colores 	<p>80 min.</p>

TALLER N° 11

- ❖ **TÍTULO:** “Acepto a mi familia”
- ❖ **INDICADOR:** Asumir con responsabilidad las consecuencias de los actos personales.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“ACEPTO A MI FAMILIA”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: Se prepara el ambiente y se pide que formen tres grupos. ➤ DESARROLLO: Cada grupo preparara una dramatización sobre la manera como se comporten en familia diversas situaciones (un paseo familiar, navidad, cumpleaños, hora del desayuno, etc.) tratando de mostrar lo que sucede en la realidad. <p>Terminadas las dramatizaciones, se realiza la reflexión a través de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se podría planificar el tiempo para obtener mayores satisfacciones? - ¿De qué forma les gustaría emplear el tiempo libre? - ¿Están conformes con la forma en que comparten con sus familias? <p>CIERRE: Para cerrar la reflexión cada grupo expondrá una de las preguntas de manera lúdicas: Expone conclusiones de la pregunta 1 a través de un slogan. Expone conclusiones de la pregunta 2 a través de una caricatura. Expone conclusiones de la pregunta 3 a través de un poema</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Los estudiantes identifican diversas situaciones y maneras de compartir en familia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salón de clases • imágenes • Hojas • guion • vestimenta 	<p>80 Min.</p>

TALLER N° 12

❖ **TITULO:** “Manejo personal de la ira”

❖ **INDICADOR:** Capacidad de trabajar propuestas nuevas.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
<p>“MANEJO PERSONAL DE LA IRA”</p>	<p>PRESENTACIÓN: Previo saludo cordial se invita a los estudiantes a que puedan participar del taller motivándolos.</p> <p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ APERTURA: Una vez que todos los estudiantes estén presentes y ubicados en el ambiente adecuado. ➤ DESARROLLO: Se pide que expresen palabras o expresiones asociadas a la ira, a manera de lluvia de ideas, las cuales se van anotando en un paleógrafo. <p>Enseguida se les pregunta ¿Cómo podemos definir la ira? Se recoge las opiniones y se orienta la definición de la ira:</p> <p><i>“Es una emoción extrema, que surge a raíz de alguna situación interna o externa que nos desagrade al máximo y produce malestar psicológico.”</i></p> <p>En seguida teniendo papel bond pegado en la pizarra se le pide a cada estudiante que pasen a anotar palabras que usan y piensan cuando están furiosos.</p> <p>CIERRE:</p> <p>Para finalizar se revisan y se identifican mensajes implícitos (escondido) de las palabras, es decir cuáles son las palabras que ofenden, las que golpean, las que atacan, las de defensa, las de descarga de sentimiento, etc.</p> <p>En cartulinas de colores se les pide que dibujen sus sentimientos de ira, se les guía preguntándoles:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué te produce tanta ira? - ¿Qué cambios corporales o físicos se dan cuando sientes ira? <ul style="list-style-type: none"> ➤ EVALUACIÓN: Cada estudiante menciona alternativas para el manejo adecuado en la expresividad de la ira. Ejem: arrugar papel, correr, gritar fuerte, golpear una pelota, golpear un colchón, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salón de clases ➤ Hojas de colores ➤ Lápiz de colores ➤ Cartulina ➤ Goma ➤ Tijeras 	<p>80 min.</p>

SESIÓN DE TUTORIA N° 1

TÍTULO: Fortaleciendo la organización de mi tiempo para el estudio

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO "A"

DURACIÓN: 80 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Identificar estrategias para el control inteligente del tiempo y las ventajas que derivan de estas.	Que las y los estudiantes planifiquen su horario de estudio adaptado a sus necesidades, lo que ayudara a mejorar su rendimiento y le dejara tiempo libre para disfrutar de otras actividades.	Identifica pasos de la planificación del tiempo.	Los estudiantes realizan su horario de estudio.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i></p> <p>Iniciamos la sesión reflexionando con las y los estudiantes acerca de la importancia de fortalecer la organización de nuestro tiempo con un horario de estudio. Para lograr buenos resultados, en el menor tiempo posible, es importante distribuir bien las horas del día.</p> <p>A continuación, se les refiere que "es natural que como jóvenes que son, quieran ser espontáneos, estudiar, ver televisión, jugar, etc., en el momento que les agrade". Sin embargo, les enfatizamos que, si distribuimos organizadamente nuestro tiempo para el estudio, podremos realizar de la mejor manera muchas de las actividades que deseemos y necesitemos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i></p> <p>Utilizando una técnica para formar grupos, cada uno de estos nombrará un delegado, el cual coordinará los turnos de palabra y recogerá la producción oral de cada uno de ellos. Para ello preguntaremos:</p> <p>¿En qué consiste planificar el tiempo de estudio? ¿Merece la pena hacerlo? ¿Por qué? ¿Serán preferibles las acciones de última hora para estudiar?, etc.</p> <p>Luego, realizará un plenario en el que se organizarán todas las ideas y respuestas, y se obtendrán conclusiones por cada grupo y serán anotadas finalmente en la pizarra.</p> <p>Apoyándose en la información: "Planificar el tiempo de estudio, ¿para qué?", el tutor o tutora hará una breve exposición para reforzar lo comentado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	45 min.

<p>A continuación, las y los estudiantes reflexionarán sobre todo lo trabajado y destacarán los aspectos positivos de contar con una organización del tiempo para el estudio y de fortalecerla permanente.</p> <p>Cada grupo leerá: “Planificar el tiempo, ¿por dónde empezar?” y en un papelote anotarán sus conclusiones y socializarán brevemente.</p> <p>Finalmente, se les solicitará a las y los estudiantes que piensen en estrategias a utilizar para el planificar el tiempo de estudio; para ello, se les presentará un papelote en el que estará escrito: “Planificar el tiempo, ¿qué estrategias puedo utilizar?” y se les indicará que elaboren un ejemplo individualmente teniendo en cuenta los criterios señalados. Luego realizaran un plenario en el que se organizara todas las ideas y respuestas, y se obtendrán conclusiones por cada grupo y serán anotados finalmente en la pizarra.</p> <p>A continuación, los estudiantes reflexionaran sobre todo lo trabajado destacaran los aspectos positivos de contar con una organización del tiempo para el estudio y de fortalecerla permanentemente.</p> <p>Finalmente, se les solicitara a los estudiantes que piensen en estrategias a utilizar para planificar el tiempo de estudio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja con preguntas para la reflexión • Plumón de pizarra 	
<p>CIERRE:</p> <p>Solicitamos conclusiones del tema trabajado. Al final de la sesión reforzamos con las siguientes ideas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizar el tiempo de estudio y fortalecerlo supone ventajas, tales como aprender a distribuirlo de manera racional, otorgarle un orden a la ejecución de tareas y establecer horarios personalizados. 	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	15

Puno, noviembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 2

TÍTULO: Mensajes que recibimos de los medios de comunicación

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 90 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Analizar imágenes de varón y mujer que se presentan a través de los medios de comunicación.	Que los estudiantes analicen y evalúen los estereotipos de género que transmiten los medios de comunicación.	Analizar la influencia de los medios de comunicación roles de género.	Elaboración de mensajes alternativos en hojas a manera de carteles.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i></p> <p>Iniciamos la sesión señalando que los medios de comunicación, sobre todo los que emplean imágenes, como son la televisión, periódicos y los que salen en Internet, nos transmiten los roles o características de varones y mujeres.</p> <p>A partir de esta reflexión se les pregunta a las y los estudiantes:</p> <p>¿Recuerdan algún comercial en televisión o en un periódico en los que se ponía la imagen de una mujer o de un varón?</p> <p>¿Acerca de qué trataba?</p> <p>¿Cuál era visiblemente el papel del varón y el de la mujer?</p> <p>¿Qué características “propias” presentaban el varón y la mujer del comercial?</p> <p>Escribe las características anotadas en la pizarra.</p> <p>Comenta que toda nuestra experiencia y, dentro de ella, nuestra sexualidad está cargada de estereotipos de género. Por ejemplo, los que se transmiten por la televisión y otros medios como la música, los refranes y los dichos populares.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i></p> <p>A continuación, a través de una dinámica grupal, formamos cuatro grupos. A cada uno le entregamos las letras de las canciones “Ella” de Bebé y “Menos hombre más humano” de Ricardo Williams y la guía de preguntas para el trabajo de grupo. Luego les haces escuchar las canciones y las letras que les hemos entregado y les pedimos que presten atención a las mismas.</p> <p>Les indicamos que vuelvan a leer con mucha atención las letras de cada canción: “Ella” y “Menos hombre más humano”.</p> <p>Luego compartan sus opiniones y sentimientos respecto al mensaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano • Guía de trabajo de grupo. 	45 min.

<p>Para ayudarse en el análisis del mensaje, pueden usar las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el mensaje que la autora o el autor de la canción quiere transmitir? • ¿Qué opinan acerca del mensaje? ¿Están de acuerdo o no con este mensaje? • ¿En qué aspectos se sienten identificados con la autora o el autor? ¿En qué aspectos no se identifican? ¿Por qué? <p>Una o un representante del grupo escribe sus principales conclusiones para exponerlas en plenario. A partir de las conclusiones encontradas por los grupos, planteamos las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la nueva imagen de varón y de mujer que se presenta en los medios de comunicación? • ¿Consideran que en los medios de comunicación se proyectan comportamientos ajenos a los estereotipos de género que nuestra sociedad presenta? ¿Por qué? • ¿De qué manera los comportamientos de los varones y las mujeres que se observan en los medios de comunicación pueden afectar la vivencia de la sexualidad? 		
<p>CIERRE:</p> <p>Tomando en cuenta el análisis de los momentos anteriores y con la participación de tus estudiantes, se pide que elaboren mensajes o den ideas de cómo poder elaborar un spot que presente opciones para poder desterrar de nuestra sociedad los estereotipos de género, luego de ello mencionas las siguientes ideas fuerza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los medios de comunicación tienen gran influencia sobre nuestras ideas acerca de las características y los comportamientos “apropiados” o “deseables” de varones y mujeres. • Los roles de género están cambiando y también se pueden observar estas variaciones a través de los medios de comunicación. • A pesar de los supuestos cambios en los roles de género, los medios de comunicación no logran superar el problema de manipular la imagen de la mujer y limitarla en su afán de vender productos y ser una persona débil y vulnerable. 	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	<p>25 min.</p>

Puno, noviembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 3

TÍTULO: tomo decisiones sobre mi futuro

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 80 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Expresa su compromiso que contribuya al logro de sus metas y objetivos de vida.	Que las y los estudiantes reflexionen sobre la importancia de tomar decisiones responsables para el logro de sus metas.	Expresa sus sentimientos compartiendo el trabajo con sus pares.	Organizador visual “Árbol proyecto de vida.”

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Empezamos la sesión invitando a nuestros estudiantes a que presten atención a la lectura: Los tres consejos. Terminada la lectura, solicitamos que comenten sobre esta, escuchamos algunas respuestas. Luego formulamos la siguiente pregunta: ¿Será importante tomar decisiones en nuestra vida? ¿Estas serán elementales para lograr nuestras metas o construir nuestro futuro (proyecto de vida)? Explicamos el propósito de la sesión y animamos a seguir participando.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i> Conformamos grupos de seis integrantes como máximo y solicitamos que de acuerdo a la lectura respondan en una hoja o en su cuaderno las siguientes preguntas: • ¿Cuál era el objetivo o la meta del joven esposo en su vida? • ¿Qué decisiones tomó el joven para lograr sus metas u objetivos? • ¿Cómo le ayudaron los consejos que les dio el jefe, a la hora de tomar decisiones para su vida? Finalizado el trabajo solicitamos que un representante de cada grupo socialice sus respuestas en plenario . Escuchamos las respuestas de los representantes de cada grupo, corregimos, reforzamos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura • Los tres consejos. • Hojas A4-cuaderno • Cinta masking 	40 min.
<p>CIERRE: Solicitamos a las y los estudiantes que de manera voluntaria den respuesta a las siguientes preguntas: ¿En nuestra vida es importante trazarnos metas (proyecto de vida) ?, ¿Qué debemos realizar para lograr nuestros objetivos de</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.

vida? ¿Cuál será la importancia de la toma de decisiones para lograr nuestros objetivos en la vida?

Felicitemos a todos por sus aportes o conclusiones del tema, destacamos la siguiente idea fuerza: es importante que toda persona sepa tomar decisiones responsables para lograr sus objetivos de vida. Cada decisión tiene una consecuencia; por lo tanto, es necesario evaluar las ventajas y desventajas de cada resolución que tomemos en nuestra vida.

--	--	--

Puno, noviembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 4

TITULO: Que la trata no te atrape

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 85 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Practica conductas para prevenir se víctima de trata de personas.	Que las y los estudiantes conozcan el delito de la trata de personas e identifiquen conductas de autocuidado.	Practica conductas para prevenir la trata de persona en otros espacios fuera del colegio	Cuestionario sobre el tema.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Pedimos a las y los estudiantes que escuchen la siguiente noticia (Podemos solicitar a un estudiante para que lea)</p> <p><i>“Liberan a 14 menores de explotación sexual en Iquitos, Cusco y Madre de Dios Diario “Perú 21”, lunes 10 de noviembre de 2008 En las operaciones, dirigidas por la Dirección de Investigación Criminal de la Policía Nacional, se intervino a unas 15 personas que integrarían una red de trata de personas. La División de Investigación contra la Trata de Personas de la Dirección de Investigación Criminal (DIRINCRI) de la Policía Nacional logró liberar, tras una serie de acciones, a un total de 14 menores de edad que eran explotados sexualmente en las ciudades de Iquitos, Cusco y Madre de Dios. En la intervención, realizada en Iquitos, se detuvo a dos personas y se liberó a dos menores, quienes eran obligados a prostituirse con clientes contactados a través de una línea que se habilitó con tal fin. En Madre de Dios, se intervino cinco locales en los que se detuvo a seis personas y se logró rescatar a cinco menores. Finalmente, en la ciudad del Cusco, se rescató a seis menores y se intervino a siete personas que están siendo investigadas en este momento.”</i></p> <p>Luego realizamos preguntas para reflexionar: ¿Qué ha sucedido con los menores de 14 años en Iquitos, Cusco y Madre de dios? ¿qué creen que podría haber pasado con los menores? ¿por qué? Explicamos el propósito de la sesión e indicamos que continuaremos profundizando en el tema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i> Iniciamos este momento preguntando a nuestros estudiantes ¿Qué es la trata de personas? Escuchamos algunas respuestas y apuntamos en la pizarra. Luego consolidamos y de manera conjunta llegamos a la definición:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	45 min.

<p><i>“La trata de personas es una forma de esclavitud contemporánea vinculada al comercio de seres humanos, quienes son objeto de “compra y venta” dentro o fuera de un país para su explotación u otros fines ilícitos”.</i> (Plan Nacional de Acción contra la Trata de Personas-Ministerio del Interior, 2015).</p> <p>Explicamos que por ello es necesario seguir profundizando sobre las modalidades de captación que usan las bandas criminales. Pegamos en la pizarra algunas definiciones sobre las formas de captación para la trata de personas, luego escribimos las modalidades de captación. Solicita a las y los estudiantes que con su compañero del costado identifiquen las modalidades y sus definiciones. Explicamos que la trata de personas utiliza diversos mecanismos, por ello es importante que aprendamos a cuidarnos. Luego preguntamos ¿Por qué la trata de personas es considerada un delito? Solicitamos a cada estudiante que escriba una frase con conductas de autocuidado, las que podrían prevenir que seas víctima de trata. Cada grupo presenta su frase y con nuestra ayuda reflexionan sobre lo expresado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Títulos y definiciones de las formas de captación para la trata de personas 	
<p>CIERRE: Solicitamos a las y los estudiantes que de manera voluntaria expresen sus conclusiones sobre el tema tratado. Los orientamos y fortalecemos lo trabajado en la sesión con las siguientes ideas fuerza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “La trata de personas es un crimen de lesa humanidad que viola los derechos de las personas, atenta contra su libertad y dignidad”. • Se inicia con la captación de una persona para retenerla contra su voluntad, con el objetivo de explotarla. • Es un delito que afecta a los sectores más vulnerables de la población (mujeres, niños, niñas y adolescentes). 	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	<p>20</p>

Puno, diciembre 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 5

TITULO: Mi escuela con valores

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 85 minutos

TUTORES RESPONSABLES.

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGRO	PRODUCTO
Asume compromisos para reflexionar sobre su propia practica de valores.	Que las y los estudiantes reflexionen sobre la práctica de valores en situaciones cotidianas que se presentan en la escuela..	Asume e identifica el nivel de desarrollo moral al que ha llegado	Cuadro de niveles del desarrollo moral (kolberg)

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: Motivación Y Exploración Iniciamos la sesión solicitando que un estudiante voluntario lea en voz alta la lectura “El niño y los clavos”. Luego preguntamos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el mensaje de esta historia? • ¿Cómo te sientes cuando alguien te trata mal?, ¿por qué? • ¿Por qué crees que algunas personas tratan mal a otras? • En la lectura, ¿Qué valores faltaron en la relación del niño con las demás personas? • ¿Practicamos esos valores en nuestra vida diaria? <p>Mencionamos que en esta sesión reflexionaremos sobre la práctica de valores en nuestra vida y particularmente en nuestra escuela.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: Información y orientación. Solicitamos a nuestros estudiantes que conformen cinco grupos. Les explicamos que a cada grupo se le entregará un texto con situaciones que pueden ocurrir en la escuela, a partir de las cuales ellos reflexionarán y explicarán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué crees que hará el personaje de la historia? - ¿Por qué crees que lo hará? - ¿Qué harías tú?, ¿por qué? <p>Luego pedimos a las y los estudiantes que, en sus grupos, en función de sus respuestas, analicen el tipo de conductas que observan con mayor frecuencia en la escuela; también que identifiquen el nivel de desarrollo moral al que corresponden. Solicitamos a los representantes de dos grupos que voluntariamente compartan sus respuestas. Reforzamos los aspectos necesarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura “El niño y los clavos” • Tiras de papel con situaciones para reflexionar • Cuadro con imagen “Niveles de desarrollo moral” 	45 min.

CIERRE.

Promovemos que las y los estudiantes propongan conclusiones sobre el tema tratado y reforzamos las siguientes ideas fuerza:

- Los valores son principios que rigen nuestro pensamiento y nuestra forma de actuar.
- Es importante autoevaluarnos y reconocer cuáles son los valores que rigen nuestro comportamiento en la vida familiar, escolar y en otros espacios.
- Es importante identificar si nuestra práctica de valores responde a intereses personales o a principios propios.

- Plumones.

20 min

Puno, diciembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 6

TITULO: Me conozco y me acepto tal como soy

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO "A"

DURACIÓN: 75 minutos

TUTORES RESPONSABLES.

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGRO	PRODUCTO
Expresa aspectos positivos con el fin de que sean tomados en cuenta para beneficio personal.	Que las y los estudiantes identifique sus características personales, complementándolas con lo que los demás identifican en ellos y ellas.	Expresa decisiones que le permitan mejorar como seres humanos.	Organizador visual características y cualidades.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: Motivación Y Exploración Iniciamos la sesión solicitando a las y los estudiantes que escuchen atentamente el siguiente testimonio:</p> <p><i>“Juan, un adolescente de 15 años, tiende a compararse de manera constante con sus demás compañeros en temas académicos. Por ejemplo, durante el trabajo grupal de Ciencia, Tecnología y Ambiente, mencionó en varias oportunidades que él no podía realizar sus informes debido a que no era bueno redactando las experiencias solicitadas por su profesor. Cuando llega la hora del recreo, Juan prefiere alejarse del grupo porque sabe que no juega bien el fútbol y no desea generar problemas entre sus compañeros por su culpa. En plenaria, invitamos a las y los estudiantes a que imaginen que Juan es un compañero de su salón. Se les pregunta: ¿Cómo creen que se ve Juan a sí mismo?, ¿cómo creen que lo ven los demás?”</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	15 min.
<p>DESARROLLO: Información y orientación. Explicamos a las y los estudiantes que en todo proceso de valoración es fundamental que cada uno de nosotros identifique las características personales que nos hacen distintos y únicos. Recordamos el caso mencionado al inicio de la sesión y preguntamos: ¿Ustedes creen que Juan tiene una visión positiva de él? ¿por qué? Escuchamos las intervenciones de las y los estudiantes, tomamos nota en la pizarra y las relacionamos con el fin de que quede claro que las personas con autoestima positiva reconocen sus fortalezas y debilidades. Para ayudarlos a reconocer sus características personales, invitamos a las y los estudiantes a que completen un cuadro de características y cualidades.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas/ • cuaderno • Plumones • Lápices 	50 min.

<p>Luego les pedimos que se reúnan en equipos de cuatro personas para que compartan los resultados del ejercicio anterior; solicitamos a los otros miembros del grupo que complementen y validen la información que cada uno ha colocado sobre sí mismo. Al culminar el ejercicio, promovemos que contrasten su esquema, que soliciten a sus compañeros de grupo que den aportes nuevos o confirmen lo identificado por cada uno. Luego pedimos que respondan lo siguiente: ¿Me gusta cómo soy?, ¿hay mucha diferencia entre el cómo soy y el cómo me ven los demás? ¿es bueno solicitar a nuestros amigos que nos ayuden a identificar nuestras características?, ¿por qué?</p>		
<p>CIERRE Solicitamos a las y los estudiantes que revisen sus esquemas y evalúen los alcances de sus compañeros/as. Luego de este ejercicio, invitamos a las y los estudiantes a formular algunas conclusiones sobre el tema tratado. Luego, reforzamos la siguiente idea fuerza: “Una persona requiere escuchar y tener como referente a los demás con el fin de identificar aspectos negativos o positivos de uno mismo. Ello permite que, al tener una visión global de uno mismo, podamos tomar decisiones que nos permitan mejorar como seres humanos”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Plumones. 	10 min

Puno, diciembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 7

TITULO: cambio mi perspectiva, cambio mis emociones.

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 80 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Realizan estrategias de cambio de perspectiva, afín de buscar soluciones constructivas.	Que las y los estudiantes comprendan que una forma de regular sus emociones es cambiando de perspectiva.	Realizar preguntas formuladas respecto a cambio de emociones.	Cuestionario sobre cambio mi perspectiva, cambio mis emociones.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Solicitamos a las y los estudiantes que escuchen de manera atenta la siguiente situación: <i>Imagínense que se encuentran saliendo de la escuela y que en la puerta se topan con su enamorado/a abrazándose con un chico/a que no conocen.</i> ¿Qué pensarían? ¿qué sentirían? ¿qué harían en esa situación? Invitamos a que se formen en parejas y dialoguen teniendo en cuenta las preguntas formuladas. Pídeles que, de manera voluntaria, dos parejas brinden sus conclusiones al respecto. Luego de escuchar sus conclusiones solicitamos a las y los estudiantes que escuchen nuevamente la situación: <i>Imagínense que se encuentran saliendo de la escuela y que en la puerta se topan con su enamorada/o que abraza a un chico/a que no conocen (hacemos una pausa y observamos sus reacciones). Luego, ella o él se acercan y te presentan a su hermano/a que ha llegado de Trujillo y que no conocían.</i> ¿Qué pensarían? ¿qué sentirían? ¿qué harían en esa situación? ¿cambió esa situación mi perspectiva?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	20 min.
<p>Invitamos a los estudiantes a que lean el siguiente refrán: “Nada es verdad, nada es mentira, todo depende del cristal con que se mira”. En equipos, solicitamos que lo comenten. Luego se realiza una plenaria para sacar conclusiones al respecto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano • Hojas • cuaderno 	40 min.

<p>A partir de esas conclusiones explicamos la importancia de cambiar de perspectiva para poder actuar de distinta manera. Adicionalmente, mencionamos que una estrategia adecuada para cambiar de perspectiva es la de alejarse de la situación, pensar y antes de optar por una conducta.</p> <p>Se les pide a los estudiantes que piensen en una situación que les haya pasado de manera reciente y mencionen cómo actuaron. Luego invítalos a que escuchen este procedimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ni bien les suceda alguna situación deben tomar las cosas con calma, respirar y alejar su mente de lo sucedido por unos segundos.</i> • <i>El alejarse algunos segundos les permitirá ver la situación de una manera distinta y tomar decisiones analizadas y pensadas.</i> • <i>Pensar en las diversas razones por las que se dio esta situación y actuar.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Plumón • Lápices 	
<p>CIERRE: Tomando como referencia el trabajo realizado en parejas, invitamos a las y los estudiantes a formular algunas conclusiones sobre el tema tratado. Luego de las conclusiones, reforzamos la siguiente idea fuerza: “El apartarse de una situación negativa y cambiar de perspectiva nos ayuda a manejar las emociones de manera más adecuada; esto favorece la construcción de un ambiente donde debe primar el respeto por uno y por los demás, así como una convivencia armoniosa”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	<p>20 min.</p>

Puno, diciembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 8

TITULO: escucho de manera activa

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 70 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Practicar la escucha activa con sus compañeros del aula.	Que las y los estudiantes valoren la escucha activa como una habilidad que les facilite el manejo de sus emociones y una convivencia armoniosa.	Practicar la escucha y expresar sus sentimientos o pensamientos.	Organizador visual

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Iniciamos la sesión solicitando a nuestros estudiantes que se paren uno de espaldas a otro. En parejas y de espaldas se hablan sin mirarse por un tiempo breve, todos a la vez. Puede ser algo que hayan hecho el día anterior, lo último que han leído. Se detiene la dinámica y se les pregunta: ¿Escucharon lo expresado por sus compañeros?, ¿qué han escuchado?, ¿cómo se sintieron con la dinámica? Realizamos un plenario sobre las preguntas formuladas. Luego se le propone a cada pareja que se den la vuelta, se miren a los ojos y vuelvan a contar lo mismo. Se para la dinámica y se formulan las mismas preguntas: ¿Escucharon lo expresado por sus compañeros?, ¿qué han escuchado?, ¿cómo se sintieron con la dinámica? Reflexionamos con las y los estudiantes sobre cómo el mirar directamente a la otra persona transmite que la estás escuchando o que estás atento a lo que expresa. Reforzamos que la escucha activa es una habilidad que nos ayuda a mejorar nuestras relaciones sociales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20min
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i> Explicamos a las y los estudiantes sobre la importancia que tiene para la vida cotidiana poner en práctica esta habilidad social denominada “escucha activa”, pues les permitirá mantener una relación eficaz y satisfactoria con los demás. Los orientamos en cómo el sentirse escuchado, atendido y entendido es el primer paso para mantener unas relaciones interpersonales satisfactorias. Mencionamos a los y las estudiantes que debemos hacer que nuestro interlocutor se sienta escuchado, atendido y entendido. Para ello, colocamos un papelote con lo siguiente:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano • Hojas/cuaderno • Plumones • Lápices 	40 min.

<ul style="list-style-type: none"> • No interrumpir al interlocutor cuando habla, mirarlo y apoyar lo que se dice utilizando expresiones como “sí, entiendo”, “desde luego”, “estoy de acuerdo con lo que has dicho”, “comprendo tu punto de vista”, etc. • Respetar el punto de vista del interlocutor. • Conocer los verdaderos sentimientos e intenciones de las personas con las que se habla. • Reformular y valorar lo que dice el interlocutor, concediéndole tiempo para que prepare sus respuestas. 		
<p>CIERRE: Tomando como referencia el trabajo realizado, invitamos a las y los estudiantes a formular algunas conclusiones sobre el tema tratado. Luego de las conclusiones, reforzamos con las siguientes ideas fuerza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “La escucha activa es una habilidad social que consiste en una forma de comunicación que demuestra al hablante que el oyente le ha entendido”. • “Saber escuchar es igual, o incluso más difícil, que saber hablar. La escucha activa es un elemento indispensable en la comunicación eficaz y se refiere a la habilidad de escuchar no solo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno • Lápices 	<p>10min.</p>

Puno, diciembre del 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 9

TITULO: Alcanzando mis metas y enfrentando mis temores

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 70 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Asume su compromiso para seguir adelante y cumplir metas.	Que las y los estudiantes dialoguen sobre sus metas y temores con respecto a la elección de una carrera profesional.	Asume su compromiso de enfrentar sus temores..	matriz para socializar.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Damos la bienvenida a nuestros estudiantes y les comunicamos que iniciaremos esta sesión con la siguiente historia, para lo cual pedimos a un estudiante que lea: Damos la bienvenida a nuestros estudiantes y les comunicamos que iniciaremos esta sesión con una lectura “Tony Meléndez, el gran cantautor”</p> <p>Luego de escuchar la biografía de Tony, pegamos un papelote en la pizarra, cuyo encabezado será el nombre de Tony Meléndez y preguntamos: ¿Qué opinan de esta historia? ¿Tony se dejó vencer por la adversidad? ¿dejó de plantearse metas o de soñar? ¿habrá tenido temores?, ¿cuáles?</p> <p>Escuchamos sus comentarios y luego invitamos a las y los estudiantes a que se acerquen y escriban algunos valores o actitudes que creen pueden caracterizarlo. Brindamos cinco minutos para este ejercicio.</p> <p>Terminada esta actividad, comentamos que, por lo general, las personas solemos plantearnos metas o tenemos deseos para el futuro, pero esto también puede estar acompañado de temores, lo importante es no desanimarnos. Luego de esta reflexión, presentamos el propósito de la sesión y los animamos a seguir con el tema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>Información y orientación.</i> Solicitamos que escriban en una hoja en blanco cuáles son sus metas para el futuro y cuáles son los temores que presentan al pensar en ello. Enfatizamos que, pese a las adversidades, debemos seguir adelante con nuestras metas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	40 min

<p>A continuación, pedimos que completen el cuadro con una columna más: ¿Qué puedo hacer para vencer estos temores?</p> <p>Brindamos unos minutos para que completen el cuadro e invitamos a los estudiantes a que formen equipos y revisen lo que escribieron sobre sus metas, temores y las acciones que realizarán para vencer esos temores.</p> <p>Solicitamos a un miembro de cada equipo que comparta cuáles son los deseos profesionales para el futuro, cuáles son los principales temores y las acciones que se han comprometido a realizar.</p> <p>Tomando en cuenta la participación de las y los estudiantes, explicamos que es natural que todo ser humano tenga algún temor al enfrentarse a nuevos retos, pero ello no debe impedir que nuestros deseos se cumplan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Papelotes plumones 	
<p>CIERRE:</p> <p>Promovemos la reflexión preguntando: ¿Cómo se sintieron?, ¿qué aprendieron? y luego presentamos la siguiente idea fuerza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toma de decisiones Tiempo: 10' Después de la hora de tutoría Motivamos a las y los estudiantes a que asuman tres compromisos para seguir adelante y alcanzar sus metas deseadas y enfrentar sus temores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno • Lápices 	10

Puno, diciembre 2017

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 10

TITULO: ¿Por qué elegir una carrera profesional?

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 80 minutos

TUTORES RESPONSABLES.

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGRO	PRODUCTO
Reflexiona sobre la importancia de tomar decisiones sobre su futuro.	Que las y los estudiantes reconozcan y reflexionen sobre la importancia de elegir una carrera profesional, como parte de su proyecto de vida.	Reflexiona sobre escoger u a carrera profesional.	cuestionario

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: Motivación Y Exploración Iniciamos la sesión dando la bienvenida a todas y todos. invitamos a un estudiante a pasar adelante y escribir en la pizarra las respuestas que brinden sus compañeros. Mediante la técnica lluvia de ideas, solicitamos que mencionen las carreras universitarias y técnicas que conozcan.</p> <p>Finalizada esta etapa, indicamos que, uno a uno, empezarán a enumerar en voz alta, y que todos aquellos a los que les toque un número múltiplo de tres (3, 6, 9, 12, etc.) deberán decir ¡bum! en lugar del número. El estudiante que sigue deberá señalar una actividad propia de una de las carreras universitarias o técnicas que están escritas en la pizarra. El estudiante que no dice ¡bum! o el que no dice la actividad sale del juego. Vamos tachando de la pizarra las carreras profesionales mencionadas por las y los estudiantes. El juego termina cuando se han tachado todas. Colocamos en la pizarra el siguiente título “Por qué elegir una carrera profesional”, presentamos el propósito de la sesión y animamos a nuestros estudiantes a participar en las actividades que nos proponemos realizar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	25 min.
<p>DESARROLLO: Información y orientación. Iniciamos este momento preguntando a las y los estudiantes: ¿Por qué es importante elegir una carrera profesional (universitaria o técnica)? Copiamos en la pizarra algunas ideas que serán retomadas para la idea fuerza al finalizar la sesión y preguntamos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Conocen la fábula de la hormiga y la cigarra? 		

<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué representa la hormiga en dicho cuento? ¿y la cigarra? <p>Indicamos que vamos a narrar esta fábula con la intención de relacionarla con las preguntas que planteamos al inicio de la sesión. Luego de narrar la fábula de la hormiga y la cigarra, pedimos que, en parejas, analicen el mensaje que transmite y respondan la siguiente pregunta: ¿Cómo se relaciona esta fábula con nuestras decisiones para el futuro? ¿Por qué será importante tomar una decisión sobre la carrera profesional (universitaria o técnica) que vamos a seguir? Brindamos unos minutos para la reflexión de las parejas y luego invitamos a socializar sus respuestas.</p> <p>Finalizada esta actividad es importante que el docente reflexione con las y los estudiantes sobre cómo esta fábula puede enseñarnos a tomar en serio nuestras decisiones para el futuro. Orientamos sobre lo importante que es tomar una decisión en el presente y que de ella depende mucho lo que seamos en el futuro. No es una tarea fácil que podamos dejarla a la suerte. Involucra prepararse bien para lo que pueda venir, así como la hormiga se preparó trabajando duro para pasar un buen invierno, así deben planificar su futuro. Y qué mejor que ir descubriendo desde ahora su carrera universitaria o técnica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Anexo: Fábula “La hormiga y la cigarra” 	<p>45 min.</p>
<p>CIERRE. Promovemos que las y los estudiantes formulen conclusiones sobre la importancia de tomar decisiones sobre su futuro. Reforzamos, de ser necesario, con la siguiente idea fuerza:</p> <p><i>“Es importante proyectarse desde ahora en lo que seremos mañana. Todo depende de nuestro esfuerzo y dedicación. Así como la hormiga, tendremos obstáculos que vencer: nuestro éxito de mañana dependerá del esfuerzo de hoy”.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Plumones. 	<p>10 min.</p>

Puno, enero del 2018

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 11

TITULO: Experimentando nuevas sensaciones

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 80 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Toma de decisiones sobre qué es saludable y correcto para uno mismo .	Que las y los estudiantes reflexionen sobre la autoexploración erótica en la adolescencia como parte de la vivencia de la sexualidad.	Toma decisiones sobre hablar con un amigo de confianza, sobre sexualidad	juego concurso “MITO o REALIDAD”

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Antes de iniciar la sesión solicitamos a las y los estudiantes que todo lo que podamos expresar durante la sesión, deberá tener un margen de respeto mutuo.</p> <p>Escribimos en la pizarra la palabra: AUTOEXPLORACIÓN, y preguntamos a las y los estudiantes que han escuchado sobre esta palabra, escribimos sus respuestas. Seguimos motivando el dialogo a través de la siguiente pregunta: ¿Qué situaciones les producen a las personas bienestar o placer? Escribimos en la pizarra sus respuestas. Luego de las intervenciones, y si no ha sido mencionado la autoexploración, explicaremos a las y los estudiantes que en la adolescencia una forma de las formas de descubrir sensaciones agradables es a través del cuerpo. Luego señalamos que en esta sesión dialogaremos sobre autoexploración erótica como manifestación de la sexualidad en la adolescencia. Orientamos a las y los estudiantes, explicando que la autoexploración es un acto natural y que no debe generar culpa, sin embargo es un acto libre, es decir nadie te puede obligar hacerlo, que lo importante es que no vayas en contra de tus derechos o de los derechos de los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	20 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i> Indicamos que realizaremos el juego concurso “MITO o REALIDAD”, cuyo objetivo es explorar creencias, opiniones y sentimientos acerca del autoerotismo o masturbación. Para ello formaremos grupos de trabajo. Explicamos en que consiste el juego:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano 	40 min.

<p>Sacaremos uno por uno los papeles con las frases, leeremos clara y pausadamente lo que dice y luego preguntaremos a las y los estudiantes: “Lo que dice, es ¿mito o realidad?”.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los integrantes de los grupos tienen un minuto para decidir su respuesta. • Para responder, el grupo debe dar una palmada y decir “Mito”, si consideran que la afirmación es falsa, o “Realidad”, si es verdadera. <p>Una vez que se terminan las preguntas, cuentan los aciertos para determinar cuál fue el grupo más informado. Conforme se van dando las respuestas, explicamos o despejamos las dudas que se van presentando. Orientamos a las y los estudiantes, mencionándoles que la autoexploración de tu cuerpo es un acto natural y forma parte de tu desarrollo sexual, por ello no debe de generarte culpa, además debe de realizarse en un ambiente íntimo y donde no tengas ninguna intromisión de otra persona, por lo tanto, es libre y voluntario, es decir cada quien decide si lo hace o no y cuando lo hace. Lo importante es que se sientan bien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Frases del juego 	
<p>CIERRE: Promovemos el diálogo utilizando las siguientes preguntas: ¿Cómo se han sentido trabajando este tema en la sesión?, ¿qué han aprendido? Luego retomamos y reforzamos con las siguientes ideas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La masturbación se define como el acto de tocarse a sí mismo, incluidos los órganos sexuales, con el fin de obtener placer sexual. • Implica explorar sus órganos sexuales, los que están cambiando y van redescubriendo nuevas sensaciones que estos producen. 	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	<p>20</p>

Puno, enero del 2018

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable

SESIÓN DE TUTORIA N° 12

TITULO: Reflexionamos sobre el inicio de las relaciones sexuales

GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”

DURACIÓN: 75 minutos

TUTORES RESPONSABLES:

- Pamela Acero Cáceres
- Ruth Martha Choque Huanca

OBSERVADOR:

- Prof. Lourdes Espinoza Zapana

COMPETENCIA	CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADOR DE LOGROS	PRODUCTO
Promover el compromiso de seguir despejando mitos que existen en torno a las relaciones sexuales.	Que las y los estudiantes reflexionen sobre las ideas y creencias relacionadas al inicio de las relaciones sexuales.	Promover información científica y confiable para no dejarse llevar por creencias erróneas sobre sexualidad.	juego que se llama verdadero-falso.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA	RECURSOS	TIEMPO
<p>PRESENTACIÓN: <i>Motivación y exploración</i> Se solicita voluntarios para que realicen dramatización referida a cómo actúa un enamorado adolescente cuando desea tener relaciones sexuales. Pareja 1: El joven le pide la prueba del amor a su enamorada y le dice con doble preservativo no hay riesgo. Pareja 2: Tienes que demostrarme que me quieres, además la primera vez no vas a quedar embarazada. Solicitamos que den su opinión con respecto a lo observado, haciendo énfasis a cómo actúa el hombre y cómo la mujer frente a las relaciones sexuales, aprovecha para despejar algunos mitos referidos al tema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • humano 	15 min.
<p>DESARROLLO: <i>información y orientación</i> Indicamos que nos divertiremos con el juego que se llama verdadero-falso sobre lo que va a leer de las creencias referidas a las relaciones sexuales. En cada expresión aclara porque es verdadera y porque es falsa. Luego, formamos grupos de trabajo de acuerdo al número de estudiantes y les entregamos la lectura: ¿Cómo definimos las relaciones sexuales?, motivándolos a leer y a elaborar un comentario. Socializan en plenaria los representantes de cada grupo y comparten las diferentes opiniones, experiencias o vivencias que surjan en el debate.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Humano • Lectura: ¿Cómo definimos las relaciones sexuales? 	45 min.
<p>CIERRE: Motivamos la reflexión de nuestros estudiantes a través de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿A qué conclusiones han llegado respecto a las relaciones sexuales? • ¿Con quiénes conversarían sobre las relaciones sexuales?, ¿por qué? • ¿Qué dificultades se presentan cuando no se cuenta con información confiable y científica y, preferimos quedarnos con dudas? 	<ul style="list-style-type: none"> • cuaderno 	15

Con la finalidad de reforzar lo trabajado señalamos las siguientes ideas fuerza:

- Existen muchas creencias o ideas equivocadas a cerca del inicio de las relaciones sexuales, estos mitos o creencias no tienen fundamento científico, muchas surgen de creencias culturales o religiosas ya establecidas o por ignorancia. Es preferible tomar en cuenta la información científica o preguntar a personas confiables.
- Algunas parejas de adolescentes debido a estos mitos o creencias equivocadas se inician sexualmente, sin ninguna medida de autocuidado.

Puno, enero del 2018

Prof. Lourdes Espinoza Zapana

Docente titular

tutor responsable