

A P E G O Y

A U T E S T I M A



A PLEGO

¿Qué es el apego?

•El apego es el vínculo afectivo que un niño establece con su madre (u otro cuidador), que le da seguridad, amparo y le atiende en sus necesidades.

Sin embargo, desde el nacimiento es totalmente indefenso y necesita la atención de adultos que asuman sus cuidados.



Teorías de Apego

- La preocupación por la relación temprana del niño con su madre fue uno de los temas centrales de muchos investigadores.
- En 1958, Bowlby postula que el vínculo que une al niño con su madre es producto de una serie de sistemas de conducta, cuya consecuencia previsible es aproximarse a la madre.
- El apego tiene lugar en los primeros 8 a 36 meses de edad

**La figura principal
de apego: la madre**



¿Cómo se forma el apego?

Se establece así una comunicación entre el hijo y la madre y en la medida en que uno y otra actúan de un modo similar en diferentes ocasiones, se genera un estilo de comunicación particular entre ambos.



Tipos de apego

- **El apego seguro :**

Se caracteriza por una imagen positiva de sí mismo y una imagen de los otros de la madre o del cuidador principal, también positiva. En este caso, el niño se siente querido y cuidado y sabe que la madre no tardará mucho en atender sus necesidades.



Apego evasivo

- Cuando esta la madre no le hacen demasiado caso.
- Cuando se marcha la madre, no lloran ni están intranquilos.
- Con los extraños, no están inquietos.
- Cuando regresa la madre, no la buscan.



Apego de oposición

- Cuando esta la madre, el niño busca su proximidad y no juega ni explora.
- Cuando la madre sale, se angustia.
- Cuando regresa la madre, mantiene el enfado o sigue llorando.



Apego desorganizado

- Los niños con esta conducta son los mas inseguros y desorientados.
- Tienen conductas confusas y contradictorias.
- Evitan a la madre cuando está o se alejan de ella ante un extraño.



APEGO Y MALTRATO

- Los padres de un niño maltratado son menos afectuosos, interfieren en las actividades y conductas de su hijo, existe poca interacción con él.



¿Qué consecuencias tiene el apego en la vida?

- El niño aprende a reconocer las situaciones de desamparo, las recuerda, las espera y reacciona de forma distinta si ha generado un estilo de apego u otro.
- La calidad de las relaciones que establezca en el futuro con otros adultos (otros miembros de la familia, amigos, compañeros, profesores, etc.) dependerá en gran medida de la calidad del vínculo afectivo que ha establecido con sus cuidadores en los primeros años de su vida.

¿Cómo favorecer el apego?

- Dedicarle atención exclusiva y disfrutar con ello los momentos felices de intimidad que son la base de las relaciones de cariño y afecto, reír cantar bailar, jugar juntos siempre que se tenga la ocasión.
- Contacto físico positivo (por ejemplo abrazar, besar, etc.)



"El éxito con nuestros hijos en un futuro no se medirá por lo que les hemos dado materialmente, sino por la intensidad y calidad de las relaciones afectivas que hemos sido capaces de construir con ellos desde la infancia".





A U T O E S T I M A

¿

Qué es la autoestima

?

La capacidad que tiene cada persona para valorar su yo y tratarse con dignidad, amor y realidad. (de De la poza ,1994)

Es la forma habitual de percibirnos, de pensar, de sentir y de comportarnos con nosotros mismos. Es la disposición habitual con la que nos enfrentamos con nosotros mismos y evaluamos nuestra propia identidad. (Cermeños y Fernández, 1991)

La autoestima incluye necesariamente una valoración y expresa el concepto que uno tiene de si mismo, según cualidades subjetívaes y valorativas. (Román y Gracia, 1998)



No se hereda, ni es innata

Estructura multidimensional

Aceptarse tal como se es y una actitud de aprobación.

**LA AUTOESTIMA
SE APRENDE,
FLUCTUA Y
LA PODEMOS MEJORAR**



La valoración que tiene el sujeto de si mismo según sus cualidades provenientes de sus experiencias

La situación anímica, seguridad, auto concepto, motivación y competencia

Potenciar la autoestima en los distintos ámbitos que se desempeña el niño



Diferencias

Imagen

La imagen de sí es un cuadro mental relativamente temporáneo que cada persona se forma de sí mismo y que varía en distintas situaciones sociales.

La sucesión de imágenes de sí sirven para revisar y corregir, si bien no suplantarse, al concepto de sí

Autoconcepto

La el autoconcepto es el conjunto de esquemas cognitivos, creencias u opiniones valorativas que tiene la persona sobre sí misma.

Autoestima

La autoestima es la *forma en la que nos pensamos, nos amamos, nos sentimos y nos comportamos con nosotros mismos*

Importancia de la autoestima

Su actitud y éxito ante el aprendizaje

El desarrollo de buenas relaciones

El tipo y número de actividades en las que se involucra

Su facilidad para manejar la crítica, sus errores y fracasos

Su capacidad para aceptar las dificultades y el sufrimiento, que son parte del crecimiento y ser feliz.

Su capacidad para aprender a responsabilizarse de sus conductas

Su capacidad para resolver los problemas a los que se enfrenta



Baja autoestima

Según Brandem suele estar asociada a dificultades psicológicas tales como angustia, depresión, alcoholismo, drogas, malos tratos, **BAJO RENDIMIENTO**.

Ruiz (1994) Y Brandem (1991) dicen que tener una baja autoestima es sentirse incapaz de afrontar los desafíos de la existencia, no equivocando respecto un tema sino equivocando como persona, estar permanentemente a la defensiva contra todo y contra todos. Dando lugar a la aparición de sentimientos negativos que nos condenan como persona.

Es cuando una persona desconfía de si misma y de sus posibilidades, por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de esta. (Garcia, 1997)



Alta autoestima

Para Clemens (1991) quien tiene alta autoestima «Actuara con autonomía, asumirá responsabilidades, afrontará retos, disfrutará con sus logros, tolerará frustraciones y será capaz de influir en otros, todo lo cual incidirá favorablemente en el proceso de su educación»

La alta autoestima no significa el éxito total y constante.

reconocer nuestras limitaciones y debilidades

Un **exceso de autoestima** nos puede llevar según *Polaino-Llorente* a la prepotencia, la vanidad y a desarrollar una personalidad narcisista o un trastorno bipolar con fase maniaca., que sería el caso extremo, considerado como una patología psiquiátrica.



Alta autoestima

- Competente
- Seguro
- Valioso
- Motivado por el aprendizaje
- Pedirá ayuda
- Responsable
- Comunicación eficaz
- Solidario
- Comprensivo
- Abierto
- Tolerante
- Equilibrado emocionalmente
- Tiene iniciativa
- Autónomo
- Optimista
- Creativo
- Se esfuerza y es constante
- Busca solución a los problemas

Baja autoestima

- Desconfía de sí y de los demás
- Sentimiento de inferioridad
- Tímido
- Crítico
- Poco creativo
- Conductas inadecuadas (agresividad, cambios repentinos de humor...)
- Angustia y crisis de ansiedad
- Indecisión
- Desánimo
- Pereza
- Vergüenza
- Complejo de culpabilidad
- Miedos
- Hipersensibilidad
- Envidia
- Evita actividades para no equivocarse
- Engaña, miente y culpa a los demás
- La opinión ajena domina sus decisiones

Construcción de la autoestima

El niño percibe si es querido y aceptado, si es valorado o rechazado....desde que inicia a interactuar con nosotros en su etapa intrauterina.



La familia

La valoración de la imagen que el niño va haciendo de si mismos depende de la forma en que va percibiendo que cumple con las expectativas de sus padres, en cuanto a la consecución de metas y conductas que esperan de él

La familia es el lugar principal de socialización, de educación y de aceptación de uno mismo.

Los padres somos reproductores de unos *modelos educativos*.

Rigurosidad



Niños dependientes y sumisos

Tolerancia



Niños activos y extrovertidos

Niños desobedientes y agresivos.

La institución educativa

El colegio es una de las etapas importantes ya que es en ella donde los niños adquieren seguridad en sus capacidades para realizar las cosas, dominar las situaciones que se les presenten y establecer relaciones sociales con sus compañeros.

No solo el profesor influye en la autoestima del niño durante la etapa escolar, sino también sus compañeros de clase.

El profesor está para ayudar a sus estudiantes a despertar ese «yo» interno para que sean valorados, reconocidos, apreciados y puedan liberar todo su potencial.

Elevar el autoestima en el ambiente escolar es uno de los fines de la educación.

Una baja autoestima conlleva problemas en la estructura mental del alumno, en su atención y concentración, lo que termina influyendo notablemente en su rendimiento.

Algunas frases para promover la autoestima

Sabes que te quiero mucho

Te felicito

Si necesitas algo
te ayudo

Estoy muy
orgulloso de ti

Tu puedes

Felicitaciones



Sé que lo harás

Eres mi princesa

!Qué bonito!

No te preocupes, la próxima
vez lo harás mejor

Algunas frases que debemos evitar

No sé cuando vas a aprender

¡Alto de ti

Aprende de tu hermano

Apártate de mi vista, no quiero verte

Eres un desordenado Te felicito

¡¡¡pre estas fastidiando

Eres un hombre

Así no vas a llegar a ningún lado

Te vas a quedar sin amigos

Siempre te estas peleando

Eres un inútil



Rendimiento escolar

¿

Qué es el rendimiento escolar

?



Es el producto del proceso de enseñanza-aprendizaje, en el cual no se pretende ver cuánto el alumno ha memorizado acerca de algún tema en concreto



sino de aquellos conocimientos aprendidos en dicho proceso y como los va incorporando a su conducta el estudiante.

TDAH (Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad).

- Es decir, disponen de un buen potencial pero no desarrollan normalmente el aprendizaje debido a los déficits específicos en la atención o control de los impulsos. Todos estos aspectos deben ser evaluados antes de trazar un plan de intervención.





Cómo influye en el
rendimiento escolar



Temperamento del niño

Los niños que muestran interés, prestan atención y participan en clase, obtienen unas notas más altas que quienes no lo hacen. Por el contrario, ser colaborador y obsequioso no se relaciona con los logros obtenidos ni con las notas. Por tanto, para avanzar en el colegio, un niño debe prestar atención en clase, interesarse en el tema y participar activamente en las labores escolares.

Los niños que se dedican al trabajo por su cuenta y causan pocos problemas, tienen más probabilidades de lograr mejores calificaciones. A su vez, las mejores notas los motivan a seguir comportándose de este modo.



El Estado emocional del niño

- En un estudio realizado con 143 niños entre ocho y once años de edad, los investigadores evaluaron los niveles de empatía de los niños y les hicieron pruebas para evaluar los niveles de agresividad, depresión, ansiedad y autoestima. Los niños presentaron pruebas de lectura, deletreo y aritmética y los profesores los calificaron en cuanto a agresión y depresión.

Los resultados mostraron que la relación entre estado emocional y desempeño escolar fue especialmente fuerte en las niñas. La agresión y la depresión también parecían interferir en el desempeño de los niños, mientras que la empatía se asoció con mejores resultados en lectura y deletreo.

La sensibilidad de un niño ante los sentimientos de otra persona (empatía) puede ayudar a crear un ambiente más positivo en la escuela. También puede ayudar en la lectura, (ya que con frecuencia implica asumir el punto de vista del personaje literario), en la comprensión de hechos históricos y en prever la respuesta de otra persona.



**Ámate a ti
mismo**