

CONSTRUIR LA AUTOESTIMA EN PRIMARIA



Yuri

De la seguridad a la confianza

Bajo la dirección de
Solange Luneau

Prefacio de Germain Duclos

AUTOESTIMA
EN PRIMARIA

Ediciones OCTAEDRO

Título original: *Construire l'estime de soi au primaire. Volume I: Youri. De la sécurité à la confiance*, de Solange Luneau.

Primera edición: abril de 2006

© Éditions de l'Hopital Saint-Justine, 2003

© De esta edición:
Ediciones Octaedro, S.L.
Bailén, 5 - 08010 Barcelona
Tel.: 93 246 40 02 - Fax: 93 231 18 68
e.mail: octaedro@octaedro.com

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del *Copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento.

Traducción: Marta Aparicio Terrats
Revisión: Josepa Gómez Bruguera
Cuento: Diane Roy
Ilustraciones: Dominique Luneau
Realización y producción: Ediciones Octaedro

ISBN: 84-8063-799-4
Depósito legal: B.19.198-2006

Impresión: Limpergraf, s.l.

Impreso en España
Printed in Spain

ÍNDICE



PREFACIO	9
INTRODUCCIÓN	13
SECCIÓN 1. UNA HISTORIA QUE CONTAR	19
Yuri. Sentirse con confianza	21
Fragmentos de la historia vinculados al desarrollo del sentimiento de seguridad.....	40
SECCIÓN 2. UN PROCESO PARA PONER EN PRÁCTICA	43
Pasos que hay que seguir para conseguir que el alumno confíe en sí mismo	45
Sesión 1	46
Sesión 2	49
Sesión 3	50
Sesión 4	52
Sesión 5	53
Sesión 6	54
Para ir más allá	55
SECCIÓN 3. ACTITUDES QUE HAY QUE POTENCIAR	57
Condiciones que hay que respetar.....	59
SECCIÓN 4. ANEXOS PARA FOTOCOPIAR	61
Anexo 1. Tablas de observaciones	63
Tabla de observaciones 1	63
Tabla de observaciones 2	64
Anexo 2. Dibujos que ilustran cada episodio de la historia.....	65
Anexo 3. El camino de los sentimientos	81
Anexo 4. Figuras para crear marionetas	87
Anexo 5. Primer paso hacia la transformación interior	100
Anexo 6. Dibujo proyectivo.....	104
SECCIÓN 5. DOSSIER «PADRES»	105
Lista de documentos	107
Síntesis del proyecto	108
Carta a los padres «De la seguridad a la confianza».....	110
Notas informativas	111
<i>Necesidades para el desarrollo del niño</i>	111
<i>¿Mi hijo confía en sí mismo?</i>	112

<i>El estrés en el niño</i>	113
<i>Rutinas y rituales</i>	114
<i>Las reglas de disciplina</i>	115
<i>¿Mi hijo puede confiar en mí?</i>	116
<i>La responsabilidad y la confianza</i>	117
<i>El respeto y la confianza</i>	118
<i>Un vocabulario para desarrollar, actitudes que adoptar</i>	119
BIBLIOGRAFÍA	121

PREFACIO



Educar a un niño comporta dos tareas fundamentales: por un lado, responder a sus necesidades de desarrollo y, por otro, transmitirle unos valores. El padre, el educador o el profesor que sea negligente a la hora de satisfacer adecuadamente las necesidades de desarrollo del niño que tiene a su cargo, no cumple su función educativa. Las necesidades de desarrollo a las que me refiero ya han sido descritas por Abraham Maslow y han sido estudiadas por los discípulos de la psicología humanista. La autoestima se encuentra en cuarto lugar en la clasificación de las necesidades a satisfacer.

En el primer nivel se encuentran las necesidades vitales o de supervivencia (alimentación, vivienda y vestido). Si queremos ayudar a un niño a desarrollar su autoestima tendremos que asegurar, antes de nada, que estas necesidades queden satisfechas. En el segundo nivel, hay que ver si este niño vive en un estado de seguridad física y psicológica que le permita integrar una actitud de confianza en lo que se refiere a sí mismo y a los demás.

El tercer nivel en la jerarquía de las necesidades está formado por las relaciones de unión y de amor estables y continuas con una o más personas significativas del entorno del niño. De algún modo, estas relaciones conforman el alimento psíquico de todo ser humano. Así pues, hay que evaluar si el niño forma parte y tiene como referencia una red relacional o social para poder vivir un sentimiento de pertenencia. Sólo cuando se cumplan estas tres necesidades, al menos, en gran parte, el niño estará en posición de desarrollar su autoestima. Toda tentativa para desarrollar este sentimiento sin cumplir antes las necesidades fundamentales (necesidades vitales, necesidades de seguridad física y psicológica, necesidades de relaciones de

unión y de amor) desembocará en un resultado precario o, en todo caso, ineficaz.

En general, los valores (respeto hacia uno mismo, respeto hacia el otro, honestidad, etc.) se transmiten al niño a través de la identificación con los valores vividos por los adultos que son significativos para él y por reglas de conducta que le aportan seguridad. El niño toma como propios los valores vividos por los adultos que responden adecuadamente a sus necesidades y que consiguen que se sienta amado y arropado. Bajo estas condiciones, puede aprender y aceptar los valores transmitidos por las reglas de conducta. La transmisión de los valores y la autoestima se vehiculan a través de la relación amorosa que el niño teje con uno o más adultos.

En nuestros días, existe un apogeo del concepto de autoestima. Esta popularidad, que no es una simple moda, se sostiene por la búsqueda de sentido en el conjunto de nuestra sociedad de consumo, que potencia, sobre todo, una serie de valores más ligados al «tener» que al «ser». Toda persona siente la necesidad, más o menos consciente, de percibir que posee un valor intrínseco, independientemente de sus posesiones materiales y de sus éxitos. Incluso los adultos con una escolarización mínima y que no poseen, ni mucho menos, conocimientos de psicología, perciben intuitivamente la importancia de la autoestima en el desarrollo del niño y en la felicidad del adulto. Para ser feliz hay que quererse. La evaluación que uno hace de su persona tiene que resultar aceptable. Un sentimiento de nulidad en cuanto a la propia persona corresponde con el sentimiento de vivir una vida sin sentido.

De la misma manera, esta búsqueda del sentido se manifiesta en todas las reformas educativas actuales; se apuesta por el desarro-

llo de unas competencias orientadas a una educación global del niño, sobre todo en el plano socioafectivo.

El concepto de autoestima no es, ni mucho menos, reciente. Fue descrito por primera vez por William James en 1890 quien demostró que la autoestima se sitúa dentro de uno mismo y que se define por la cohesión entre sus aspiraciones y sus éxitos. La autoestima es, ante todo, un juicio que ejerce uno mismo en cuanto a su propio valor.

Como profesional, a lo largo de mis treinta años de entrevistas con niños y adolescentes que vivían dificultades de adaptación o de aprendizaje escolar, he tenido que evaluar frecuentemente la importancia de la autoestima. He podido constatar que la mayoría de estos jóvenes con dificultades tenía una baja autoestima. Constantemente, y para cada uno de ellos, tenía que plantearme la siguiente pregunta: «¿Tiene dificultades a causa de una baja autoestima o tiene una baja autoestima a causa de sus dificultades?» Es la paradoja del huevo o la gallina pero, en la práctica, el niño conseguía superar sus dificultades si desarrollaba una mejora un su autoestima.

En los años sesenta, el Ministerio de Educación de Quebec introdujo el «saber hacer» en los programas de primaria y secundaria, pero, en la realidad, se le daba mayor importancia a los saberes clásicos o enciclopédicos así como al «saber hacer» o las habilidades. Sólo con la llegada de la reforma educativa se puso más énfasis en las competencias socioafectivas. Esta preocupación en cuanto al desarrollo de la personalidad del niño está presente en los medios educativos desde hace tres décadas. En 1992, un equipo de doctores del Hôpital Sainte-Justine, del cual yo formaba parte, tradujo el programa de Robert. W. Reasonner con el fin de aplicarlo sistemáticamente al conjunto de alumnos de dos escuelas primarias. Este programa, que pretende desarrollar la autoestima de los alumnos, ya había probado su eficacia en los Estados Unidos. Decidimos ponerlo en práctica para prevenir la violencia en la escuela así como los problemas de motivación. Los resultados de este experi-

mento fueron evaluados por la *Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal Centre* (Administración regional de sanidad y servicios sociales de Montréal Centre). Tras comprobar los beneficios, varias escuelas decidieron ponerlo en práctica.

Una de ellas fue la Commission scolaire de Victoriaville (hoy, Commission scolaire des Bois-Francis). Tuve el placer de supervisar los inicios de este programa experimental. Respetando los fundamentos teóricos en cuanto al desarrollo de la autoestima, el equipo que inició este proyecto tomó conciencia de la necesidad de superar el marco propuesto por el programa de Robert W. Reasonner a fin de que las actividades fueran más dinámicas y se adaptaran mejor a las vivencias de los alumnos quebequeses.

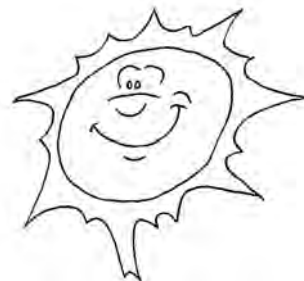
Este equipo demostró tener una gran creatividad a la hora de suscitar el interés de los alumnos a la vez que los guiaban en un proceso de crecimiento de su autoestima. Decidieron crear y utilizar historias susceptibles de cautivar a los niños y donde pudieran identificarse con el protagonista de cada una de ellas. A través de sus vivencias, cada personaje representa un componente de la autoestima. Sabemos que los niños son muy sensibles a las historias que conjugan su vida imaginaria con sus preocupaciones. Gracias a este guía simbólico, el niño puede tomar una mayor conciencia de sus deseos, sus sueños, sus conflictos y, al identificarse con las vivencias de cada personaje, aprende a conocerse y a reconocerse. Esta original idea de utilizar historias, favorece enormemente el proceso de concienciación de la persona y de su autovalía.

Las actividades propuestas en este proyecto, aun dejando un gran espacio para la espontaneidad y la creatividad de los alumnos, les proporciona una serie de estrategias para conseguir el bienestar y les permite tener esperanza.

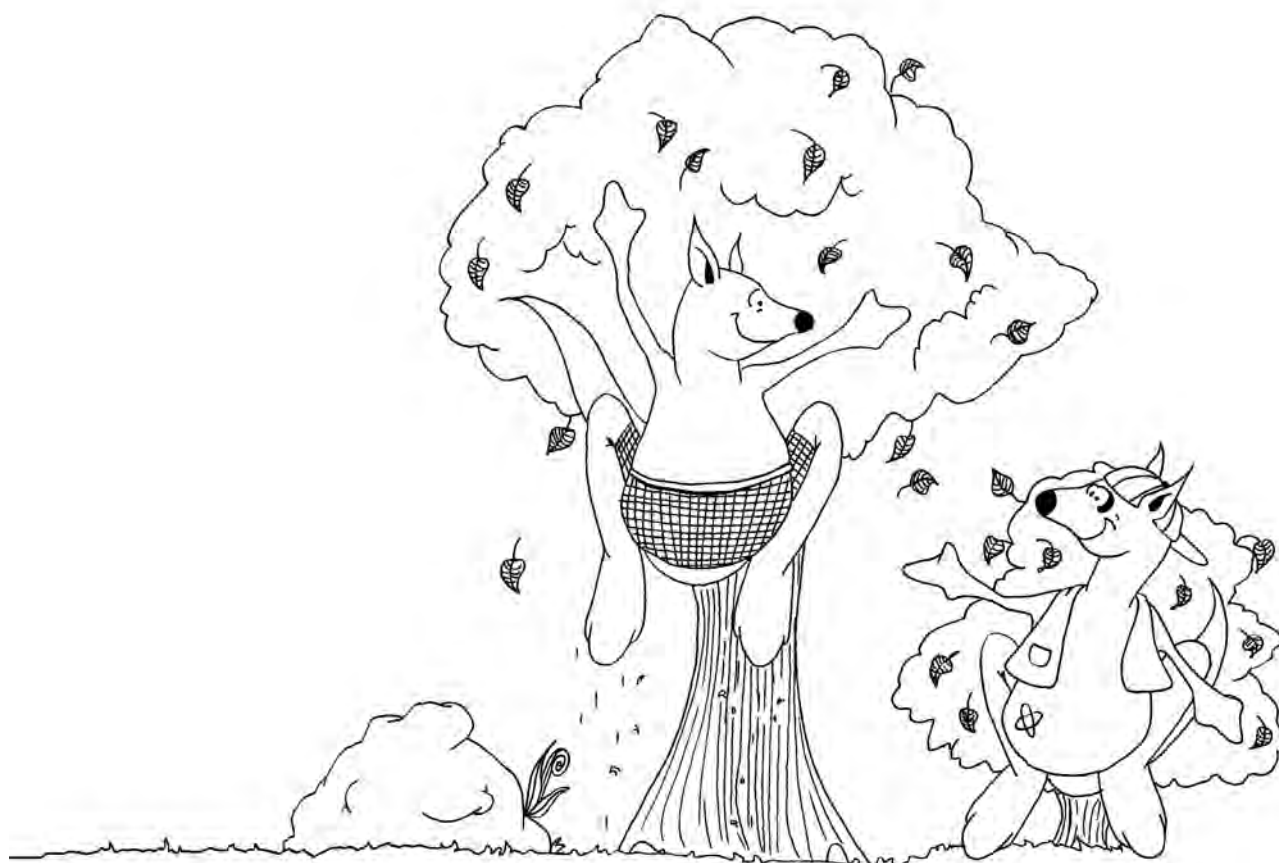
Un alumno es un niño, pero un niño no necesariamente es un alumno, ya sea a causa de falta de motivación, de preocupaciones psicológicas o de dificultades en el aprendizaje. Ser alumno, es decir, estar atento, ser estudioso,

perseverante e integrar un aprendizaje determinado por los programas escolares, es un papel impuesto por el sistema escolar. Este nuevo acercamiento tiene la ventaja de reunir al alumno con su verdadera naturaleza. Si el niño se reconoce y se siente reconocido en su valor intrínseco, se siente respetado en su ser. Entonces, estará mucho más motivado para representar el papel de alumno.

Aun siendo sistemático en su acercamiento, el proyecto «Construir la autoestima en primaria» es muy respetuoso con los niños, nuestro tesoro colectivo. Para terminar, quiero dejar constancia de toda mi estimación y mi admiración hacia sus autores.



Germain Duclos



INTRODUCCIÓN



«CONSTRUIR LA AUTOESTIMA EN PRIMARIA»

«Construir la autoestima en primaria» es una colección pedagógica que pretende ser un material de utilidad al servicio del desarrollo de la autoestima. Los contenidos que se proponen están inspirados, principalmente, en los trabajos realizados por un equipo de investigación del Hôpital Sainte-Justine compuesto por Germain Duclos, Danielle Laporte, Jacques Ross y Lise Sévingny, así como por el modelo descrito en la obra *Building self-esteem (Cómo desarrollar la autoestima)* de Robert W. Reasonner.

Nuestro proyecto, que empezó en 1992, es el resultado de investigaciones, experimentaciones y esfuerzos realizados conjuntamente con varios interventores: alumnos, profesores, ortopedagogos, educadores especializados, psicólogos, directores de escuela, consejeros pedagógicos y especialistas en simbología y en ética.

El proyecto está dirigido a alumnos de primaria. La temática que se trata en cada uno de los ciclos hace referencia a los cuatro componentes de la autoestima: el sentimiento de confianza, el conocimiento de uno mismo, el sentimiento de pertenencia y el sentimiento de competencia (tanto escolar como social).

OBJETIVO DEL PROYECTO

El proyecto pretende crear un movimiento interior que permita al alumno estar disponible y motivado para aprender.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

Al inicio, se conduce al alumno a desarrollar un sentimiento de confianza, elemento

previo fundamental para el desarrollo de la autoestima. Después, y de forma gradual, el alumno desarrolla su identidad personal, se socializa y es capaz de vivir relaciones interpersonales armoniosas. Finalmente, desarrolla un sentimiento de competencia. Gracias a este proceso, es capaz de participar activamente y de colaborar con sus compañeros.

PROCESOS

En el primer ciclo, el alumno aprende a *tener confianza en sí mismo, a conocerse y a construir un concepto de sí mismo positivo que constituirá la base de su identidad.*

En el segundo ciclo, aprende a *reconocer su propio valor como miembro de un grupo y como estudiante.*

En el tercer ciclo, aprende a *afirmarse positivamente en un grupo.*

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS

Primer ciclo

- 1: De la seguridad a la confianza
- 2: Del conocimiento de uno mismo a la identidad

Segundo ciclo

- 1: Vivir un sentimiento de pertenencia a un grupo
- 2: Vivir un sentimiento de competencia escolar

Tercer ciclo

- 1: Vivir un sentimiento de competencia social
- 2: La autoafirmación



COMPONENTES DEL MATERIAL

Sección 1: Una historia que contar

Cada historia de la serie es una mina a explotar. Cada una contiene una clave para construir la autoestima y explica el camino que sigue el personaje en su proceso de transformación.

PRIMER CICLO



De la seguridad a la confianza

Con Yuri, el niño se adentra en un proceso que lo lleva progresivamente a tener confianza en sí mismo y a alejarse, poco a poco, de las personas que tienen importancia para él. Aprende que este distanciamiento le permite «atreverse» y vivir experiencias esenciales para su crecimiento.



Del conocimiento de uno mismo a la identidad

Con Pristi, el niño aprende la importancia de conocer sus propias fuerzas y sus límites y a construir un concepto de sí mismo que constituirá la base de su identidad y de su deseo de autorrealizarse.

SEGUNDO CICLO



Vivir un sentimiento de pertenencia a un grupo

Con Lico, el niño descubre qué condiciones favorecen su integración en un grupo. Aprende a reconocer qué aporta al grupo (ideas, valores, competencias, etc.) y qué le aporta el grupo a él. Toma conciencia de la importancia de satisfacer su necesidad de pertenencia.



Vivir un sentimiento de competencia escolar

Con Ingeniosa y compañía, el niño toma conciencia de la importancia de reconocer sus intereses, sus capacidades y sus límites como aprendiz. Descubre que el éxito se

consigue utilizando una serie de estrategias eficaces. Comprende que la determinación es esencial a la hora de conseguir sus objetivos.

TERCER CICLO



Vivir un sentimiento de competencia social

Con Questi, el niño aprende a reconocer su propio valor como miembro del grupo. Aprende que dos condiciones esenciales para sentirse competente en un grupo son: poner sus habilidades al servicio del colectivo y saber manejar las dificultades que perjudican el funcionamiento del grupo.



La autoafirmación

Con Valériane, el niño toma conciencia del poder de la palabra en su bienestar o malestar interior. Aprende a modificar su lenguaje interior a fin de aumentar la autoestima y la autoafirmación.

A través de la imaginación y del símbolo, se puede impactar el interior del niño y se le conduce a descubrir puntos de vista inexplorados. Como el símbolo es universal, impacta directamente en el niño. El discurso le sirve de guía en un bosque de términos que pueden captar tanto su consciente como su inconsciente y le proporciona palabras para describir su realidad.

ESTRUCTURA DE LAS HISTORIAS

En primer lugar, se describe una **situación problemática** de forma objetiva. Sólo se describen los hechos. Se describe la realidad sin emitir juicios para evitar que el lector se sienta mal y se adentre en un estado depresivo, hecho que impediría cualquier cambio.

Seguidamente, se proponen una serie de **estrategias** que respetan el procedimiento que debe seguir la persona para que se produzca un cambio interior: toma de conciencia, exploración de diferentes soluciones, toma de decisión y acción. Estas estrategias crean un

deseo de cambio en el niño. El texto le permite identificarse con el personaje de la historia, vivir el mismo proceso y sus mismas emociones y escoger una salida dependiendo de su nivel de desarrollo.

La **solución deseada** va en el mismo sentido de la vida. Permite al niño entrar en su propio interior y escoger lo que cree agradable, ese elemento que le conducirá a vivir mejor.

En el niño, este proceso favorece una toma de conciencia de sus dificultades a la vez que le sugiere, sin forzarlo, soluciones a los problemas que le preocupan. La ilustración de la nueva situación deseada le permite adquirir confianza en sí mismo y en su futuro. En una atmósfera tranquila, el niño se deja transformar sosegada y profundamente gracias al poder evocador de la historia.

FAVORECER LA ENTRADA AL MUNDO SIMBÓLICO

Al inicio de cada historia hay una pequeña fórmula de apertura que permite al niño dar el paso entre la realidad y el mundo simbólico. Así, puede entrar libremente, sin barrera alguna, en la experiencia del personaje y remover sus propias emociones. Gracias a ello, la historia es una fuente de transformación.

Al final de cada historia hay una fórmula de clausura que le permite regresar tranquilamente a la realidad.

Sección 2: Un proceso para poner en práctica

Se proporciona la información al alumno de manera que comprenda, gracias al camino seguido por el personaje, el proceso de transformación interior a seguir, así como apropiárselo e interiorizarlo. Este punto de partida permite que el mensaje del texto cobre vida. Al apropiarse de la experiencia del personaje, el alumno descubre una serie de recursos que le pueden ser útiles y que puede utilizar cuando él quiera.

Se proponen diferentes actividades que conducen al alumno a tomar conciencia de la ausencia o presencia en sí mismo del sentimiento objetivo, a comprender cómo puede

desarrollarlo o consolidarlo y a encaminarse hacia la construcción de su autoestima. Se pueden escoger diferentes estrategias; algunas (el juego, las viñetas, los carteles, la visualización, el dibujo y el bricolaje) apelan a la imaginación del alumno, a su creatividad y le permiten mantenerse en el mundo del sueño, de lo maravilloso. Otras (la discusión y la reflexión) están más dirigidas a su lógica y a sus vivencias.

PROCESO DE TRANSFORMACIÓN

El camino que debe seguir el alumno está conformado por cinco tiempos y favorece la apropiación y la integración de los conocimientos que se quieren transmitir. Se conduce al alumno a comprender qué pasa en la historia, a separar de la historia el camino seguido por el protagonista, a situarse en relación a este camino y a encontrar los medios para superarlo.

A. Comprensión de la historia

1. Anzuelo

Este anzuelo pretende ser un «espacio para la palabra» que permita que el alumno esté disponible para entrar en la historia.

2. Tiempo para la información

En esta etapa, el alumno se adentra en la experiencia del personaje y comprende qué pasa por su cabeza y su corazón.

El primer contacto del niño con la historia es muy importante: o le gusta y lo retendrá, o le aburre y lo rechazará. Por eso es necesario explicar bien la historia, poner imágenes a la anécdota y descubrir las diferentes etapas de la experiencia del personaje y los sentimientos que vive en cada episodio. Los niños no retendrán la información si ésta no contiene suficientes representaciones concretas, detalles y colores, y tampoco tendrán nada que decir al respecto ni la entenderán: la historia no cobrará vida en ellos.

3. Tiempo para la creación

En el «tiempo para la creación» se permite al alumno ilustrar qué ha retenido de la experiencia que se ha contado en la historia y contar, con sus propias palabras, los aconteci-



mientos y los sentimientos que han tenido lugar en ella.

En esta etapa, se produce una familiarización con el texto e, incluso, una búsqueda de sentido. Durante el tiempo para la creación, el niño trata el tema, habla, intercambia impresiones con el compañero, manipula, etc. Se pueden usar diferentes técnicas de expresión: dibujos, mímica, marionetas, teatro...

B. Descubrimiento del sentido

4. Tiempo para la apropiación

El tiempo para la apropiación permite al alumno «decir el significado» a partir de la información que ha recibido. Puede explicar qué quiere decir el texto o qué le ha hecho comprender a través de la experiencia del personaje.

Separar el mensaje del texto es un primer paso hacia la transformación. Separar el proceso y las estrategias de transformación de la experiencia que se ha contado en la historia favorece su comprensión y permite encontrarle una aplicación.

No se impone al alumno un significado proveniente del exterior. Se permite que reflexione, que se haga preguntas o que se haga responsable de sus palabras. Es el alumno quien debe construir el sentido, no nosotros.

C. Actualización

5. Tiempo para la interiorización

El tiempo de interiorización permite que el alumno establezca relaciones entre la experiencia que se ha contado y su vida personal. Se le anima a decir qué le incita a hacer el texto. En este momento, el alumno puede describir su nivel de motivación a la hora de usar los medios enumerados para cambiar una situación problemática.

Sección 3. Actitudes que hay que potenciar

Construir la autoestima es un proceso continuo que se integra en la formación global del alumno. Se debe alimentar este proceso a través de medios concretos y de actitudes educativas apropiadas. La guía propone poner en

marcha una serie de consejos que permiten al alumno integrar, de forma gradual, un sentimiento de confianza.

Sección 4: Anexos para fotocopiar

En el anexo se encuentra el material necesario para poner en marcha este proyecto. Hay tablas de observaciones, dibujos que ilustran cada historia, el «camino de los sentimientos», figuras para crear marionetas, el primer paso para la transformación interior y el dibujo proyectivo. Se puede reproducir todo el material.

Sección 5: Dossier «Padres»

Al final de esta obra hay un dossier «Padres» (que también se puede reproducir) cuyo objetivo es favorecer el trasvase de los conocimientos adquiridos a la vida diaria.

¿QUÉ LUGAR OCUPA LA AUTOESTIMA EN EL PROGRAMA DE FORMACIÓN DE L'ÉCOLE QUEBÉCOISE?

La misión de la escuela, eje 2: socializar para aprender a vivir mejor en grupo.

La escuela representa el papel de agente de cohesión contribuyendo a enseñar cómo vivir en grupo y desarrollando un sentimiento de pertenencia a la colectividad.¹

Vivir un sentimiento de pertenencia en su totalidad requiere un largo camino de aprendizaje de habilidades, de colaboración y de cooperación. Este aprendizaje se inscribe en un proceso continuo e integrado cuya base es la autoestima. «El niño desarrolla el sentimiento de pertenencia cuando se siente querido por los demás, es decir, cuando se le remarca que es único y que aporta una colaboración importante al conjunto del grupo».²

1. M. E. Q. *Programme de formation de l'école québécoise. Version approuvée. Éducation préscolaire. Enseignement primaire.* Québec: Direction de la formation générale des jeunes, 2001, p.3.

2. DUCLOS, Germain. *L'estime de soi, un passeport pour la vie.* Montréal: Les Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2000, p. 75. (Collection de l'Hôpital Sainte-Justine pour les parents)

Las competencias transversales de orden personal y social

Las competencias de orden personal y social están relacionadas con el desarrollo y la afirmación de la identidad personal y colectiva del alumno.

«Construir la autoestima en primaria» contribuye, de una manera muy particular, a desarrollar estas competencias. Gracias a los temas que aborda y a los proyectos que propone, el niño desarrolla su identidad personal y es capaz de vivir relaciones personales armoniosas. Aprende a:

- *conocerse*: el niño adquiere un conocimiento realista de sus sentimientos, emociones, pensamientos, capacidades físicas, intelectuales y sociales y de sus dificultades y límites;
- *reconocerse*: el niño toma conciencia de la manera en que se percibe a sí mismo y en que lo perciben los demás, se trata de una evaluación y una apreciación de su valor personal;
- *conocer y reconocer al otro*: el niño adquiere un conocimiento y una apreciación del otro en sus similitudes y sus diferencias;
- *afirmarse positivamente en un grupo*: Se enseña al niño una serie de habilidades sociales, de colaboración y de cooperación y se le enseña a ponerlas en práctica.

Dominios de formación general

En respuesta a las necesidades sociales importantes en materia de educación, existen cinco dominios de formación general que aportan los ejes para el desarrollo. En este proyecto se tienen en cuenta algunos de estos ejes: conciencia de uno mismo, conciencia del propio potencial y de los modos de actualización, expresión de las necesidades y las emociones, consecuencias de las decisiones personales, valorización de las reglas de la vida en sociedad, participación de un espíritu de cooperación y solidaridad y de cultura de la paz (resolución pacífica de conflictos).

Dominio del desarrollo personal

Las disciplinas que se agrupan en el dominio del desarrollo personal favorecen la adquisición de ciertos conocimientos comunes:

- *Acrecentar la autoestima*
- *Responsabilizarse en lo que respecta al desarrollo de todas las dimensiones del ser*
- *Sensibilizarse ante un conjunto de valores del orden de vivir en grupo*
- *Desarrollar competencias que ayuden a actuar e interactuar de una manera positiva, sana y eficaz.*⁴

Gracias a los contenidos y a los proyectos propuestos, el proyecto «Construir la autoestima en primaria» actualiza, en diferentes niveles, los conocimientos recién citados.

3. M. E. Q. *Programme de formation de l'école québécoise*. Op. Cit. P. 31

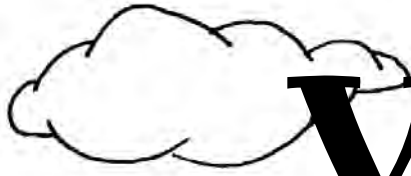
4. M. E. Q. *Ibid.* P. 253.

YURI • DE LA SEGURIDAD a LA CONFIANZA



Sección 1.
Una historia que contar

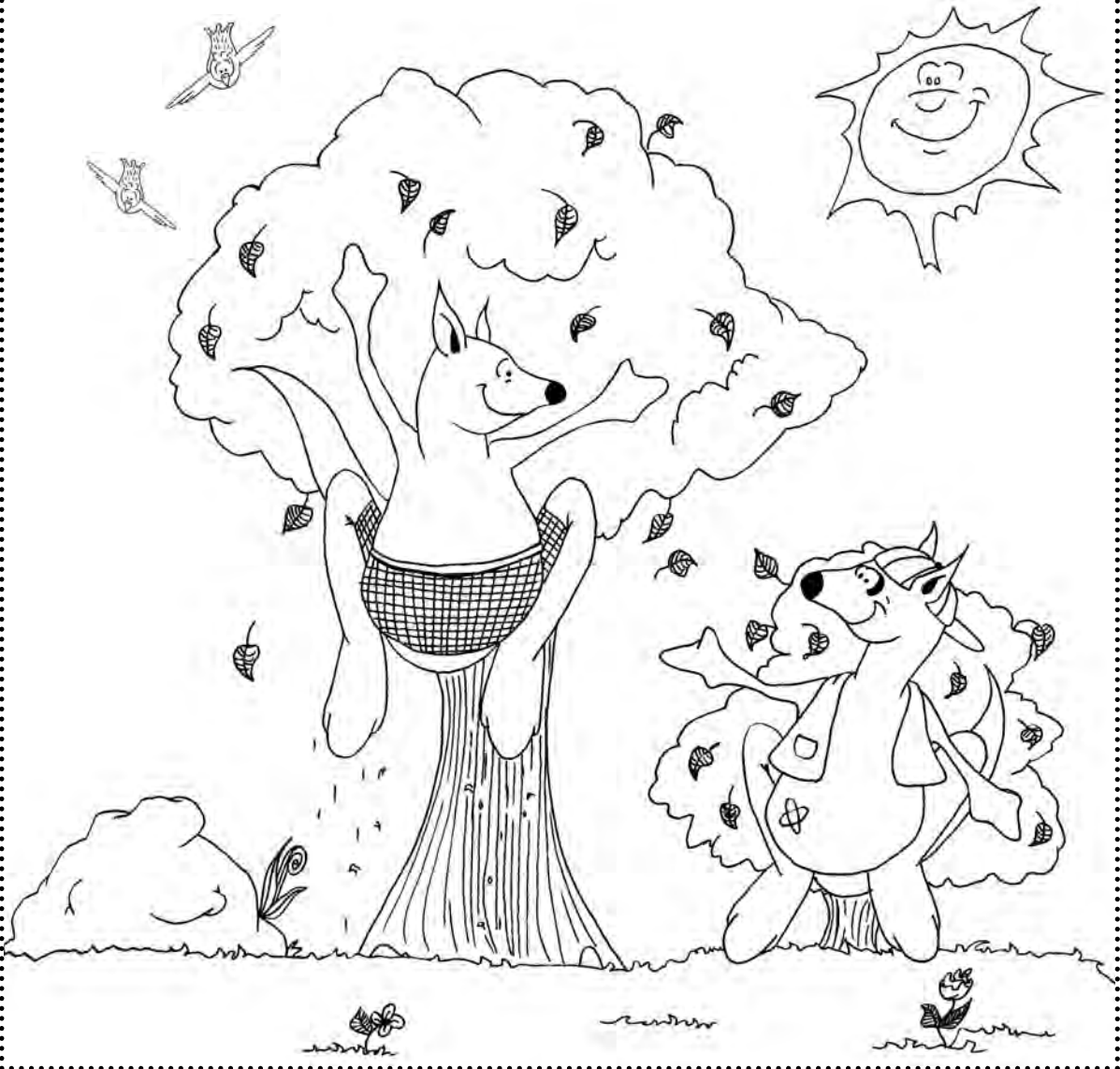


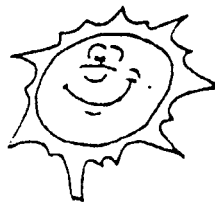


Yuri



CONFÍAR EN UNO MISMO





Fórmula de apertura

Salta, salta, salta

Como Yuri el canguro

Ve siempre más lejos

Él te enseñará el camino

Capítulo 1

Había una vez... un cangurito llamado Yuri. Nuestro amigo, que nació en Australia, se encontraba requetebién en la bolsa de Rosy, su mamá.

Acurrucado y calentito en su refugio, se sentía seguro. Su mamá le alimentaba y le transportaba. Le protegía como a un recién nacido al que se abraza cuidadosamente. Sus padres velaban por él y hacían todo lo posible para que no pudiera pasarle nada malo.

La vida de Yuri funcionaba de manera tan precisa como la maquinaria de un reloj. Todo estaba previsto: la hora de levantarse, de acostarse, de las comidas, de los juegos y de las salidas. También sabía lo que sus padres aceptaban y lo que no. No había ningún imprevisto que pudiera alterar su tranquilidad.

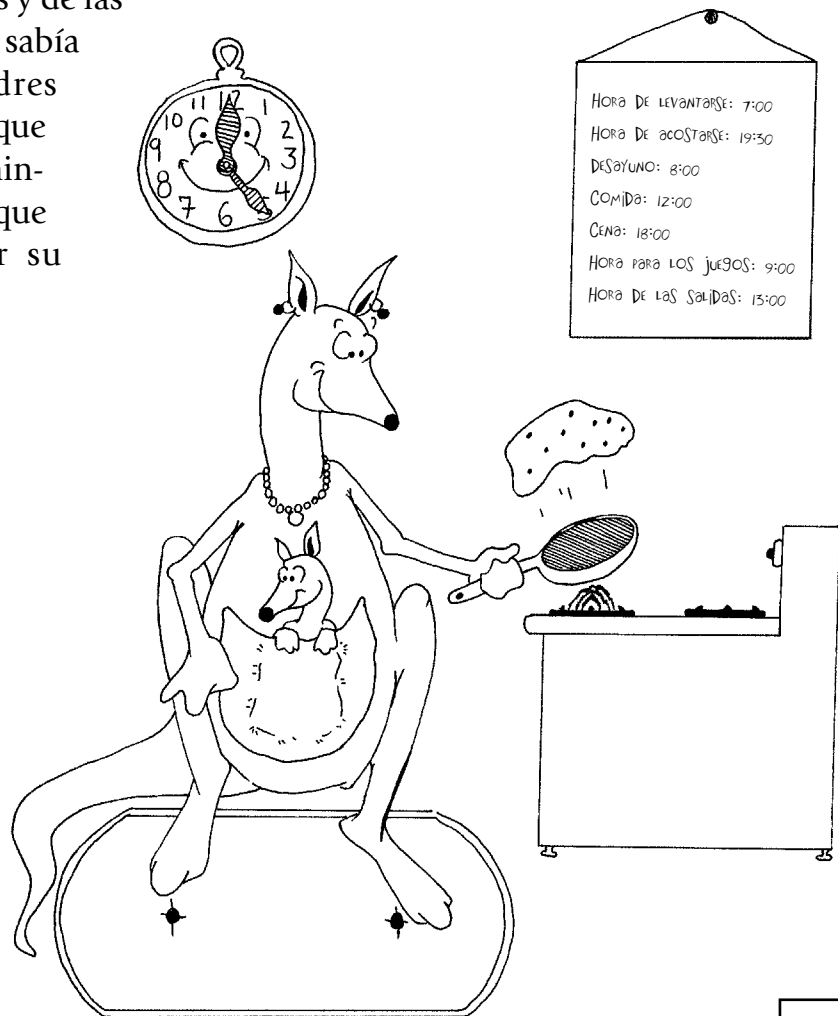


Fig. 1

No muy lejos de allí, había un canguro llamado Inqui que, de tanto en tanto, salía solo. A la vez que se divertía, exploraba y hacía todo tipo de descubrimientos. Corría y saltaba bajo los rayos del sol y probaba frutos salvajes. Se paraba para respirar el dulce perfume de las flores y para escuchar el canto de los pájaros. Le gustaba sentir el calor húmedo de la tierra bajo sus pies.

Había veces que también tenía miedo. ¡Un día se encontró con una serpiente enorme! Otro día, una mamá koala que protegía a sus pequeños lo echó sin más. Para salvarse, se tiró sobre las rocas puntiagudas y cayó boca abajo en el arroyo y mientras caía, ¡caramba!, se hizo un corte en el morro.

A pesar de estos accidentes, no paraba de saltar fuera de casa durante muchas horas al día. Siempre que volvía, su madre, Sandra, lo acogía con los brazos abiertos. Siempre estaba deseosa de escuchar a Inqui contar sus proezas.

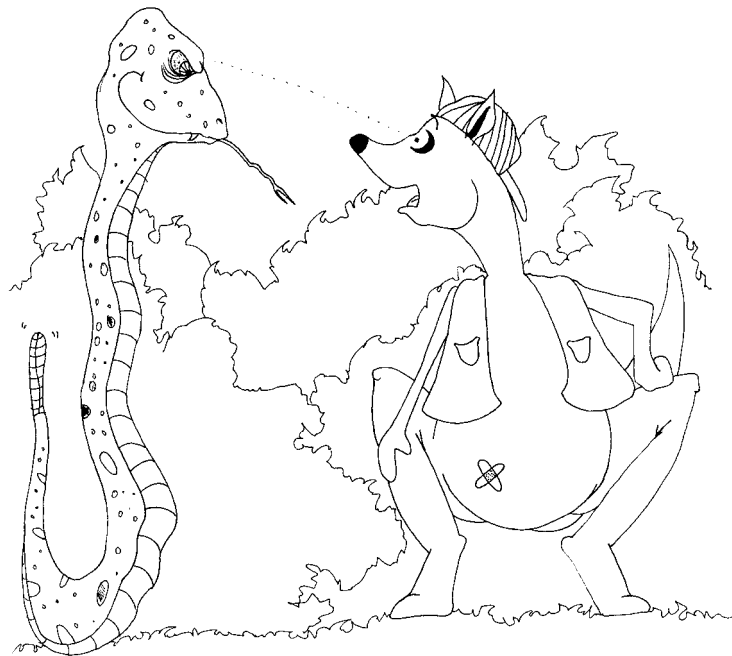
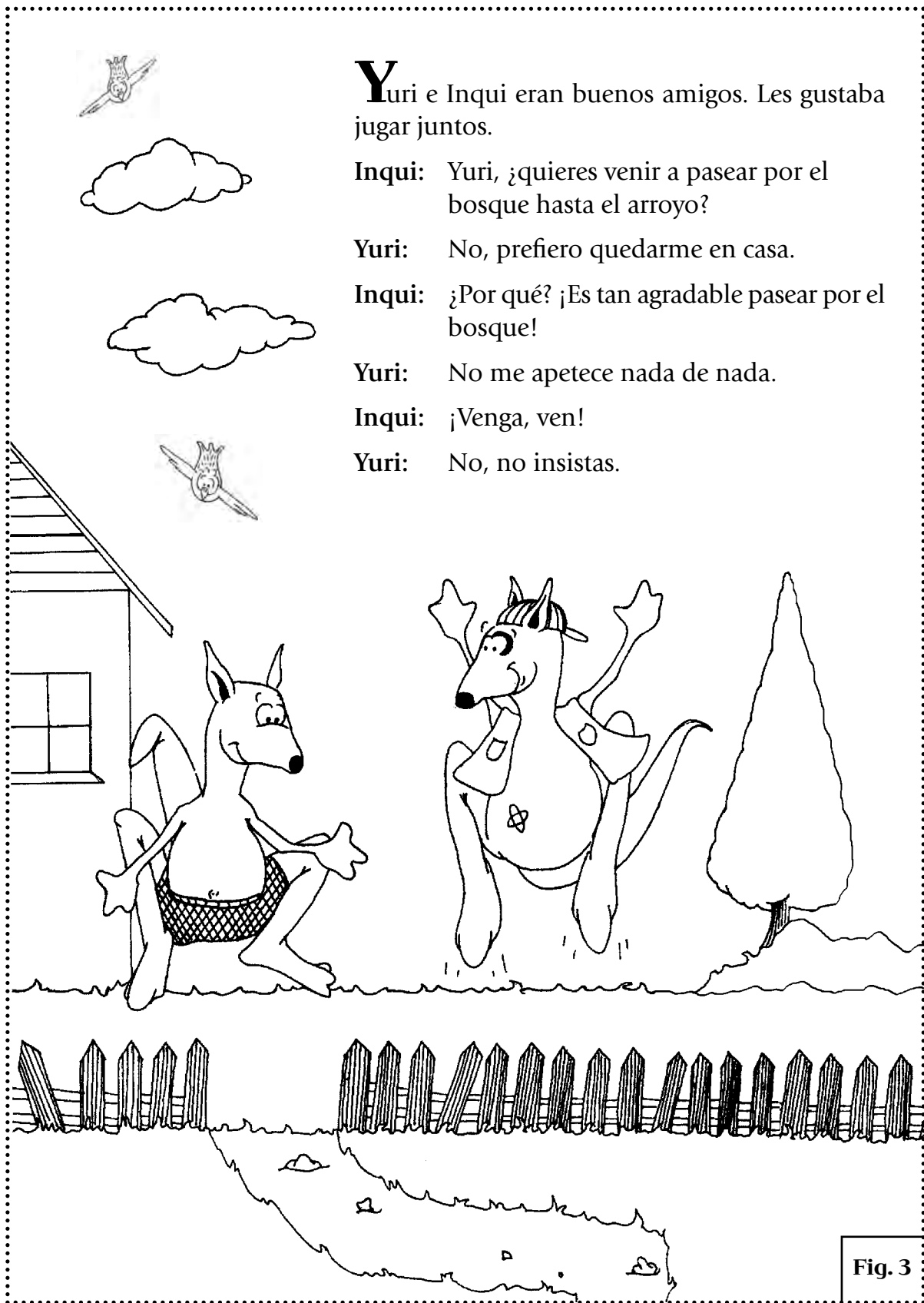


Fig. 2



Yuri e Inqui eran buenos amigos. Les gustaba jugar juntos.

Inqui: Yuri, ¿quieres venir a pasear por el bosque hasta el arroyo?

Yuri: No, prefiero quedarme en casa.

Inqui: ¿Por qué? ¡Es tan agradable pasear por el bosque!

Yuri: No me apetece nada de nada.

Inqui: ¡Venga, ven!

Yuri: No, no insistas.

Fig. 3

Muchas veces, Yuri e Inqui preguntaban a sus madres, Rosa y Sandra, si podían subir en su bolsa para dar un bonito paseo. A los dos canguritos les gustaba la sensación de mareo de los saltos de varios metros de largo. ¡Tenían la impresión de volar! Cada salto los sacudía de una manera divertida. ¡Era tan agradable! ¡Era tan divertido! Entonces, Yuri e Inqui se echaban a reír y decían: ¡Más, más!

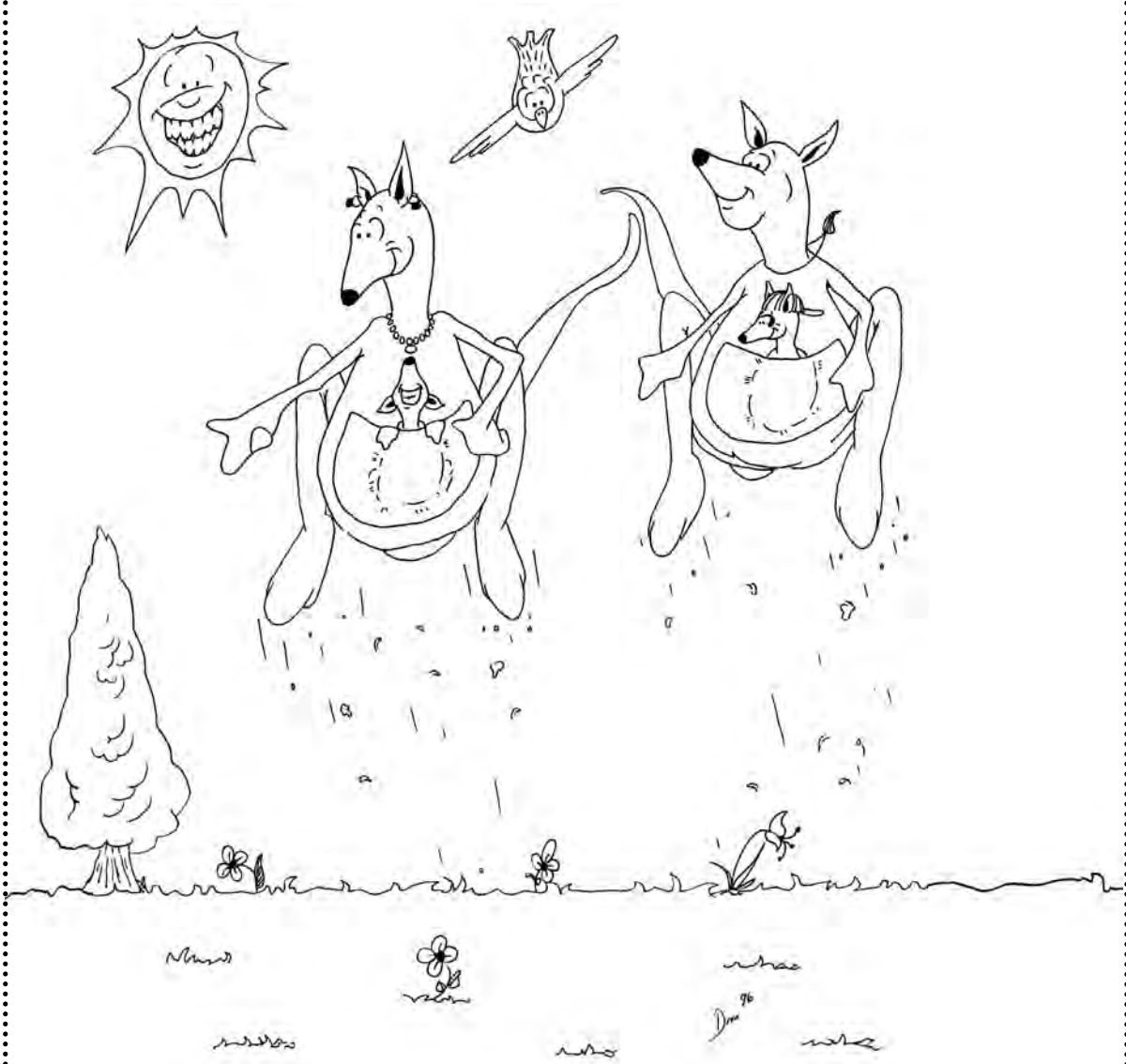


Fig. 4

AInqui le gustaba, cada vez más, salir sin su madre. Sin embargo, ¡le hubiera gustado compartir sus juegos con Yuri! Cada vez que le invitaba, Yuri lo rechazaba. Inqui tuvo que resignarse a buscar otros compañeros.

Entonces, un día... Inqui volvió a invitar a Yuri a jugar con él cerca del arroyo. Yuri volvió a rechazar la propuesta.

Inqui se fue...

Entonces, Yuri miró a su madre y se sintió muy solo.

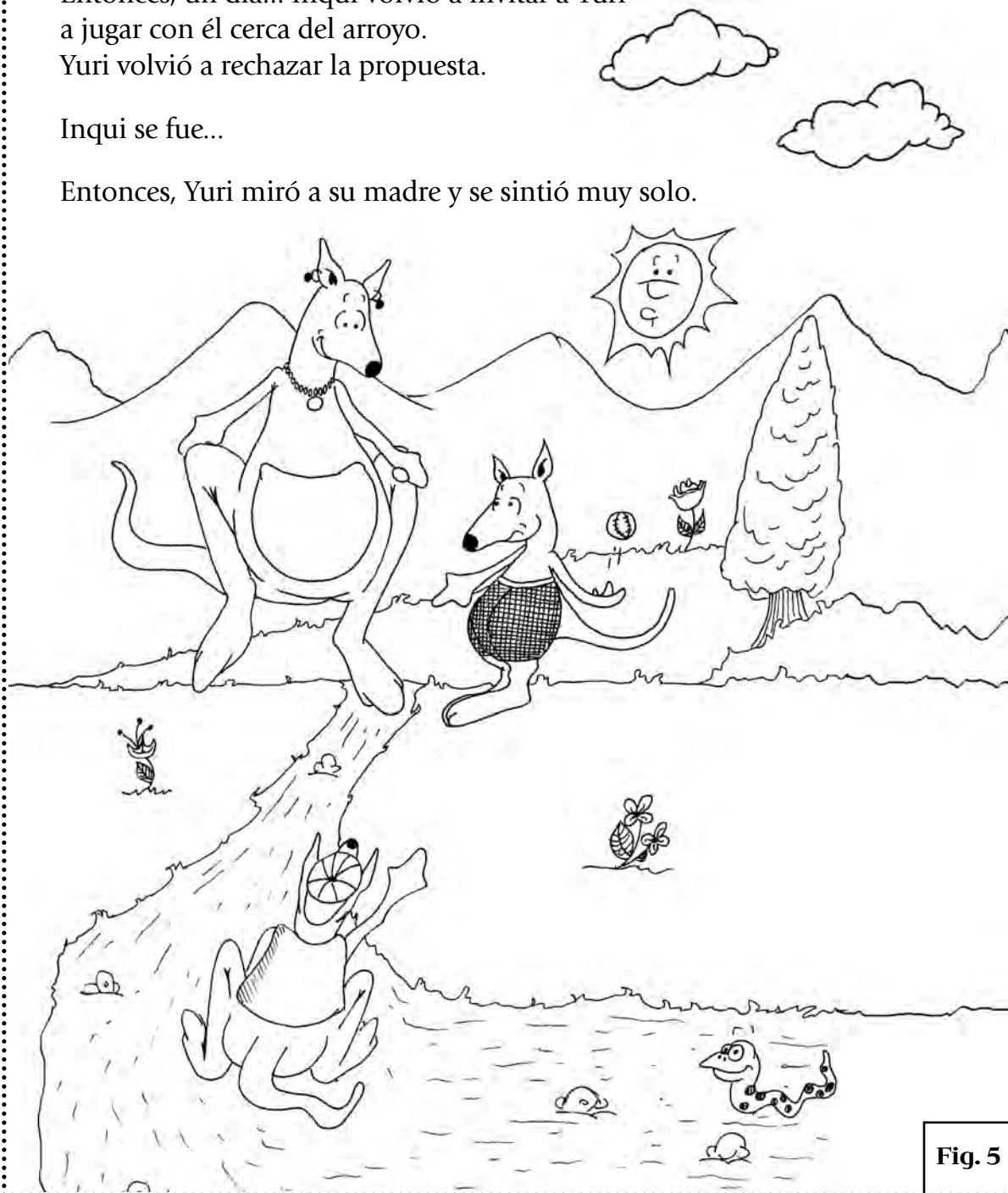


Fig. 5

Capítulo 2

Normalmente, no pasaba nada en este rincón apartado del bosque hasta que, un día, se oyó hablar de una feria que tendría lugar en el pueblo. Todos los canguritos quedaron en ir.

Habría circo, atracciones, juegos, concursos y premios. Habría música y colores que embellecerían la fiesta. ¡Sonaba tan interesante! ¡Realmente era algo a lo que no podías faltar!



Fig. 6

YURI • DE LA SEGURIDAD a LA CONFIANZA



Sección 2.
Un proceso para poner en práctica



PASOS QUE HAY QUE SEGUIR PARA CONSEGUIR QUE EL ALUMNO CONFÍE EN SÍ MISMO

A continuación se proponen seis sesiones para que, gracias al camino seguido por Yuri, el alumno llegue a comprender su proceso de transformación interior, y, así, pueda apropiárselo e interiorizarlo. Este procedimiento permite que el mensaje del texto cobre vida. Una vez el alumno se haya apropiado de la experiencia de Yuri, una experiencia agradable, descubrirá unas estrategias que le pueden ser útiles y, de esta manera, querrá recurrir a ellas.

El profesor o profesora decidirá el tiempo necesario para cada sesión. Esta persona debe tener en cuenta la dinámica de grupo. Hay algunas sesiones que pueden realizarse a la vez, dependiendo del tiempo disponible y de la motivación de los alumnos para aprender.

El proceso paso a paso

ANZUELO:

El alumno se pone en situación.

INFORMACIÓN:

Descubre qué pasa en el corazón de Yuri.

CREACIÓN:

El alumno explica con gestos e imágenes la experiencia de Yuri, teniendo en cuenta los elementos clave de la historia.

APROPIACIÓN:

A partir de la experiencia de Yuri, el niño extrae el proceso de transformación interior que le llevará a desarrollar un sentimiento de autoconfianza.

INTEGRACIÓN:

Establece una serie de relaciones entre el proceso seguido por Yuri y su vida personal.



SESIÓN 1



ANZUELO:

El alumno se pone en situación.

INFORMACIÓN:

El alumno se sumerge en la experiencia de Yuri.



Material necesario

- Historia de Yuri
- Folio en blanco para dibujar de formato 10cm x 15cm. Uno por alumno
- Tabla de observaciones 1 (ver anexo 1, p. 63)

ANZUELO

Explicar una experiencia propia

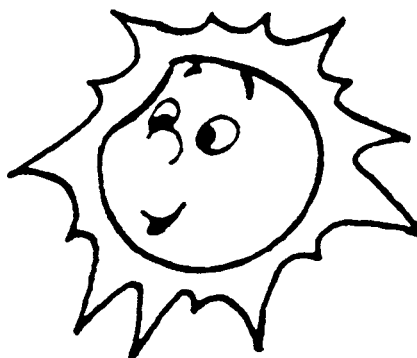
1. Hacer referencia a un acontecimiento susceptible de ser la fuente de un sentimiento de inquietud (fin de año, defunciones, separaciones...). Invitar al alumno a explicar una situación donde haya pasado miedo.
2. Realizar el siguiente cuestionario. Intentar que el alumno responda con sinceridad:
 - ¿Alguna vez has tenido miedo de separarte de tu madre?
 - ¿Por qué tenías miedo?
 - ¿Qué hiciste?
 - ¿Es normal tener miedo?
 - ¿Qué quiere decir «tener confianza»?
 - ¿Sabes qué pasa cuando una persona no tiene confianza?
 - Etc.

Nota: Comprobar el comportamiento de los alumnos. Un movimiento constante en los alumnos puede indicar falta de confianza.

Conocer el proyecto

3. Explicar al alumno que se le va a contar la historia de Yuri, un cangurito que también ha pasado miedo. Esta historia le permitirá descubrir cómo Yuri ha ido adquiriendo una mayor autoconfianza y cómo es posible para un niño de su edad superar los miedos.
4. Invitar al alumno a decir qué sabe sobre canguros y a imaginar a Yuri en su cabeza: como es de grande, de qué color es...

Nota: Este primer paso en la imaginación del niño le ayudará a construir su propio Yuri, a construir al «héroe» en su interior.



INFORMACIÓN

Recomendaciones para crear una atmósfera adecuada para una buena escucha de la historia:

- ✓ Preparar un «rincón de Yuri»; es decir, una mesita, un mantel, un canguro de peluche, velas...
- ✓ Poner una melodía tranquila entre el anzuelo y el cuento de manera que haya un breve espacio de tiempo entre las dos partes.

Acomodar a los alumnos. No se trata de crear una situación nueva; por ejemplo, si los alumnos no están acostumbrados a sentarse en colchonetas para oír cuentos, es mejor no seguir esta estrategia.

El profesor debe jugar el papel de narrador; tiene que ponerse cómodo a fin de sentirse bien.

1. Pedir a los alumnos que escuchen: «Os voy a contar la historia de Yuri. No os voy a enseñar dibujos. Dejad ir vuestra imaginación.» Continuar con: «Yuri es un canguro que tiene miedo de salir sin su mamá. Yuri tiene un amigo que se llama Inqui. A diferencia de Yuri, a Inqui sí le gusta salir y explorar situaciones nuevas sin su mamá. Un día Inqui invita a Yuri a salir los dos solos. ¿Qué hará Yuri? ¿Creéis que aceptará la invitación de Inqui? Escuchad bien lo que pasará. Cuando acabe la historia os pediré que me expliquéis qué os ha gustado más de la experiencia de Yuri.»
2. Recitar la fórmula de apertura.
3. Narrar o leer como si fuéramos un verdadero narrador para que los personajes cobren vida en la imaginación de los niños. Hacer cambios de voz, moverse. Poner énfasis en los elementos clave, hacerlos evidentes. «*Yuri nunca se ha sentido tan bien.*»

Hacer pausas para crear intriga.

Fig. 5 Hacer pausa tras «se sintió muy solo».
(p. 27)

Fig. 9 Hacer pausa tras «Se volvió a dormir».
(p. 31)

Fig. 10 Responder las siguientes preguntas:
(p. 32)

- ☛ ¿Qué crees que pasará?
- ☛ ¿Decidirá Yuri ir a la feria?

Fig. 16 Tiempo de silencio y ternura después de «un bonito refugio»
(p. 38)

4. Recitar la fórmula de clausura.
5. Repartir un folio de 10cm x 15cm. Invitar al alumno a dibujar la parte de la historia que más le haya impactado: «Has guardado en tu cabeza el momento de la historia que más te ha gustado. Manténlo en secreto y dibújamelos.» Apuntar estos datos en la Tabla de observaciones 1. Para facilitar el trabajo, pedir la ayuda de otra persona, siempre que sea posible.
6. Mientras los alumnos están dibujando, el profesor deberá acercarse a cada uno de ellos y realizar las siguientes preguntas:
 - ☛ ¿Qué te ha gustado más en la historia?
 - ☛ ¿Por qué?
7. Cada alumno debe pegar el dibujo en un lugar de fácil acceso para él: en su agenda, en su mesa, etc. Este dibujo le servirá de ayuda cuando se realicen los desafíos de «Yuri».

El momento de la historia que haya retenido y los motivos que lo han llevado a hacerlo hablan del alumno. Explican en qué situación se encuentra en relación al desarrollo de su autoconfianza.

Por ejemplo: ¿Quién elige normalmente...

✓ la figura 1?

Los niños tímidos, inmaduros o desorganizados.

✓ las figuras 8 y 9?

Los niños indecisos que siempre dudan, ya sea porque tienen que tomar una decisión o porque se enfrentan a una situación nueva.

✓ la figura 11?

Los niños que conocen los beneficios que reporta la capacidad de decisión.

✓ la figura 13?

Los niños capaces de vivir experiencias agradables con amigos o los que desean vivir experiencias agradables.

✓ la figuras 15 o 16?

Los niños maduros, seguros o que manifiestan confianza en sí mismos y en la vida.

Esta actividad, además permite obtener un primer retrato del grupo.



YURI • DE LA SEGURIDAD a LA CONFIANZA



Sección 3.
Actitudes que hay que potenciar



CONDICIONES QUE HAY QUE RESPECTAR

A. Desarrollar una relación de amistad y de complicidad

- ✓ Acoger al niño afectuosamente.
- ✓ Asegurarle un apoyo de calidad.
- ✓ Reconocer su importancia como persona.
- ✓ Prestar atención a sus necesidades.
- ✓ Respetarle, tanto con palabras, como con actitudes y comportamientos.
- ✓ Proteger sus derechos y sus sentimientos.

B. Organizar la clase de manera que el alumno se sienta seguro

- ✓ Asegurar que el alumno conozca bien el lugar donde se realice la clase, las personas, los recursos disponibles, los procedimientos a seguir, los objetivos, los valores...
- ✓ Establecer reglas de vida precisas y realistas.
- ✓ Aplicar las reglas establecidas de una manera congruente.
- ✓ Establecer rutinas.
- ✓ Ser fiable y predecible en el propio comportamiento.
- ✓ Asegurar el respeto hacia cada uno (respetar el nombre, los derechos...).

C. Otorgar poder al alumno en lo que se refiere a su aprendizaje

- ✓ Tener objetivos realistas.
- ✓ Enseñar estrategias.
- ✓ Proponer tareas claras y precisas.
- ✓ Otorgar derecho a cometer errores.
- ✓ Concienciar al alumno sobre sus capacidades y sus límites en tanto que aprendiz.
- ✓ Organizar una red de ayuda entre los alumnos

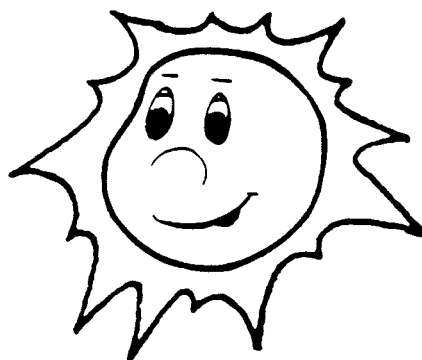
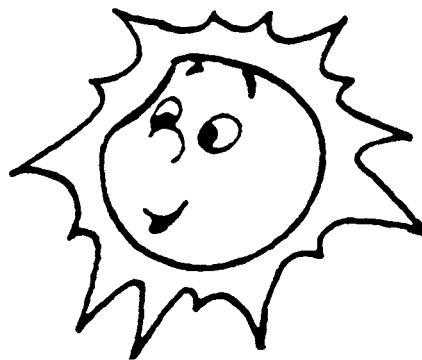
- ✓ Desarrollar el sentido de la responsabilidad.

✓ Llevar al alumno a:

- Creer en su capacidad para responder a los objetivos del profesor.
- Creer en su capacidad para resolver dificultades.
- Creer que su profesor le apoyará en todo momento.
- Tener la seguridad de que ni su profesor ni los otros alumnos herirán su amor propio (uso de palabras hirientes, burlas, respeto a las diferencias...).

D. Enseñar al alumno a ordenar sus problemas afectivos

- ✓ Permitir que el alumno exprese sus sentimientos.
- ✓ Enseñarle a dominar sus miedos, su estrés.
- ✓ Enseñarle un modo rápido para solu-



Yuri • DE LA SEGURIDAD a LA CONFIANZA



Sección 4.
Anexos para fotocopiar



ANEXO 1. TABLAS DE OBSERVACIONES



Tabla de observaciones 1

¿Qué parte de la historia ha gustado más al alumno? ¿Por qué?		
Nombre	Parte de la historia	Razón de su elección
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		



Tabla de observaciones 2

¿Qué imagen o qué figura ha escogido el alumno?	
Nombre	Nº de la figura
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	

ANEXO 2. DIBUJOS QUE ILUSTRAN CADA EPISODIO DE LA HISTORIA

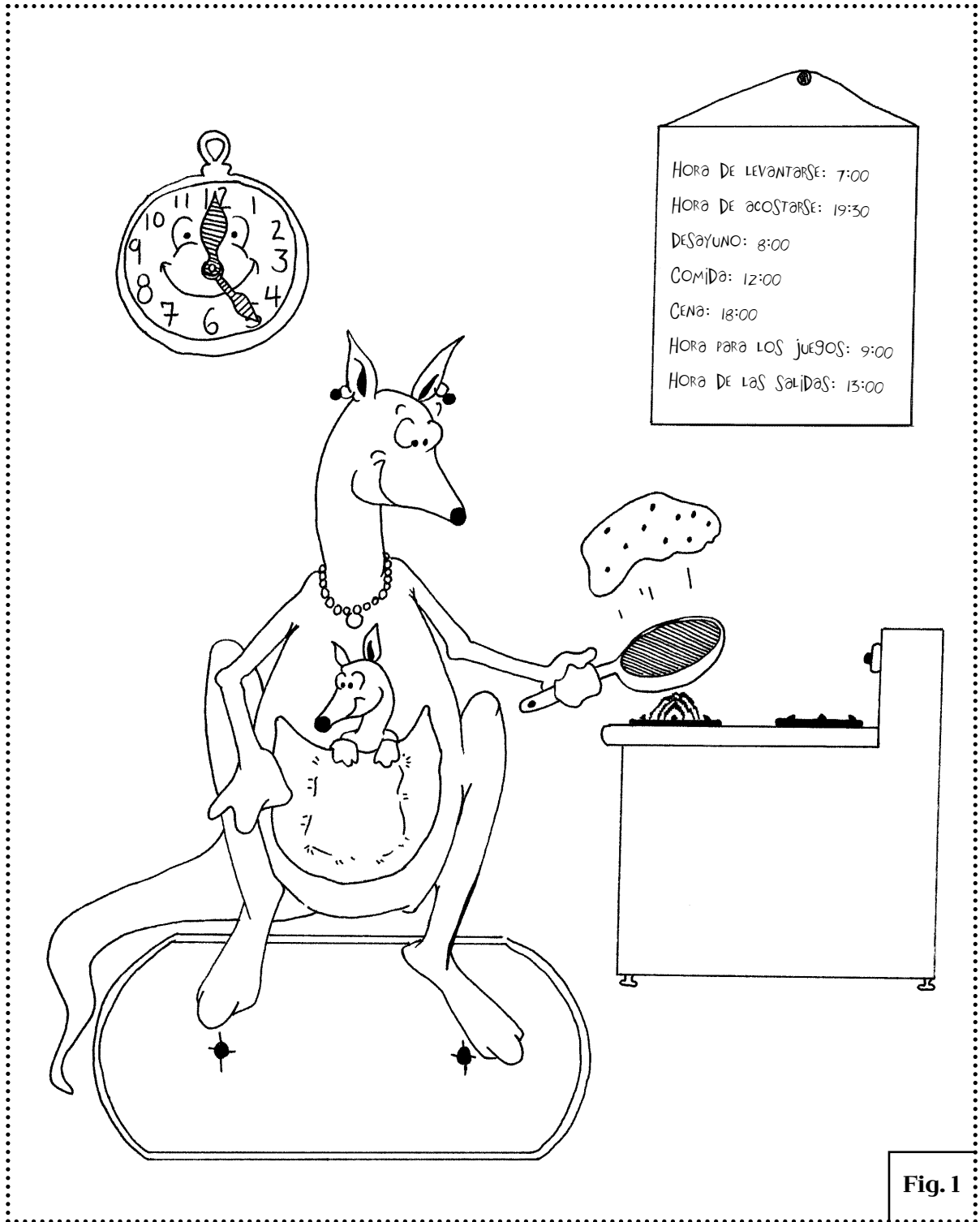


Fig. 1



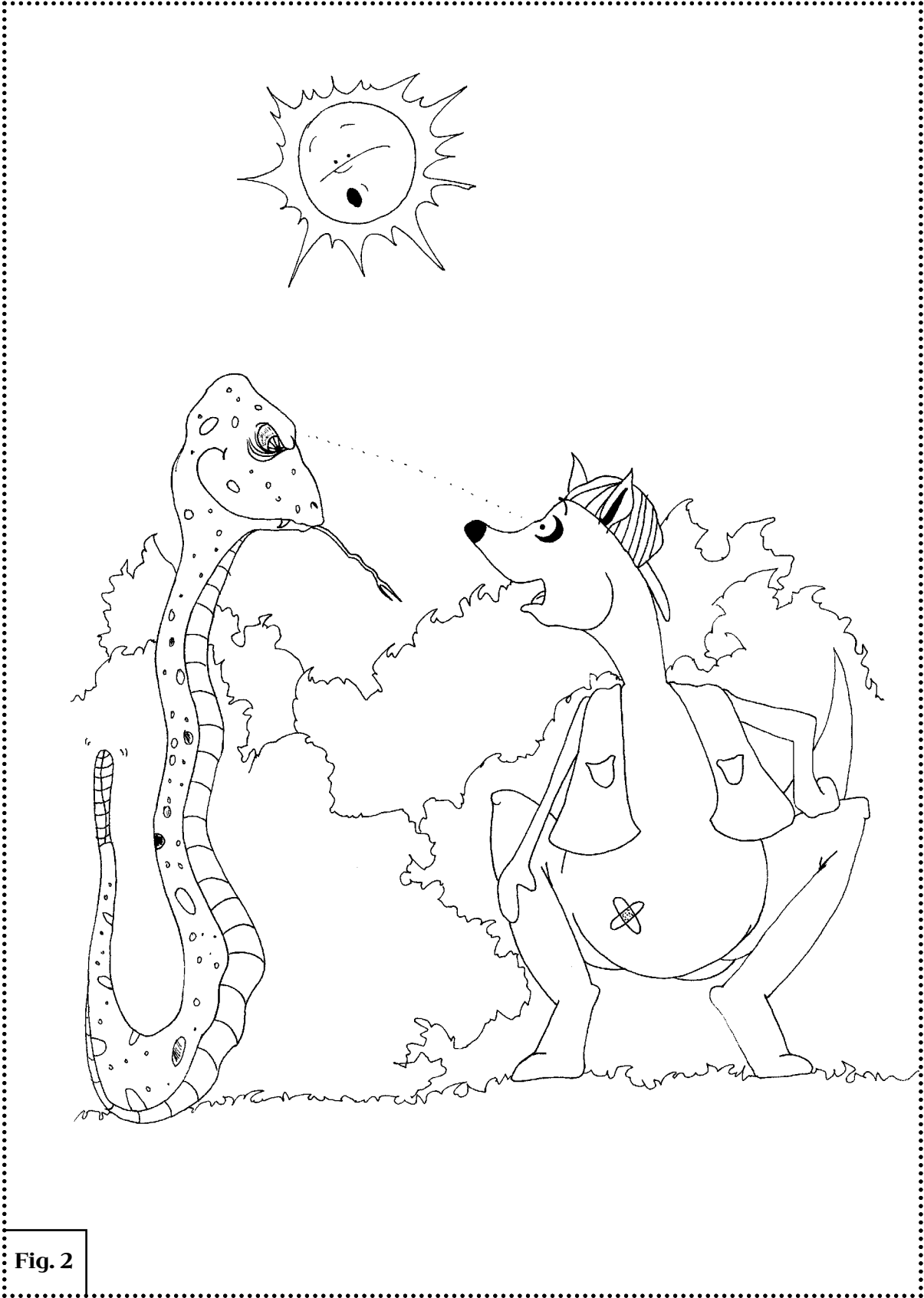


Fig. 2

ANEXO 4. FIGURAS PARA CREAR MARIONETAS

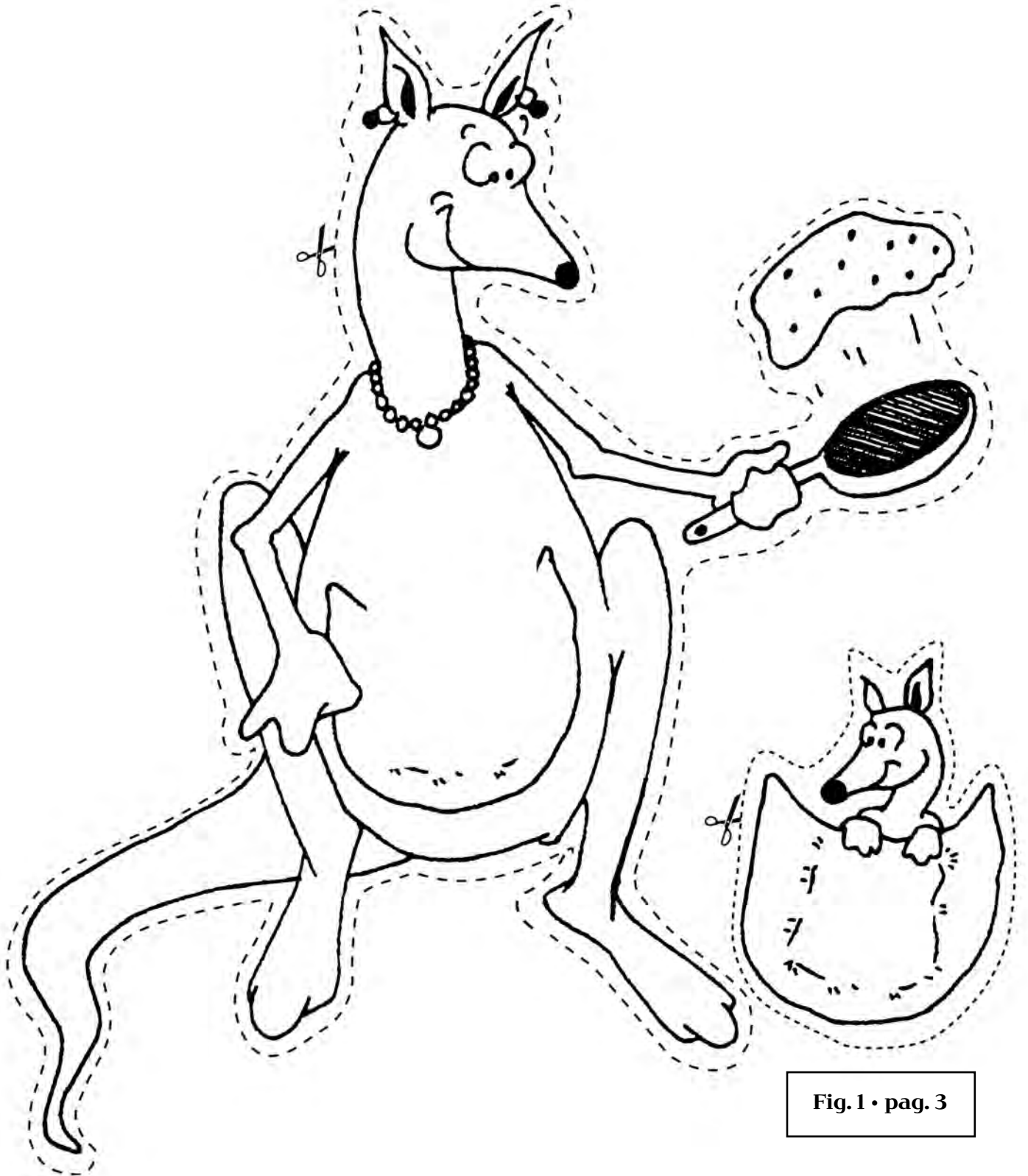


Fig.1 • pag. 3



YURI • DE LA SEGURIDAD a LA CONFIANZA



Sección 5.
Dossier «Padres»





Dossier «Padres»

Consejos para transferir lo aprendido a la vida diaria

LISTA DE DOCUMENTOS

1. Síntesis del proyecto Yuri. *De la seguridad a la confianza*

Este documento puede servir de guía para informar a los padres tanto al inicio de curso como en siguientes ocasiones.

2. Carta a los padres «De la seguridad a la confianza»

La carta debe enviarse a los padres cuando los niños inicien este proyecto.

3. Notas informativas

Hacer llegar estas notas, una por una, cuando empiece el proyecto.

- Necesidades para el desarrollo del niño
- ¿Mi hijo confía en sí mismo?
- El estrés en el niño
- Rutinas y rituales
- Las reglas de disciplina
- ¿Mi hijo puede confiar en mí?
- La responsabilidad y la confianza
- El respeto y la confianza
- Un vocabulario para desarrollar, actitudes que adoptar



Síntesis del proyecto

YURI

DE LA SEGURIDAD A LA CONFIANZA

Durante este curso, su hijo participará en un proyecto especial destinado a desarrollar el sentimiento de SEGURIDAD. Una vez interiorizado, este sentimiento se convierte en un sentimiento de confianza. El sentimiento de confianza es un elemento previo fundamental para el desarrollo de la autoestima. Sin este sentimiento, es imposible vivir experiencias significativas ni aprender.

Material utilizado

Para poder interiorizar el sentimiento de seguridad, el niño tendrá que recorrer un camino a partir de un personaje y una historia. Haremos que comprenda, se apropie e interiorice qué pasa en el corazón y en la cabeza del personaje gracias a una serie de actividades concretas descritas en esta obra.

Gracias a Yuri, el niño recorre un camino interior que le conduce a sentirse más seguro, y, poco a poco, a tener más confianza.

La historia

Yuri, un cangurito, vive seguro, acurrucado y calentito en la bolsa ventral de Rosy, su madre. Sus padres le proporcionan una vida estable y velan por él. Yuri se siente muy bien. Sabe que no le puede pasar nada malo.

Cuando su amigo Inqui le invita a jugar con él en el bosque, Yuri no quiere. No se siente suficientemente capaz de abandonar la seguridad que le procura la agradable presencia de su madre como para experimentar la inseguridad de una experiencia nueva sin ella.

Inqui vuelve a invitar a Yuri en diferentes ocasiones. Gracias a las intervenciones de su amigo y al diálogo entre los dos canguritos, se produce una transformación en Yuri: hay un desequilibrio (por qué no me decido) seguido de un fuerte deseo de vivir una experiencia nueva (ir a la feria).

Su padre le anima y su madre le da seguridad, así que, finalmente, Yuri decide salir sin ella. Va a la feria con Inqui y vive una experiencia nueva «controlada» (hay guardias en el par-

(...)