



UNIVERSIDAD POLITECNICA SALESIANA SEDE GUAYAQUIL

CARRERA DE PSICOLOGIA

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS

TITULO:

FOMENTAR LA AUTOVALORACIÓN EN ESTUDIANTES DE QUINTO

EGB DEL COLEGIO PARTICULAR GUAYAQUIL

Trabajo de titulación previo a la obtención
del Título de **Licenciada en Psicología**

AUTORA:

JULIETH DEL PILAR MORALES LÓPEZ

TUTORA

PSC. CUBERO LIBERIO BELINDA DEL ROCÍO, MSC

Guayaquil-Ecuador

2025

II. Certificado de responsabilidad y autoría del trabajo de titulación

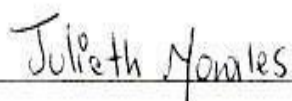
CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Julieth Del Pilar Morales López** con documento de identificación N° 0963669643 manifiesto que;

Soy la autora y responsable del siguiente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



Julieth Del Pilar Morales López

III. Certificado de cesión de derechos de autor del trabajo de titulación a la Universidad Politécnica Salesiana

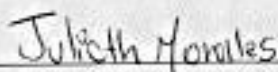
CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Yo, **Julieth Del Pilar Morales López** con documento de identificación N° **0963669643**, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la **Universidad Politécnica Salesiana** la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora de la **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención: "Fomentar la autovaloración en estudiantes de quinto EGB del colegio particular guayaquil "**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: **Licenciada en Psicología**, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



Julieth Del Pilar Morales López

0963669643

IV. Certificado de Dirección del Trabajo de Titulación

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Belinda Del Rocío Cubero Liberio**, con documento de identificación N° **1202316905** docente de la **Universidad Politécnica Salesiana**, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación:

FOMENTAR LA AUTOVALORACIÓN EN ESTUDIANTES DE QUINTO EGB DEL COLEGIO PARTICULAR GUAYAQUIL, realizado por **Julieth Del Pilar Morales López**, con documento de identificación N° **0963669643**, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención** que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,


Psc. **Belinda Del Rocío Cubero Liberio**, MSc

1202316905

IV. Dedicatoria

Dedico este trabajo primeramente a Dios por derramar sus bendiciones sobre mí y llenarme de su fuerza para vencer todos los obstáculos desde el principio de mi vida a mi madre por todo el esfuerzo y sacrificio, para brindarme todo el amor, la comprensión, el apoyo incondicional y la confianza cada momento de mi vida, y sobre todo en mis estudios universitarios. A mi padre, por su apoyo incondicional y por creer en mí incluso cuando dudaba. Gracias por ser mi roca y por enseñarme a nunca rendirme. A mi hermana Daniela Alejandra, mi compañera de vida, mi cómplice y mi amiga. Gracias por tu paciencia, tu cariño y por tu apoyo incondicional durante la realización de esta tesis. Tu alegría y tu energía me motivaron a seguir adelante.

A mi abuela [María del Pilar], cuyo recuerdo vive en cada uno de mis logros, y a mi tía [Rubby), por ser mi cómplice y animarme siempre a seguir adelante. Gracias por ser mi familia y mi inspiración. Agradezco todos los esfuerzos que siempre hacen por mí, lo valoro y aprecio mucho; a pesar de la distancia tenemos un buen lazo que no es fácil de romper, gracias por su amor, risas, consejos.

Con amor y cariño.....

Julieth Del Pilar Morales López

V. Agradecimiento

Agradezco a la Universidad Politécnica Salesiana (UPS) por su entrega con los estudiantes, me llevo mis mejores años en el proceso de mi formación, quedando muy agradecida con mis docentes por todo lo aprendido. También agradezco a pastoral por brindarme apoyo y motivación para aprender mucho más allá que la bondad.

A mi tutora Belinda Del Rocío Cubero, por guiarme en el trabajo y por tenerme mucha paciencia, la aprecio y quiero muchísimo.

Gracias a mis grandes amigos por todo lo vivido siempre. A mis amigos del Colegio gracias por el apoyo incondicional.

Gracias a mi amiga (Abby López) por ser una buena compañía siempre, por el apoyo, cariño, comprensión por ayudarme siempre te agradezco por todo.

A mis amigos que hice en 4to semestre gracias por ayudarme, hubo altas y bajas, pero siempre juntos, por las risas, lagrimas, salidas, aventuras etc., gracias por sus enseñanzas mis amores y por el cariño...los llevare siempre en el corazón; gracias por el apoyo en las tareas, exposiciones.

Gracias Scarleth, Alejandra, Milena, Brigitte, Daniela, Andrea C, Andrea G,
Ana, Noemí, Paula, Nayeli y Anthony.

Gracias a cada profesor por la enseñanza, por su cariño y por todo lo vivido durante todo este tiempo de sabiduría y conocimientos.

Agradezco a mis amigos de la carrera de Ingeniería Ambiental por el aprendizaje conjunto y por los momentos inolvidables que hemos vivido. Su amistad ha sido un pilar fundamental en mi formación. Gracias al profesor (Virgilio Ordoñez), (Marcelo Berrones) y (Carmen Palacios) por sus consejos y motivación.

Una dedicatoria también a la memoria de aquellos amigos, cuyo brillo en la vida se apagó (Lesly, Vicente, Daniel, Doménica y Amanda).; mis compañeros de aventuras y sueños. Su recuerdo vive en cada página de este trabajo, recordándome la importancia de la amistad verdadera.

Con cariño....

Julieth Del Pilar Morales López

VII. Resumen

Esta sistematización resalta lo importante que es ayudar a los niños de Quinto de Educación Básica de una Unidad Educativa Particular de Guayaquil a valorar más sus capacidades. Señala que tener una buena autovaloración es fundamental para que crezcan como personas y también para que les vaya bien en la escuela. Cuando los alumnos se valoran de forma adecuada, suelen sentirse más seguros, tranquilos y rinden mejor en sus estudios. Por el contrario, si no tienen una buena autovaloración, pueden experimentar dudas, desánimo y problemas para organizarse y comprometerse con sus tareas.

La autovaloración se aumenta progresivamente a medida que avanzamos en las distintas etapas de la vida, se fortalece con el paso del tiempo gracias a nuestras vivencias, las relaciones que cultivamos y el desarrollo personal que experimentamos. Desde la infancia, empezamos a construir una percepción de quiénes somos, fundamentada en nuestras capacidades, logros, vínculos afectivos y la forma en que los demás nos ven. Con el paso del tiempo, esa percepción se transforma y se enriquece, guiada por las experiencias vividas y el contexto en el que crecemos, aprendemos y nos relacionamos con los demás.

Las observaciones hechas en las prácticas preprofesionales en el Colegio Particular Guayaquil indican que los alumnos de Quinto EGB se encuentran con desafíos para reconocer sus logros y manifestar sentimientos positivos hacia sí mismos, situación que se intensifica debido a la ausencia de respaldo emocional tanto en el entorno escolar como dentro del hogar.

El proyecto sugerido tiene como objetivo establecer tácticas y acciones concretas para potenciar la autovaloración en los alumnos, como talleres de

inteligencia emocional ya que eso también mejora el bienestar emocional como el interés del aprendizaje, nos deja una gran enseñanza.

Finalmente, la sistematización de esta experiencia se considera relevante no solo para el desarrollo de los estudiantes, sino también para la formación de futuros psicólogos, quienes a través de sus prácticas preprofesionales pueden aplicar conocimientos teóricos y fortalecer habilidades. Se basa en el enfoque Cognitivo-Conductual, el cual considera que los pensamientos, emociones y conductas están interrelacionados, y modificando patrones de pensamiento negativos es posible generar cambios positivos en la conducta. Desde esta perspectiva, se busca que el estudiante tome conciencia de sus propias habilidades para identificar, cuestionar y reemplazar ideas disfuncionales que afectan su autovaloración. Al fortalecer una autoimagen más realista y positiva, se espera favorecer su desarrollo integral, lo que impactará en su desempeño académico, la calidad de sus relaciones interpersonales y su adaptación futura en contextos sociales y profesionales.

Palabras Clave: Autovaloración, Emociones, Pensamientos distorsionados, fortalezas, la aceptación, reconocimiento, motivación, habilidades, aprendizajes, y logros.

VIII. Abstract

The text addresses the importance of promoting self-esteem among fifth-grade students at Colegio Particular Guayaquil, emphasizing that self-esteem is essential for children's personal and academic growth. It indicates that appropriate self-esteem is linked to better self-worth, inner peace, and academic performance, while insufficient self-esteem can lead to insecurity, lack of motivation, and problems with organization and commitment to study.

Self-esteem increases progressively as we advance through the different stages of life, strengthening over time thanks to our experiences, the relationships we cultivate, and the personal development we undergo. From childhood, we begin to build a perception of who we are, based on our abilities, achievements, emotional bonds, and the way others see us. Over time, that perception is transformed and enriched, guided by our experiences and the context in which we grow, learn, and interact with others.

Observations made during pre-professional internships at Colegio Particular Guayaquil indicate that fifth-grade students face challenges in recognizing their achievements and expressing positive feelings about themselves, a situation that is exacerbated by the lack of emotional support both at school and at home.

The suggested project aims to establish concrete tactics and actions to enhance students' self-esteem, such as emotional intelligence workshops, since this also improves emotional well-being and interest in learning, providing us with great learning experience.

Finally, the systematization of this experience is considered relevant not only for student development but also for the training of future psychologists, who through their pre-professional internships can apply theoretical knowledge and strengthen skills. It is based on the Cognitive-Behavioral approach, which considers that thoughts, emotions, and behaviors are interrelated, and by modifying negative thought patterns, it is possible to generate positive changes in behavior. From this perspective, the aim is for students to become aware of their own abilities to identify, question, and replace dysfunctional ideas that affect their self-esteem. By strengthening a more realistic and positive self-image, it is hoped that their overall development will be enhanced, which will have an impact on their academic performance, the quality of their interpersonal relationships, and their future adaptation in social and professional contexts.

Key Words: Self-worth, Emotions, Distorted thoughts, strengths, acceptance, recognition, motivation, skills, learning, and achievements.

Índice

TITULO	1
II. Certificado de responsabilidad y autoría del trabajo de titulación	2
III. Certificado de cesión de derechos de autor del trabajo de	II
titulación a la Universidad Politécnica Salesiana	II
IV. Certificado de Dirección del Trabajo de Titulación	III
IV. Dedicatoria	IV
V. Agradecimiento	V
VII. Resumen	VII
VIII. Abstract	IX
IX. Datos información del proyecto	14
Nombre de la práctica de intervención o investigación:	14
Nombre de la institución o grupo de investigación:.....	14
Tema que aborda la experiencia.....	14
Localización.....	15
X. Objetivo General	16
Objetivos específicos	16
XI. Eje de la intervención o investigación	16
Autoconocimiento	17

Autoaceptación:	18
Autoconfianza	19
Autoevaluación:	20
Autoeficacia	20
Autorrealización:	21
XII. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación	21
XI. Metodología.....	22
Importancia de la Metodología	22
Método	23
Muestra	24
Consentimiento Informado	24
Instrumentos de recolección de datos.....	24
XII. Preguntas Clave.....	26
XIII. Organización y procesamiento de la información	27
XIV. Análisis de la información	28
XV. Justificación	29
XVI. Caracterización de los beneficiarios.....	32
XVII. Interpretación (análisis y reflexión)	32
XVIII. Principales logros del aprendizaje	33
XIX. Conclusiones.....	36

XX.	Recomendaciones.....	37
XXI.	Referencias Bibliográficas.....	38
XXIV	Anexos	39
	<i>Taller autovaloración</i>	40
	<i>Diapositivas del proyecto en Canva</i>	41

IX. Datos información del proyecto

Nombre de la práctica de intervención o investigación:

Sistematización de experiencias: Fomentar la autovaloración en estudiantes de Quinto EGB del Colegio Particular Guayaquil.

Nombre de la institución o grupo de investigación:

La práctica se realizó con los estudiantes de Quinto EGB, de un Colegio Particular Guayaquil.

Tema que aborda la experiencia

Desde el enfoque cognitivo conductual, esta experiencia tiene como objeto de conocimiento el fortalecimiento de la autovaloración, entendida como una habilidad socioemocional que se construye a partir de los pensamientos, emociones y conductas del individuo. La sistematización parte del principio de que una autovaloración puede desarrollarse por pensamientos distorsionados que los alumnos tienen sobre sí mismos. Se conoce que esta autopercepción no solo influye en el bienestar emocional, sino que también tiene un impacto directo en lo académico y en la calidad de vínculos. Además, se considera que el contexto familiar y escolar son la clave para que los niños tengan una mejor autovaloración.

El marco teórico del proyecto se basa en el corriente cognitivo conductual, que plantea que nuestros comportamientos, emociones, pensamientos están más conectados y pueden cambiarse a través de lo que vivimos y aprendemos. Desde este punto de vista, la autovaloración es fundamental en la psicología educativa porque afecta directamente la forma en que los estudiantes perciben sus habilidades, enfrentan las dificultades y se

relacionan con otras personas. La idea es intervenir en los pensamientos negativos o poco útiles para fomentar creencias más realistas y positivas sobre ellos mismos. La experiencia se centra en potenciar la autovaloración de los alumnos de educación básica, considerándola clave para su crecimiento integral. Esto se logra a través de actividades lúdicas que buscan fomentar el conocimiento de sí mismos, la capacidad de superar dificultades y la confianza en sus propias habilidades todo dentro del ambiente escolar.

Por ello se busca sistematizar acciones efectivas y actividades que ayuden a los estudiantes a percibir y reconocer el mérito de sus habilidades, logros y potencial académico promoviendo una autoimagen constructiva y ajustada a la realidad.

Localización

La Unidad Educativa de Guayaquil se encuentra en el Centro-Sur, cerca del Parque Forestal. Se encuentra ubicada en la avenida el Oro y Quito.

Ilustración 1 Parque forestal



2

Ilustración 2 Georreferenciación. Mapa de Forestal Ubicación de la Institución.



X. Objetivo General

Potenciar la autovaloración en los alumnos del paralelo de Quinto de EGB por medio de actividades estructuradas que les permitan identificar y apreciar sus competencias, logros personales y su potencial en el ámbito académico; Para que aumenten su seguridad personal y desarrollen un comportamiento más abierto y positivo hacia sí mismos y la comunidad escolar.

Objetivos específicos

- Reconocer patrones de pensamiento negativos o irracionales sobre la propia persona y sustituirlos por creencias más realistas y constructivas que contribuyan al fortalecimiento de la autovaloración.
- Promover el desarrollo de la autovaloración en los estudiantes, brindándoles acompañamiento para que identifiquen y aprecien sus propias habilidades para alcanzar metas y enfrentar desafíos de forma autónoma ya sea en lo personal y en sus áreas de mejora.

Llevar a cabo actividades que promuevan el reconocimiento de sí mismos, el valor del esfuerzo y la autoestima, con el fin de ayudar a los estudiantes de Quinto de Básica a consolidar una autoimagen positiva.

XI. Eje de la intervención o investigación

El siguiente trabajo de investigación se abordará desde la perspectiva del cognitivo-conductual con la individualidad, el potencial de crecimiento, la capacidad de cada estudiante para que llegue a la autorrealización y a encontrar su propio sentido existencial. Todo alumno posee características y requerimientos

particulares que deben ser considerados y atendidos para favorecer el pleno desarrollo de su potencial.

Autovaloración:

La autovaloración consiste en cómo una persona percibe y evalúa su propio valor, habilidades y cualidades. Es un proceso de introspección y análisis personal en el que se identifican tanto las cualidades destacables como los aspectos a reforzar. Aunque está relacionada con la autoestima, no significan lo mismo.

Según Abraham Maslow citado (Nehuen, 2025) en la autovaloración, tanto en su forma de autoestima alta (confianza en uno mismo, logros) como baja (necesidad de reconocimiento de otros), forma parte de las necesidades fundamentales del individuo, influyendo en la motivación y el desarrollo personal y quien la considera una necesidad humana fundamental, Plantea que la autoestima se basa en la percepción de ser capaz de influir en el entorno, sentirse competente y actuar con autonomía.

Autoconocimiento:

El autoconocimiento es la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias sensaciones, principios, nuestras maneras de actuar e ideas. Implica tener conciencia de nuestras fortalezas y áreas de mejorar, así como de lo que nos motiva y cómo respondemos en diferentes situaciones. Al reflexionar sobre nosotros mismos, podemos descubrir qué estén más alineadas con nuestros objetivos y principios personales.

Según (Rogers, 1959), el autoconocimiento es un proceso clave para entender realmente nuestros propios sentimientos, recursos internos y preferencias.

Este entendimiento profundo de uno mismo es fundamental para desarrollar una buena autoestima y vivir de manera auténtica, siendo fieles a quienes somos en realidad. Rogers destacó que el crecimiento personal y el aprendizaje verdadero se dan cuando confiamos en nuestras propias experiencias internas y nos permitimos y expresar nuestro potencial, sin que alguien más nos diga que debemos pensar o sentir. Además, para que este proceso sea efectivo, es importante que exista un ambiente de apoyo donde haya comprensión, aceptación y empatía, especialmente en contextos educativos, porque tanto así para las personas se sientan libres para explorar y crecer desde adentro hacía fuera. En esencia, para Rogers es la base para una vida más libre, creativa para uno mismo y para los demás.

Autoaceptación:

La autoaceptación implica identificar y valorar todos los aspectos que define a una persona, incluyendo nuestras fortalezas y debilidades sin caer en las críticas negativas e injustas, este proceso implica comprender que nuestras emociones, pensamientos y comportamientos forman parte del ser humano.

Es por ello por lo que la autoaceptación permite percibir quienes son cada uno como persona incluyendo fortalezas y debilidades sin emitir algún tipo de juicio sobre sí mismo, es entender que las imperfecciones son naturales del ser humano y se necesario aprender a tratarse con amor, paciencia y de esta manera poder dejar de luchar contra uno mismo de manera constante y aceptar como somos para poder construir una base sólida para sentirse mejor consigo mismo.

Según, la teoría de Carol Ryff, ella define que la autoaceptación es algo que nosotros tenemos positivamente de uno mismo, ya que así vemos nuestras propias

fortalezas y las de los demás, el objetivo que tiene Carol implica estar en paz y cómodo con uno mismo con los aspectos de nuestra misma personalidad.

Autoconfianza:

La autoconfianza es una actitud personal que se refleja en la seguridad con la que una persona se enfrenta a distintas situaciones y que cuenta con los recursos necesarios para afrontarlas esto no implica perfección sino una comprensión equilibrada de las propias fortalezas y debilidades es la capacidad de reconocer lo que uno hace bien y aceptar las áreas que requieren desarrollo y aun así actuar con determinación y firmeza.

Según Ruiz (2021), Albert Bandura es reconocido como uno de los principales investigadores sobre la autoconfianza la cual describe como la percepción que tiene cada persona sobre su habilidad para realizar tareas. Pues es un componente esencial de la autoconfianza y se va desarrollando a través de experiencias personales de éxito, la observación de los demás.

En el ámbito educativo promover la autoconfianza implica fomentar en los estudiantes una mirada que sea realista y compasiva hacia sí mismos, confiar en uno mismo no es negar los errores más bien es valorarse a pesar de ellos y poder comprender que el desarrollo personal es un proceso que se trabaja todo los días y de esta manera fortalecer la capacidad de defender sus propias convicciones, ideas, y establecer vínculos saludables esto ayuda a favorecer el bienestar emocional y ayuda a la construcción de una identidad establecida.

Autoevaluación:

La autoevaluación es un proceso personal y reflexivo mediante la cual una persona puede analizar y evaluar de manera crítica sus propias acciones, habilidades y resultados. Esto permite que se pueda realizar un examen objetivo donde se permite identificar tanto los logros alcanzados como las áreas que requieren mejorar y de esta manera poder fomentar el autoconocimiento y la responsabilidad. Como Panadero (2013), define la autoevaluación como una valoración cualitativa de la ejecución, tanto del proceso como del producto final de un aprendizaje, realizada a partir de criterios preestablecidos.

Autoeficacia:

La autoeficacia es la confianza que posee un individuo en su habilidad para cumplir objetivos y sistematizar determinadas acciones. Implica la seguridad en que puede aplicar sus capacidades para obtener los resultados que desea. Esta creencia influye directamente en su nivel de motivación, en la forma en que actúa y en su desempeño en distintos aspectos de la vida.

Según B. Zimmerman citado en Fernández y Bernardo (2011), (Fernández y Bernardo, 2011) la autoeficacia, dentro de su modelo de aprendizaje autorregulado, se refiere a las creencias que las personas tienen sobre su capacidad para tener éxito en la ejecución de tareas específicas. Zimmerman, junto con otros autores como Bandura, enfatiza que estas creencias de autoeficacia son cruciales para la motivación, el establecimiento de metas y el rendimiento general, especialmente en el contexto educativo.

Autorrealización:

La autorrealización es el camino mediante el cual una persona logra desarrollar al máximo sus capacidades, tanto en el ámbito personal como profesional, mientras busca un propósito significativo en su vida. Este proceso conlleva un crecimiento constante, un alto grado de autoconocimiento, autenticidad y la realización de necesidades psicológicas fundamentales. (Perera, 2024) cita a Kurt Goldstein quién caracterizó la autorrealización como una individuación, o proceso de desarrollo del "yo", que es holístico (es decir, el individuo se da cuenta de que su yo y su entorno son dos partes de un todo mayor) y actúa como un factor determinante del comportamiento humano.

XII. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación

El presente estudio va dirigido a los estudiantes de Quinto EGB de una Unidad Educativa Particular Guayaquil el trabajo tiene como objeto de investigación FOMENTAR LA AUTOVALORACIÓN se centra en proporcionar información específica, utilizando herramientas que faciliten el apoyo a los niños desde el hogar, ya que hay talleres que sirven para desarrollar habilidades.

El 14 de noviembre del 2024 se planteó una idea de trabajo que permitía tanto la orientadora del DECE como la tutora responsable del seguimiento de las prácticas, para tener acceso a las actividades dinámicas diseñadas para fomentar la autovaloración en los estudiantes.

Este proceso incluye la aplicación de taller que sirven para la autorrealización a futuro, son diseñadas para que los niños reconozcan sus capacidades y tengan logros por muy pequeños que sean, ya que también sirve para gestionar sus emociones, así fortalecen sus habilidades a lo largo del camino hasta llegar a la meta.

XI. Metodología

Para la realización de este proyecto, esta metodología muestra un enfoque cualitativo descriptiva, ya que permite comprender en profundidad las necesidades, emociones y experiencias de los estudiantes, favoreciendo así una mejor valoración de su autoconcepto en el entorno escolar. Se utilizó la observación participante como método, lo que permitió captar de manera cercana las conductas, expresiones, sentimientos y actitudes de los alumnos mientras realizaban sus respectivas actividades tanto dentro y fuera del aula.

Esta metodología resultó fundamental para evidenciar que existen diferencias en la autovaloración entre los estudiantes. Se observó que algunos poseen una buena autoestima, mientras que otros presentan la falta de confianza en sus capacidades y habilidades. En muchos casos, esta desconfianza tiene origen en el entorno familiar, donde no se les impulsa su desarrollo personal.

Importancia de la Metodología

Esta forma de trabajo ayudó a revelar que hay diferencias importantes en cómo los estudiantes se valoran a sí mismos, y que muchas veces esto está marcado por el ambiente familiar y las experiencias que han vivido antes. Se notó que algunos niños no creen en sus propias habilidades porque no reciben suficiente apoyo o reconocimiento en casa, lo que pone de manifiesto lo fundamental que es fortalecer la autoestima tanto desde la familia como desde la escuela.

Este enfoque cualitativo descriptivo ofrece una mirada más profunda y situada la cual busca una comprensión detallada sobre cómo los estudiantes se

valoran a sí mismos, lo que facilita identificar sus necesidades y crear estrategias de apoyo que se adecuen a su ambiente y realidad específica.

Método

Durante las prácticas preprofesionales en una institución privada ubicada en la zona sur de Guayaquil, pude observar cómo los estudiantes de Quinto de Educación General Básica, en la mañana, reciben atención llena de paciencia y cariño. Desde mi papel activo como observadora, ayudando a mantener el orden dentro y fuera del aula durante los recreos, tuve la oportunidad de ver a los estudiantes comportarse de forma auténtica y desarrollar sus habilidades y fortalezas a lo largo del año escolar. Algunos niños disfrutaban compartir tiempo con los más grandes; debido a que algunos de los estudiantes tenían hermanos mayores y pasaban mayor tiempo posible que con gente de su edad, sin embargo, no todos reflejaban felicidad. Mientras unos enfrentaban problemas en su entorno familiar, otros tenían dificultades en la parte académica y varios carecían de una autovaloración personal positiva, ya que no entendían lo fundamental que es aceptarse a uno mismo tal como es. Una autoestima sólida está estrechamente ligada a una buena autovaloración; al fortalecerla, se promueve una vida más saludable, positiva y equilibrada. En los niños, la confianza en sí mismos se forma en un ambiente lleno de cariño, respeto y aceptación, lo que impulsa el crecimiento de sus capacidades, el aprendizaje a través de las equivocaciones.

Después de que el Colegio nos aprobara, comenzamos a preparar el proyecto y a buscar un nombre que realmente expresara lo que quería lograr. Así surgió

Creando Mi Mejor Versión, es un título que captura perfectamente la idea principal. Se planificaron actividades lúdicas, incluyendo dinámicas de autoconocimiento, ejercicios para identificar aspectos que les agradan o desagradan, así como actividades orientadas al desarrollo de la empatía.

Muestra

La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes de Quinto EGB del Colegio Particular Guayaquil, pertenecientes a la jornada matutina, de los cuales 17 eran niñas y 13 niños, con edades comprendidas entre los 9 a 11 años.

Consentimiento Informado

Como parte del proceso, se creó un protocolo para que todos entendieran bien y dieran su permiso de forma clara y responsable durante la sistematización. Pero, lamentablemente, las autoridades de la Unidad Educativa Particular Guayaquil no aceptaron que se firmara ese consentimiento ni que se usaran los datos reales del colegio. Aunque ya habíamos recopilado y guardado pruebas, ellos se negaron de manera definitiva a darnos el permiso que solicitamos.

Instrumentos de recolección de datos:

Se recogió la respectiva información simplemente observando a los alumnos en su día a día. No utilizamos instrumentos informales, pero se realizó un seguimiento tanto y durante las clases como las áreas del Dece, prestando especial atención a los chicos que participaron en el proyecto.

Taller #1

Durante el proceso de la primera actividad que se llama me conozco, se les entrega a los niños del curso de quinto de básica una hoja que como sobre nombre tiene todo sobre mí la cual se refiere a que los alumnos pongan sus intereses a lo que más les gusta y estén relacionados a su entorno ya sea en entorno familiar o escolar. Ya que es una actividad que reconoce mejor así mismos ya que los niños desarrollen una capacidad de que son capaces de lograrlo todo a pesar de que los padres no están de acuerdo con sus respectivos intereses y gustos. Ya que les ayuda a identificar sus cualidades, habilidades y lograr algo personal.

Taller # 2

La segunda actividad que le realice a los estudiantes tiene como nombre Yo Soy la cual tiene como propósito impulsar la confianza en uno mismo al momento de decir cosas buenas de uno mismo tanto en lo físico como en sus pequeños logros, esta dinámica permite que los estudiantes identifiquen y valoren aún más sus fortalezas tanto como sus debilidades.

Taller #3

Esta última actividad que se llama Comparto sirve mucho para mejorar la autovaloración en los alumnos, la cual se realizó con los de quinto de educación básica ya que impulsa a generar conciencia de nuestras propias emociones y como influyen en nuestro comportamiento la cual desarrolla una identidad más resistente.

Está fue una actividad muy colaboradora por parte de los docentes quienes también me ayudaron a que se haga posible, ya que algunos estudiantes que tuvieron esa confianza de contar sus experiencias y todos creamos un espacio muy seguro para que los niños se sientan en confianza en poder sentir la seguridad que algunos no la tienen en sus hogares.

XII. Preguntas Clave

Preguntas de inicio

1. ¿De qué manera el personal docente y la institución educativa pueden contribuir de forma constante al desarrollo de la autovaloración en los estudiantes, fomentando un entorno motivador?
2. ¿Qué tipo de actividades o ejercicios le ayudaran a los padres de familia, para que puedan generar una autovaloración más sana para sus hijos?
3. ¿Cómo se puede incentivar a los estudiantes el reconocimiento de sus propias habilidades, con el fin que establezcan y alcancen metas de forma autónoma?

Preguntas interpretativas

1. ¿Por qué es importante fomentar la autovaloración en los niños en el contexto escolar?
2. ¿Cómo puedo cultivar una autovaloración más positiva?
3. ¿Cuáles son mis valores fundamentales y como los reflejo en mi vida?

Preguntas de cierre

1. ¿Qué harías diferente a partir de ahora para creer más en tus habilidades?
2. ¿Qué se aprendió durante todo el proceso de esta investigación?

3. ¿Cuáles serían las recomendaciones que se podrían hacer para fortalecer más la autovaloración en los estudiantes?

XIII. Organización y procesamiento de la información

La implementación del proyecto se ejecutó desde noviembre del año 2024 hasta febrero del 2025.

Fase 1:

Para el desarrollo de este primer paso, fue recibir un correo por parte de la institución para realizarnos de manera individual una entrevista y preguntar nuestros objetivos y si éramos de la religión; ya que para la unidad educativa eso era lo más importante; el siguiente paso fue conocer las instalaciones, conocer la ubicación de cada cosa, por quienes estaba organizado; nos hicieron una reseña histórica de la institución, cuantos años llevan desempeñando su cargo, total de docentes y alumnos, normas de la institución, ropa adecuada para realizar las prácticas, horarios de la mañana y de la vespertina etc.

Fase 2:

La psicóloga de la institución estaba a cargo allí; nos preguntó que planeábamos hacer en nuestros proyectos, que teníamos que entregar a la Universidad; nos dio la opción de escoger con quien queríamos hacer nuestras actividades; algunos compañeros de práctica eligieron la básica, secundaria y bachillerato; como cada uno podía elegir, hablamos con la Psicóloga y me asignaron

el curso de 2do y 5to, pero para la sistematización decidí realizar mis actividades con el 5to.

Fase 3:

Antes de comenzar con nuestras prácticas, primero se realizaron actividades que eran parte de la institución como la participación de misas; también participamos de las, ya que eran parte del programa educativo y por ser la temporada de diciembre; también realicé una charla sobre el tema de la inclusión y apoyo de las docentes (maestra sombra).

Fase 4:

Como en la institución se encontraban otras personas realizando sus prácticas, estábamos analizando cómo llevar a cabo nuestros talleres; no dispusimos del tiempo por razones ajenas a nosotros, para entrevistar a los estudiantes y poder hablar con cada uno de ellos. Aun así, nos enfocamos en finalizar nuestras actividades con los alumnos.

XIV. Análisis de la información

Este proyecto se realizó mediante la observación, ya que no teníamos el permiso adecuado para realizar entrevistas con los alumnos ni con los padres de familia; ayudábamos a nuestra tutora en los cursos que ella nos designaba para ayudar a los niños con autismo, con dificultades para escribir o leer, niños a los que había que explicarles la consigna, ayudar a realizar las actividades en clase, con los niños más pequeños; con el tiempo me di cuenta que a algunos niños les faltaba mucho esa

autonomía de decir a lo que ellos aspiraban; para los niños en ese momento era importante, pero para los padres eran cosas de niños.

Los alumnos de 5to Educación Básica son muy capaces de lograr pequeñas cosas; cada uno podía lograr lo que fuera; cada uno tiene capacidades, habilidades que hacen que cada uno brille a su manera. Se realizaron talleres con base a las necesidades de los estudiantes, debido a que tienen una baja autovaloración de sí mismos. La adolescencia es una etapa de grandes cambios emocionales y sociales. Reconocer y comprender las emociones propias es fundamental para el desarrollo de una autoestima saludable y para fortalecer la autovaloración.

Permite que los adolescentes reconozcan sus cualidades, acepten sus limitaciones y se sientan capaces de afrontar desafíos, orientadas a comprender la importancia de aceptar y gestionar las emociones, así como a reconocer el valor personal de cada uno; enseñar técnicas de manejo emocional, autoconocimiento y resiliencia, fortalece la confianza en sí mismos y mejora la convivencia social. Fomentar la autovaloración en los adolescentes no solo contribuye a su bienestar emocional, sino que también les proporciona herramientas para enfrentar la vida con mayor seguridad, empatía y autonomía. Crear espacios de diálogo, reflexión y aprendizaje sobre las emociones, es esencial para el desarrollo armónico de las distintas dimensiones del individuo y para el establecimiento de un bienestar psicológico y emocional duradero.

XV. Justificación

Se optó por este tema, debido que durante mis prácticas preprofesionales observe en la institución que la parte del DECE se enfocaba más en el ámbito escolar,

que validar las emociones de los estudiantes; para lo cual sería bueno implementar estrategias prácticas para los estudiantes que les permitan visualizar en ellos mismos las cosas positivas. Los de Quinto EGB, se mostraban más tímidos a la hora de realizar alguna actividad, la cual era conocerlos a ellos mismos. A veces demostraban mucha timidez con sus otros compañeros (los niños más grandes no demostraban frustración, pues su reacción es darles igual). Siento que su problemática como tal era la desconfianza de sí mismos a la hora de hacer actividades como el deporte, la danza, la música o talleres educativos.

Para el paralelo de 5to EGB, era difícil que ellos vieran sus logros (ganar una competencia de carrera o un torneo de fútbol); era importante felicitarlos no importando que sean los más pequeños. El DECE se enfocaba más en las pruebas que les hacían a los estudiantes de cambio de jornada, o a los nuevos.

Promover la autovaloración en los niños implica que aprendan a valorarse a sí mismos, reconociendo sus destrezas, principios, pensamientos por ello, es necesario fortalecer en ellos una percepción más objetiva y positiva de su propia imagen, lo que les ayudará a tener una imagen más personal, más definida y sobre todo más auténtica.

En este contexto, los estudiantes corresponden a los niños que cursan quinto de Educación General Básica en el Colegio Particular Guayaquil.

A pesar de ello, en el ámbito ecuatoriano, diferentes estudios han señalado desde una perspectiva psicológica, se han identificado que muchos estudiantes presentan alteraciones en la construcción del autoconcepto y la baja autoestima, lo cual repercute negativamente en su autorregulación emocional, desempeño académico y en el establecimiento de vínculos sociales funcionales. El Colegio, se trabaja para crear ambientes donde los estudiantes se sientan a gusto y puedan adaptarse sin problema a la vida escolar, un factor fundamental para que se desarrollen una buena autoestima.

Al combinar las prácticas preprofesionales con un acompañamiento emocional cercano. Se logra que los alumnos construyan una imagen más positiva de sí mismos. Por eso es clave entender cómo el autogobierno impacta su rendimiento académico, para así diseñar acciones que refuercen su autovaloración y aumenten su confianza en el aprendizaje. Universidad Politécnica Salesiana (UPS).

Promover la autovaloración desde las primeras etapas de la vida constituye una estrategia preventiva fundamental que ayuda a disminuir la aparición de trastornos emocionales favoreciendo así un desarrollo emocional equilibrado y una mejor calidad de vida. En un país como Ecuador, caracterizado por su diversidad cultural y socioeconómica, la promoción de la autovaloración en el ámbito escolar adquiere una importancia social y educativa considerable. Registrar y analizar esta experiencia desde la carrera de Psicología aporta evidencia contextualizada que puede orientar el diseño de políticas educativas y de salud mental dirigidas a la población infantil y adolescente. (salud, 2021). La sistematización de la experiencia enfocada en promover la autovaloración en los estudiantes de quinto EGB del Colegio Particular de Guayaquil constituye una contribución significativa para la comunidad educativa, los profesionales de Psicología y la sociedad en general.

Este trabajo destaca la relevancia de la autovaloración dentro del proceso educativo, fomenta la conciencia y el compromiso de docentes y familias, y fortalece la formación práctica de los futuros psicólogos, quienes cumplirán una función esencial en la promoción de la salud emocional y académico de las nuevas generaciones. Por eso es importante validar las emociones de los alumnos para que se sientan con mente positiva desde que salen de casa para estar seguros en la vida diaria.

XVI. Caracterización de los beneficiarios

El presente proyecto está dirigido a niñas y niños de un Colegio Particular de Guayaquil que se oscilan en edades que van desde los 9 a los 11 años y que cursan 5to quinto grado; se contó con la participación de 30 alumnos de manera general, los cuales se dividen en 17 niños y 13 niñas, quienes corresponden a la raza mestiza y viven en varios sectores de Guayaquil.

Se observó una participación y colaboración favorable, dado que la mayoría se involucró activamente en las distintas actividades propuestas, demostrando interés y disposición. Es importante destacar que cada actividad se llevó a cabo en un enfoque didáctico, debido a que se implementaron herramientas que motivan la participación en dichas actividades las cuales se realizaron dentro del salón de clases. Por otra parte, la dedicación que demostraron los estudiantes fue clave para alcanzar metas planteadas en los procesos de la sistematización, esto ayuda a que cada estudiante vaya logrando un resultado eficaz en el ámbito académico y en lo personal.

XVII. Interpretación (análisis y reflexión)

Se fomentó la autovaloración para verificar afectación en los logros académicos, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales. Para lograr esto se creó un ambiente en donde los estudiantes se sintieron valorados, seguros y motivados, para asumir sus desafíos. Esos desafíos a los cuales los alumnos se enfrentan a diario corresponden a la creencia de ellos mismo, debido a que, en sus hogares, no contaban con el apoyo necesario para elevar su autoestima. Esto es una responsabilidad que debe ser compartida entre los docentes, las directivas, los padres y los alumnos.

Se observaron una serie de problemas emocionales en algunos alumnos que generaban tristeza, inseguridad, frustración al momento de realizar las actividades académicas. Mi experiencia se basa en que logré identificar las causas por las cuales algunos alumnos presentaban comportamientos agresivos hacia ellos mismos y a sus compañeros. Hubo una interacción positiva con la psicóloga de la institución, con cada uno de los alumnos y los docentes.

Con la psicóloga aprendí a evaluar la personalidad y el estado emocional de los seres humanos; con los alumnos aprendí que a pesar de su edad (9 – 11 años) se expresan con madurez y con los docentes aprendí que el trabajo con los estudiantes debe ser de paciencia, resaltando aquí el trabajo en equipo.

Los aportes que yo daría a la institución educativa estarían basados en la implementación de programas de intervención, apoyo emocional a los estudiantes, capacitación a los docentes en la prevención de los problemas como la autovaloración, autoestima, el acoso escolar etc.

XVIII. Principales logros del aprendizaje

#1

El desarrollo de habilidades prácticas y la capacidad de adaptación ante situaciones imprevistas o desafíos propios del entorno escolar, y saber que no siempre se cumplen con todas las funciones dadas.

#2

Los comportamientos negativos de algunos alumnos se deben a que constantemente están experimentando mensajes negativos, ambientes familiares que no les brindan ningún tipo de apoyo ni reconocimiento. También se logró verificar que la parte emocional de algunos alumnos se encontraba afectada por la pérdida de un ser querido.

#3

Las practicas psicosociales me permitieron analizar la interacción entre alumnos y docentes, así como su entorno social, la complejidad de las relaciones humanas y las intervenciones en crisis.

Dentro de las experiencias negativas y resalto las siguientes:

- No me permitieron poner en práctica todo lo aprendido en la Universidad; falta de apoyo emocional a los alumnos; no se pudieron realizar entrevistas a los alumnos, ni tener una interacción con los padres de familia; la Unidad Educativa no permitió la realización de un Test en donde se podrían considerar los intereses, habilidades, valores y el mercado laboral al elegir una carrera profesional para los alumnos; también es importante resaltar aquí la falta de capacitación del personal docente para aquellos alumnos con autismo, déficit de atención etc.

Dentro de las experiencias positivas relaciono a continuación las más relevantes:

- Un ambiente escolar acogedor, relaciones positivas entre docentes, infraestructura adecuada, estaciones de trabajo de los niños adecuadas y la realización de actividades lúdicas y actividades deportivas.

#4

En la práctica de investigación se elaboró un cartel en donde se invitaba a la rectoría a los docentes y a los alumnos en el tema de la diversidad, igualdad y la aceptación de todos (La Inclusión), y se realizó la correspondiente charla sobre el día de la inclusión, en donde me enfoque en la importancia de crear entornos en donde todas las personas se sientan valoradas, respetadas y tengan igualdad de oportunidades, no importando las diferencias, Recalcando aquí que la diversidad enriquece a la sociedad, haciéndola más justa y equitativa.

#5

Se logro incrementar la confianza en cada uno de los alumnos, algunos estudiantes lograron desarrollar una actitud más positiva hacia ellos mismos en el entorno escolar.

Los alumnos de 5to presentaron mayor motivación a las actividades realizadas, mayor concentración, su participación fue muy activa, así como la colaboración.

De los objetivos que se plantearon se realizó una actividad grupal basada en la educación emocional; algunos alumnos expresaron que emocionalmente se sentían mejor en la escuela que en su propio hogar. Considero que a nivel de practica se lograron todos los objetivos, pero se necesita más intervención por parte de los docentes y padres de familia para lograr que el alumno desarrolle una actitud de positivismo hacia sí mismo.

#6

El elemento de riesgo que se identifico fue a nivel familiar, por falta de apoyo emocional, problemas de comunicación entre padres e hijos y conflictos generados a nivel de maltrato familiar.

#7

Con anticipación se lleva a cabo una reunión con los alumnos, para conocer cuáles eran sus personajes favoritos de la televisión. Se logran imprimir estos personajes y se le hace entrega a cada alumno para que fueran coloreados, logrando la participación directa de los estudiantes, ya que es una actividad que no se había realizado antes.

#8

Se fomentó la creatividad, se promovieron las habilidades de cada alumno, se redujo el estrés, se presentó un ambiente de diversión y por último se evidenció una sensación de competencia y confianza en sí mismos.

XIX. Conclusiones

- Una buena autovaloración permite a los alumnos enfrentar desafíos con confianza.
- Fomentar una autoestima positiva desde una edad muy temprana, es esencial para formar adultos seguros y felices.
- Los niños con alta autovaloración se sienten valorados, orgullosos y capaces de sus logros.
- Tanto la autovaloración y autoestima positiva facilita la interacción social, la empatía y el respeto por los demás.
- Los padres y educadores deben ser modelos de autoestima y

autovaloración y mostrar confianza en sí mismos y en cada uno de los alumnos.

- Implementar diversas actividades lúdicas y didácticas que fomenten la participación, la creatividad y el trabajo en equipo. Estas pueden ser: dinámicas de grupo, actividades artísticas, juegos al aire libre y manualidades.

XX. Recomendaciones

- Capacitar a los docentes en la promoción de habilidades socioemocionales.
- Desarrollar habilidades pedagógicas por parte del personal docente.
- Participar el personal docente en programas de formación continua.
- Desarrollar habilidades para atender aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo.
- Celebrar los logros de los estudiantes y reconocer sus esfuerzos.
- Crear un ambiente familiar que fomente la confianza, el respeto y la aceptación incondicional.

XXI. Referencias Bibliográficas

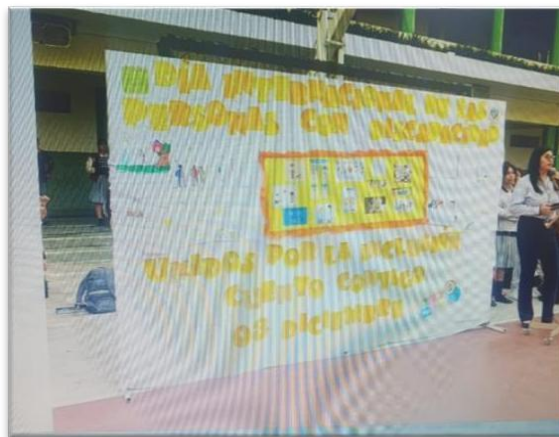
- Fernández, E., & Bernardo. (2011). AUTOEFICACIA EN LA
AUTORREGULACIÓN DEL ERSTUDIANTES. *Redalyc*, 3(1), 201-208.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832330020.pdf>
- Lázaro. (29 de 5 de 2020). *artículo científico*. Autoconocimiento y Autocontrol Emocional: <http://www.liceocientifico.org/orientacion/autoconocimiento-y-autocontrol-emocional>
- Nehuen, T. (21 de abril de 2025). *definición y concepto*. Autovaloración:
<https://definicion.de/autovaloracion/>
- Panadero, E. (2013). Autoevaluación: Connotaciones Teóricas. *redalyc*, 11(2), 551-576. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/2931/293128257012.pdf>
- Perera, A. (24 de enero de 2024). *simply psychology*. Autorrealización en psicología: teoría, ejemplos y características:
<https://www-simplypsychology-org.translate.goog/self->
- Rogers. (1959). *Carl Rogers y la psicología humanística*. PicoWeb: <https://psicowebcchn.net/wp-content/uploads/Carl-Rogers-y-la-Psicologia-Humanistica.pdf>
- Ruiz, L. (18 de 08 de 2021). *Albert Bandura: biografía y aportaciones a la psicología*. Psyciencia: <https://www.psyciencia.com/albert-bandura-biografia-y-aportaciones-a-la-psicologia/>
- Salesiana, u. p. (2023). *proceso psicoeducativo orientado a la gestión emocional en adolescentes*.
- Salud, o. m. (2021). *salud mental de los adolescentes*.

XXIV Anexos

Elaboración del cartel día de la inclusión



Día de la Inclusión. (presentación)




Taller autovaloración



Diapositivas del proyecto en Canva

La Autovaloración en Niños de 5º de Educación Básica: Clave para su Desarrollo Integral

En esta presentación, exploraremos la importancia de la autovaloración en niños de 5º de educación básica, cómo identificar señales y estrategias para fortalecerla.



¿Qué es la autovaloración en la infancia?

- Percepción y Valoración**

Es la percepción y valoración que el niño tiene de sí mismo, su capacidad y su valor personal, influyendo en sus relaciones y aprendizajes.
- Conciencia en 5º Básico**

A esta edad, los niños ya desarrollan una conciencia más clara de su autoestima y su impacto en el rendimiento escolar y social.
- Saludable y Positiva**

Una autovaloración saludable impulsa seguridad, motivación y bienestar emocional, siendo crucial para su crecimiento integral.

Importancia de fortalecer la autovaloración en 5º básico

Beneficios de la Alta Autoestima <ul style="list-style-type: none">Más seguros para enfrentar retos académicos y sociales.Fomenta la responsabilidad y la comunicación efectiva.Promueve la resiliencia ante las dificultades diarias.	Riesgos de la Baja Autoestima <ul style="list-style-type: none">Puede derivar en timidez, aislamiento social o ansiedad.Conduce a bajo rendimiento escolar y desmotivación.Genera miedo al fracaso, limitando su participación.
---	--

Señales de baja autovaloración en niños de esta edad



- Dificultad para expresar sus necesidades o emociones.
- Conductas agresivas o retraídas con compañeros y adultos.
- Miedo al fracaso o rechazo, evitando participar en clase o actividades.
- Falta de confianza para tomar decisiones o asumir responsabilidades.

Estrategias prácticas para fomentar la autovaloración en la escuela y en casa

- Reconoce Esfuerzos**

Elogia esfuerzos y logros concretos, más allá de los resultados finales, para validar su dedicación.
- Brinda Oportunidades**

Ofrece chances para tomar decisiones acordes a su edad, fomentando autonomía y confianza.
- Creación de un Ambiente Seguro**

Establece un entorno de respeto, apoyo y escucha activa, donde se sientan valorados y seguros.
- Usa Frases Positivas**

Refuerza su valor con expresiones como "Confío en ti", "Eres capaz", "Estoy orgulloso de ti".
- Promueve la Autonomía**

Fomenta actividades que desarrollen su autonomía y sentido de pertenencia en diversos contextos.



Conclusión: Construyendo niños seguros y felices

La autovaloración es un pilar fundamental para el desarrollo emocional y académico. Docentes y familias son agentes clave para cultivar una autoestima saludable. Invertir en la autovaloración hoy es sembrar adultos resilientes, responsables y felices mañana. ¡Fomentemos juntos el amor propio en nuestros niños de 5º básico!