



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Arquitectura
Escuela de Diseño Gráfico



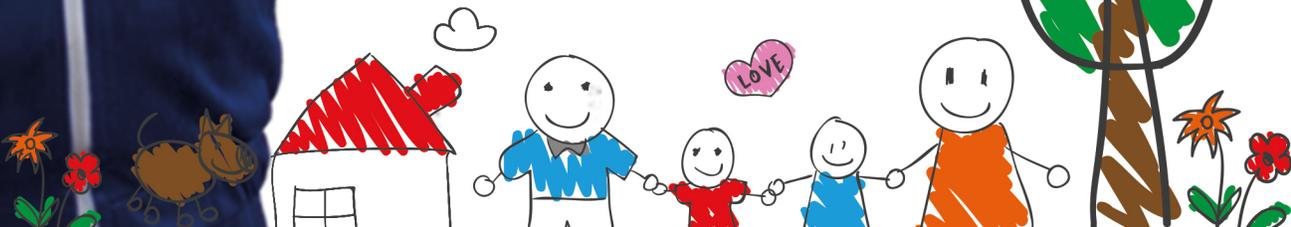
Diseño de material educativo para incentivar la autoestima

de los niños del nivel primario de la
Escuela Oficial Rural Mixta No. 842,
Ciudad Satélite, Mixco



Proyecto desarrollado por:
MÓNICA JOSÉ CASTAÑEDA BARRIOS
Para optar al título de:
Licenciada en Diseño Gráfico

Guatemala, Septiembre de 2018.





USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Arquitectura
Escuela de Diseño Gráfico

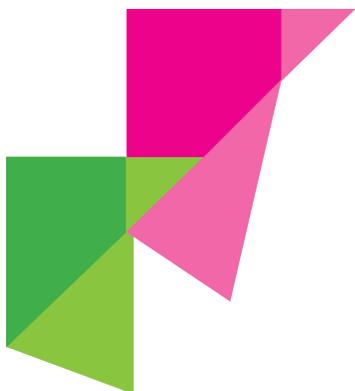
Diseño de material educativo para incentivar la autoestima

de los niños del nivel primario de la
Escuela Oficial Rural Mixta No. 842,
Ciudad Satélite, Mixco

Proyecto desarrollado por:
MÓNICA JOSÉ CASTAÑEDA BARRIOS
Para optar al título de:
Licenciada en Diseño Gráfico

Guatemala, Septiembre de 2018.

“El autor es responsable de las doctrinas sustentadas, originalidad y contenido del Proyecto de Graduación, eximiendo de cualquier responsabilidad a la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala”.



Nómina de autoridades

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano

Arq. Gloria Ruth Lara de Corea
Vocal I

Arq. Sergio Francisco Castillo Bonini
Vocal II

Msc. Arq. Alice Michelle Gómez García
Vocal III

Br. Kevin Christian Carrillo Segura
Vocal IV

Br. Ixchel Maldonado Enríquez
Vocal V

Msc. Arq. Publio Alcides Rodríguez Lobos
Secretario Académico

Tribunal Examinador

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano

Licda. María B Gutiérrez
Asesora gráfica

Msc. Arq. Carlos Enrique Franco Roldan
Asesor metodológico

Licda. Hilda Pérez de Álvarez
Tercer asesor

Msc. Arq. Publio Alcides Rodriguez Lobos
Secretario Académico



Agradecimientos

¡Y el día que tanto esperé, por fin llegó!
Sin duda esta meta no hubiera sido posible sin cada uno de ustedes:

A Dios, por la vida y la oportunidad de permitirme culminar mi carrera con éxito y satisfacción.

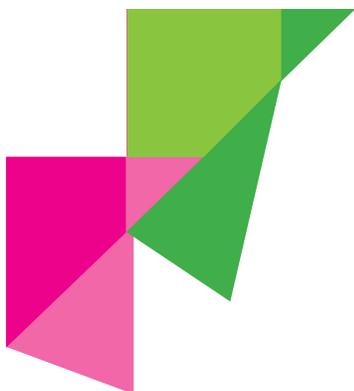
A mi familia, por su apoyo excepcional desde el primer hasta el último día de mi carrera universitaria.

Al Director de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite, Mixco por permitirme realizar este proyecto en sus instalaciones.

A la docente Josefina Ruano de segundo grado sección "C" por haberme brindado el espacio, tiempo y confianza en el desarrollo de éste proyecto.

Y, por último, le agradezco a todos los niños de Segundo grado del Nivel Primario, Sección "C" por su cariño desde el primer día y por ser el objetivo principal de la realización de este material educativo.





Índice de contenidos

	Presentación	03
01	Introducción	06
	Antecedentes	07
	Definición del problema de comunicación visual	11
	Justificación	13
	Magnitud y trascendencia	13
	Incidencia del diseño	15
	Vulnerabilidad	17
	Objetivos	19
	General	
	Específico de comunicación	
	Específico de diseño gráfico	
02	Perfiles	22
	De la institución	23
	Del grupo objetivo	26
03	Planeación operativa	34
	Flujograma de actividades	35
	Cronograma de actividades	44
	Previsión de recursos y costos	49
04	Marco Teórico	52
	El mundo de la autoestima	53
	La autoestima en lo social	68
	El diseño y diseño editorial	76

05	Definición Creativa	82
	Elaboración del briefing de diseño	83
	Descripción de la estrategia de las piezas de diseño	85
	Definición del concepto creativo	87
	Premisas de diseño	90
06	Producción gráfica y validación de alternativas	94
	Nivel 1 de visualización	95
	Evaluación nivel 1 de visualización	
	Nivel 2 de visualización	101
	Evaluación nivel 2 de visualización	
	Nivel 3 de visualización	113
	Evaluación nivel 3 de visualización	
	Propuesta final	121
	Fundamentos de la propuesta final	132
	Respecto al color	
	Respecto a la tipografía	
	Lineamientos para la puesta en práctica	133
	Presupuesto	134
07	Síntesis del proceso	142
	Lecciones aprendidas	143
	Aspectos que dificultaron el proceso	
	Conclusiones	144
	Recomendaciones	145
	Referencias	147
	Anexos	155

Presentación

La Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite es una institución dedicada a la enseñanza para niños del nivel primario y básicos.

En el año de 1971 abre sus puertas para poder brindar mejores oportunidades de enseñanza-aprendizaje y así formar a ciudadanos con principios, valores y convicciones.

El grupo objetivo al cual va dirigido este proyecto es a todos aquellos docentes que tienen como alumnos niños con problemas de baja autoestima debido a que provienen de familias desintegradas, desnutrición, violencia intrafamiliar, pobreza, delincuencia, entre otros.

Estos problemas están afectando la enseñanza del docente y atrasando el proceso educativo de cada uno de los niños, ya que estos se muestran tensos, desanimados, entregan trabajos incompletos o mal

realizados, son poco imaginativos, no comparten sus ideas y constantemente están tristes, enojados, irritados e impulsivos.

Para lograr incentivar la autoestima y mejorar el comportamiento de los niños se propone un material educativo con información, lecturas, reflexiones y diferentes actividades que el docente puede realizar dentro de la escuela.

Este material será un medio facilitador de aprendizaje, el cual motivará tanto a los maestros para realizar sus clases como a los niños para estar alegres y animados a realizar las tareas y a convivir con sus demás compañeros.



I NV IDOS



$\begin{array}{r} 442 \\ \times 2 \\ \hline 884 \end{array}$	$\begin{array}{r} 352 \\ \times 4 \\ \hline 1408 \end{array}$	$\begin{array}{r} 794 \\ \times 5 \\ \hline 3970 \end{array}$	$\begin{array}{r} 528 \\ \times 3 \\ \hline 1584 \end{array}$
$\begin{array}{r} 525 \\ \times 2 \\ \hline 1050 \end{array}$	$\begin{array}{r} 999 \\ \times 2 \\ \hline 1998 \end{array}$	$\begin{array}{r} 324 \\ \times 3 \\ \hline 972 \end{array}$	$\begin{array}{r} 255 \\ \times 4 \\ \hline 1020 \end{array}$



Capítulo I

Introducción

Antecedentes

07

Definición del problema
de comunicación visual

11

Justificación del proyecto

13

Objetivos

19

Antecedentes

Es la autoestima quien motiva a una persona cada día en los diferentes ámbitos de su vida: familiar, social y laboral; sirve como una fuerza para enfrentar y emprender los retos del día a día. No existe una definición y/o concepto acerca del autoestima, sin embargo hay diferentes formas de comprender su significado.

Desde el punto de vista psicológico, según el autor Yagosesky (1997) puede decirse que: Autoestima es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda interactuar.

Por otro lado, Fajardo (2001) llevaron a cabo una investigación con una muestra de 615 adolescentes preparatorianos, para buscar la relación entre autoestima, depresión y ansiedad y asertividad. Fajardo señala lo siguiente: "Los resultados obtenidos a través de un análisis de regresión lineal, indicaron que la Autoestima predice altos grados de ansiedad, así como de depresión en adolescentes" p. 2 .

La investigación de García, 2005, en ¿Qué es Autoestima?, indica: "La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar."

Wallon, H (1879) insiste en el desarrollo cognitivo del niño, considera que mientras los años preescolares son de marcada orientación centrípeta hacia la construcción del yo, los años que van desde el inicio de la escolaridad hasta la llegada de la pubertad son de clara orientación centrifuga, de construcción de la realidad exterior a través del conocimiento.

En su estudio Erikson (1980) destaca una reorientación psíquica del niño. Para él, lo que se juega en estos años es el logro de la laboriosidad en oposición a la inferioridad. Niños y niñas van a dedicar su energía a los problemas sociales y el aprendizaje que la sociedad en la que viven les impone (por ejemplo superar la exigencias de la escuela). Este autor también menciona que las relaciones de los niños con sus progenitores evolucionan en esta fase hacia un nivel realista de dependencia en aquellas áreas que resulta necesaria, y de independencia, allí en donde el niño puede permitirse relaciones más igualitarias.

Díaz (2002) investigó sobre el bajo Rendimiento Académico y síntomas depresivos en un grupo de adolescentes de preparatoria, señalaron que: "Las bajas calificaciones generan en el joven sentimientos de culpabilidad, percepción negativa del autoconcepto y de sus habilidades académicas y que vendrán a sumarse a los factores que ya estuvieran influyendo sobre el mal rendimiento" "A peor Rendimiento escolar, mayor puntuación en síntomas depresivos".

Treviño, Hernández y González (2002) en su estudio, "influencia del estado de salud física y emocional en el Rendimiento Escolar y la eficiencia terminal de los estudiantes de la Preparatoria No. 9 UANL" encontraron que

la autoestima apareció como un factor con alta significancia relacionado con calificaciones.

Rosales y Castro (2007) elaboraron una investigación en Morelia Michoacán, México, que titularon "Autoestima en Adolescentes de la Actualidad"; ésta tenía como objetivo analizar cómo se encontraba la autoestima de los adolescentes. Los sujetos de estudio fueron 20 adolescentes con edades entre 15 y 18 años de edad. Para esta investigación se utilizó la observación participante, así como cuestionarios y recursos audiovisuales los cuales permitieron grabar las sesiones y analizarlas a profundidad. Al terminar la investigación se llegó a la conclusión que los sujetos de estudio presentaban una autoestima deficiente, ya que prevalecía la desconfianza hacia ellos mismos, la mala imagen personal, la inseguridad y la poca identificación de sus necesidades.

Hidalgo y Palacios (2009) mencionan que los niños a esta edad se consagran a la mejora de sí mismos y sus propias capacidades, con importantes componentes competitivos de los que se trata de salir con el menos daño posible de la autoestima, tratando por todos los medios de evitar los sentimientos de inferioridad e incompetencia.

Girón, Silvia (2010) elaboró un proyecto titulado "Manual de Campamentos para capacitación de Autoestima y Valores para líderes jóvenes y docentes del área rural de Guatemala", con el objetivo de capacitar a líderes jóvenes y docentes del área rural de Guatemala, con los temas de autoestima y valores.

Suárez, Melina y Coronado (2011), elaboraron una investigación sobre la autoestima en la población escolar del CUMCH con el objetivo principal de identificar el estado de la autoestima de la población escolar del Colegio Universitario Marcelino Champagnat (CUMCH). Para esto se utilizó como instrumento el cuestionario IAME (versión reducida y adaptada) validado en la población de estudio, con un coeficiente alpha de 0.731. Los sujetos de estudio fueron todos los estudiantes de secundaria y preparatoria del Colegio Universitario Marcelino Champagnat, correspondiente al nivel socioeconómico medio y medio alto, ubicado en la delegación Tlalpan, Estado de México. Al terminar el estudio se llegó a la conclusión de que el número de estudiantes en condición de baja autoestima es alto (25.8%) y, considerando que este es un factor asociado a conductas de riesgo, se sugiere desarrollar un programa que promueva el mejoramiento de la autoestima.

Saloj, A (2013) de la Universidad San Carlos de Guatemala elaboró un Manual para Escuela de Padres y Madres de Familia de la Asociación de Desarrollo Integral Ixim Achi, Caserío Cipresales, Cantón Xajaxac, Municipio y Departamento de Sololá. Con el objetivo de contribuir al desarrollo íntegro de las comunidades y tener un modelo de trabajo con los padres y madres de familia.

Estas distintas descripciones coinciden en que estos años contribuyen a la construcción de la personalidad, que no cesa en esta etapa, pero es aquí donde se organiza para los próximos años, los que guardan más conflictividad y tensión.

Problema

Los alumnos del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite, Mixco, presentan una dificultad en la esfera afectiva y social, siendo la principal problemática la autoestima inadecuada que esta población posee.

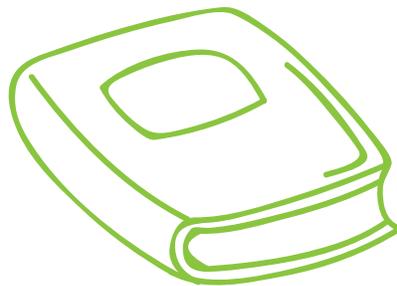
Estos niños generalmente se muestran tensos, desanimados, entregan trabajos incompletos o mal realizados, son poco imaginativos, no comparten sus ideas, necesitan constantemente aprobación del docente, se muestran constantemente tristes, enojados, irritados e impulsivos.

Presentan dificultad para concentrarse, muestran conductas impulsivas y agresivas, buscan constantemente llamar la atención de los demás, muestran inseguridad, se quejan constantemente, algunos niños se aíslan del grupo y son excesivamente tímidos, se puede mostrar irritabilidad y ansiedad. Su arreglo personal es inadecuado ya que no cuidan su higiene corporal y su vestimenta se observa descuidada. Demostrando con esto, signos de baja autoestima y escaso control de emociones lo que está afectando en su rendimiento escolar.

Lamentablemente la escuela no cuenta con una psicóloga que les brinde apoyo con cada uno de los problemas de los niños y los docentes tampoco cuentan con algún material de apoyo que los ayude a llevar un proceso adecuado de cada uno de los niños para lograr que cambien su comportamiento y aumenten su autoestima.

Evidentemente es preocupante este tipo de problema ya que los niños están perdiendo el interés en el aprendizaje y la clase que el docente imparte les parece aburrida y sin sentido ya que sus actitudes no les permiten tener una buena disposición para aprender.

Es importante tener una autoestima adecuada durante el proceso de aprendizaje ya que un niño que confía en sí mismo, que posee seguridad en sí mismo y que se valora, puede aprender con mayor facilidad ya que se siente con la capacidad de lograrlo.



Justificación del proyecto

Magnitud

El docente como medio facilitador entre el material educativo y el niño dedicará un tiempo para leerlo, transmitir conocimiento y realizar las actividades que en él se proponen, la práctica y la convivencia diaria de este material fortalecerá y favorecerá la relación alumno-docente y alumno-compañeros lo cual ayudará a que los niños se conozcan mejor cada día, fortaleciendo la confianza de todo el grupo, de sí mismos y que se sientan seguros y satisfechos con lo que hacen, dicen y aprenden día a día.

El comportamiento de cada uno de los niños dentro del aula será también un cambio positivo ya que se concentrarán más fácilmente, mostrarán una mejor actitud para recibir sus clases, no necesitarán constante aprobación de su docente ya que tendrán seguridad y estabilidad emocional, la agresividad e impulsividad mejorarán porque tendrán un mayor control en sus actitudes y conductas.

El interés por querer aprender se notará por medio de la entrega de tareas bien hechas, completas y en tiempo. La falta de estrés hará que los niños tengan una buena imaginación, que compartan sus ideas y que se muestren alegres y con mucha energía.

Se espera que todo el conocimiento que los docentes adquieran gracias al material educativo lo puedan transmitir a todos sus alumnos a los que les dé clases, que cada actividad puedan ponerla en práctica dentro del aula y lo más importante que por medio de su ejemplo y actitud las generaciones futuras vean un cambio positivo en él y puedan tomar ese patrón dentro y fuera de la escuela.

Actualmente la escuela cuenta con nivel primario y básico, cada grado con cinco secciones en y cada sección tiene de 32 a 35 niños dentro del aula, estamos hablando que aproximadamente 1,900 niños existen entre la jornada matutina y vespertina.

A continuación se presenta por medio de una gráfica la comparación del número de alumnos por cada sección del segundo grado de primaria, a partir del año 2013 hasta la fecha.

Año	A	B	C	D	E
2013	31	31	29	29	31
2014	30	28	30	28	31
2015	31	30	31	30	30
2016	35	34	34	35	35
2017	33	32	33	34	32

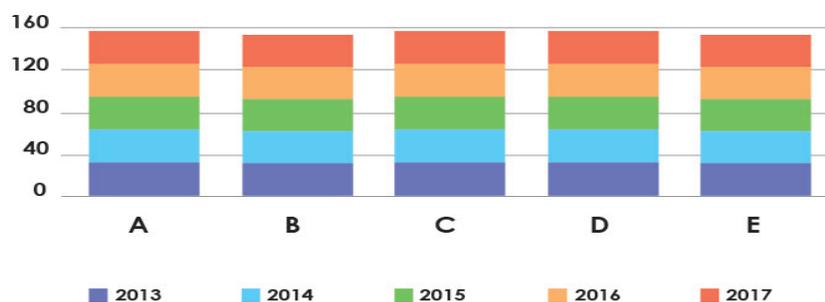


Tabla 1

Según la estadística anterior en el año 2013 se inscribieron 151 alumnos, en el siguiente año esta cantidad se redujo a 147 por 4 alumnos menos, en el año 2015 aumentaron los niños inscritos a 152, durante el año 2016 la cantidad de alumnos llega a 173 y en el presente año se redujo por 9 niños menos que el año pasado.

Sabemos que a largo plazo este manual educativo beneficiará a más de 1,900 niños, tomando en cuenta que el próximo año aumenten las inscripciones y que cada uno de los docentes de grado cuente con su propio manual para que lo puedan poner en práctica dentro del aula.

Trascendencia

Sin duda, el docente es la persona correcta para utilizar este material y ser el medio facilitador para que los niños puedan conocerlo, informarse y mejorar en su autoestima.

A corto plazo, la primera persona que se verá beneficiada con el material será el docente, ya que a través de este podrá informarse acerca de la autoestima, evaluar las actitudes y mejorar cada uno de los comportamientos del niño dentro del aula.

El material ayudará a que el docente tenga una forma diferente de ver las cosas, entenderá que detrás de cada una de las reacciones de los niños hay una acción que está ejerciendo fuerza para que el niño actúe de esa forma, tendrá un conocimiento más amplio y podrá impartir cada una de sus clases de una manera distinta para que los niños

estén más animados y con deseos de realizar sus tareas y convivir con sus demás compañeros.

Ser docente es un arte, una profesión y una vocación que no cualquier persona es capaz de realizar. Cada grupo, cada niño, necesita una variación, un ajuste y una atención personal, que exige sensibilidad, flexibilidad y originalidad. Con su vocación, el docente podrá darse cuenta y visualizar que su trabajo es contribuir a la formación de un niño o niña que debe enfrentar sus propios retos y aprendizajes, que llega a la escuela con su alma, corazón, mente y espíritu dispuesto a ser lo mejor a pesar de los problemas que en su casa pueda estar viviendo.

De cada docente depende, dentro del medio escolar, cuánto avanza, y cuándo aprende cada niño en todos los aspectos de su desarrollo: físico, intelectual y socio emocional. Aunque la escuela no tiene la oportunidad de contar con una psicóloga que los apoye con el proceso de cada uno de los niños, pero estamos seguros que este material será de gran ayuda para que el docente inicie con una sana educación mental.

Vulnerabilidad

Debemos imaginar los aspectos débiles o negativos que pueden llegar a impedir la realización de este material educativo.

Como primer aspecto podríamos mencionar la falta de interés que pueden llegar a mostrar los alumnos para aprender o conocer sobre los diversos temas que se les expondrá en el material. Si el alumno no está interesado en los temas o en realizar las actividades por más que el docente dirija el material de forma animada y diferente existen muchas probabilidades de que no logre hacer que el estudiante se incluya con interés en las actividades de aprendizaje.

La poca motivación que llegue a presentar tan sólo un alumno dentro del aula es suficiente para que los demás alumnos adopten una actitud negativa impidiendo así el proceso de aprendizaje.

Por otro lado, también cabe la posibilidad que al docente no le llame la atención el diseño del material, el contenido, los colores, las actividades, el tipo de letra, etc., y que por esta razón no le dé la importancia de utilización que se merece.

El material se le entregará al docente de grado pero no nos da la certeza de ser estudiado correctamente, utilizado dentro del aula de clases o que sea compartido para sus futuros compañeros. Por eso el docente debe empezar con sus propias actitudes y conductas donde se manifieste el interés que tiene por la asignatura, en cosas tan sencillas

como: llegar temprano, asistir y preparar la clase. Así los estudiantes, podrán ver en su docente comportamientos que muestren que es importante para él, las actividades que se describen en el material serán entonces de atracción e interés de los alumnos.

Cabe mencionar también que la falta de atención por parte de los padres es uno de los mayores factores que contribuyen de manera negativa en varios aspectos de la vida de los niños, sobre todo durante la educación ya que su motivación disminuirá enormemente y por consiguiente su rendimiento será menor que en los niños que tienen el apoyo y atención de sus padres.

Muy probablemente todo ese aprendizaje y apoyo que el niño haya recibido en la escuela puede que sea destruido al momento de llegar a casa, ya que si los problemas continúan en el hogar, el niño puede desanimarse y perder ese interés y confianza obtenida.

Objetivos

Para llevar a cabo el proyecto se elaboraron objetivos que permitan describir y visualizar las características fundamentales del mismo.

A continuación, se destacan los objetivos importantes:

Objetivo general:

Incentivar la autoestima de los niños del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite, Mixco a través de un material educativo para uso del docente.



Objetivo específico de comunicación:

Elaborar material educativo para que el docente pueda incentivar la autoestima en sus alumnos, actuando a través de información, lecturas, reflexiones y actividades.



Objetivo específico de diseño:

Diseñar un material educativo de fácil legibilidad para el docente e incorporación balanceada entre texto e imágenes.





Capítulo II

Perfiles

Perfil de la Institución

23

Perfil del grupo objetivo

26

SPICE

29

POEMS

30

Mapa de Empatía

31

Perfil de la Institución

Escuela Oficial Rural Mixta No. 842



En el año de 1971 abrió sus puertas iniciando solamente con niños de nivel primario en la jornada matutina, luego de cinco años tuvieron la oportunidad de ampliar la escuela y así poder recibir a niños del nivel básico.



Ubicación

Colonia Ciudad Satélite zona 9 del municipio de Mixco.



Misión

Somos una institución evolutiva, organizada, eficiente y eficaz, generadora de oportunidades de enseñanza-aprendizaje, orientada a resultados, que aprovecha diligentemente las oportunidades que el siglo XXI le brinda y comprometida con una Guatemala mejor.

Ministerio de Educación



Visión

Formar ciudadanos con carácter, capaces de aprender por sí mismos, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral, con principios, valores y convicciones que fundamentan su conducta.

Ministerio de Educación



Objetivos

- Facilitar el ingreso, permanencia y promoción de niños y niñas al primer grado y grados subsiguientes.
- Fortalecer en la población el desarrollo de destrezas, habilidades, formación de hábitos y el cambio de actitudes que aseguran su sostenibilidad en el primer grado del nivel primario.
- Fortalecer la participación comunitaria en las acciones de promoción, organización, implementación y ejecución de CENACEP.
- Promover la participación de la comunidad educativa a nivel local en las acciones de los Centros de Aprestamiento Comunitario en Educación Preescolar. CENACEP.
- Propiciar la formación de valores de convivencia democrática y de interculturalidad.

Ministerio de Educación

**Aniversario**

En el mes de abril la escuela cumplió 46 años de estar formando a jóvenes con valores y principios.

**Alumnos**

Cada uno de los grados cuenta con cinco secciones y con treinta niños aproximadamente en cada una de ellas.

**Inmobiliario**

Cuentan con computadoras e internet en un estado excelente, las mesas, sillas y salón de clases se encuentran en un estado satisfactorio.

**Servicios**

Sí se cuenta con el servicio de agua y luz, aunque en algunos salones de clases las conexiones no sirven y por lo tanto no hay servicio de luz.

Perfil del grupo objetivo



El docente cumple con un papel muy importante en la sociedad; no solamente un facilitador o un orientador, es una columna que sostiene la gran plataforma de la sociedad.

Un verdadero docente es aquel que se preocupa por el bienestar de sus alumnos, se compromete y es parte del proceso educativo. La labor real del maestro va más allá de sí mismo, es una luz que sale de su interior e ilumina a sus alumnos.



Características geográficas

Región: Ciudad Satélite, caseríos, aldeas y asentamientos aledaños

Medio de transporte: Transporte urbano y Ruleteros

Vías de acceso: Roosevelt, Carretera Interamericana, Mixco y San Cristóbal.



Características sociodemográficas

Edad: de 28 a 54 años

Sexo: Femenino

Escolaridad: Bachillerato y Nivel universitario

Estado Civil: solteras y casadas

Función: Madres e hijas

Responsabilidad familiar: Tienen de uno a dos hijos. Algunas personas no poseen familia aún.

Hábitat: La mayoría cuenta con vivienda propia y con todos los servicios básicos (agua, luz e internet).



○ Características socioeconómicas

Ingresos: de Q2,000 a Q2,500 mensuales

Clase social: clase media

Horizontes de consumo: Les gusta comprar útiles o materiales que les pueda ayudar para impartir sus clases. Compran comida y accesorios personales, sin importarles sean de marca.

Religión: católicos y evangélicos

Ocupación: Docentes de grado



○ Características psicopedagógicas

Les gusta mantenerse informados ya que son conscientes de que deben estar en constante formación, adquiriendo nuevos conocimientos para poder transmitirle la información adecuada y comprender a su grupo objetivo.

Cuentan con libros de textos en donde sacan la información para preparar sus clases y al momento de adquirir nuevos conocimientos utilizan la comprensión y con leer una vez es suficiente para ellos.



○ Características psicográficas

Cultura Visual: Les gusta ver canales de televisión en donde emitan programación relacionada con la historia y documentales. También ven series a través de History Channel y otros programas educativos como National Geographic o animal planet. Ven alrededor de 1 a 2 horas de televisión al día.

Medios Impresos: Tienen acceso a El Periódico y Publinews, sus secciones favoritas son economía, cultura, deportes y espectáculos.

Personalidad: Personas alegres, creativas, organizadoras, tienen un carácter llevadero, se preocupan por el bienestar de los demás y son muy sensibles. Les gusta salir con su familia y amigos y se aplican cuando la situación así lo requiere. Son personas con muchas cualidades y características y tienen mucha capacidad pero la actitud de los niños, a veces, no les ayuda a explotarla.

Estilo de vida: Los docentes se dirigen todos los días a la escuela a impartir sus clases, al medio día se dirigen a su casa a hacer el almuerzo para su familia y por la tarde le ayudan a sus hijos con sus tareas o descansan.



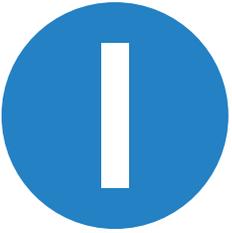
Social

Necesitan más apoyo de parte de los papás de sus alumnos, necesitan que sus alumnos mejoren su autoestima, necesitan un material de apoyo, necesitan ser un poco más estrictas con sus alumnos y que ellos les hagan caso y crean en su palabra.



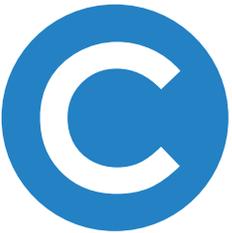
Personas

Desean tener un estilo de vida más saludable, necesitan hacer ejercicio y prepararse más a nivel académico.



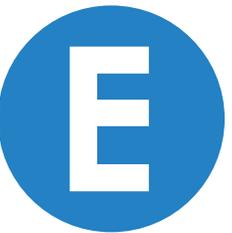
Identidad

Soy una mujer con familia.
Soy una mujer que se preocupa por el bienestar personal.
Soy una mujer entregada a la docencia.
Soy una mujer que se preocupa por mis alumnos.



Comunicación

Necesitan saber acerca de lo que piensan sus alumnos respecto a su clase, necesitan informarse acerca de la autoestima en general, necesitan estar más informadas sobre los acontecimientos del país.



Entorno

Necesitan más atención y apoyo de parte de sus alumnos, que se preocupen por darle seguimiento a sus estudios y procurar que tengan una buena salud mental a pesar de los problemas que existan a su alrededor.



Personas

Docentes preocupados por la educación y bienestar de sus niños.



Objetos

Escuela, aulas, escritorios, sillas, lapiceros, cuadernos, material de apoyo.



Entorno

Avisos, reuniones, actividades, alertas, programaciones.



Mensajes

Conocimiento, procesos, estrategias, cronogramas.



Servicios

Escuelas, tiendas, iglesias, mercado, centros de salud.

Mapa de empatía



¿Qué piensa y siente?

Desean tener un mejor estilo de vida pero son conscientes de sus bajos recursos. La mayoría de ellos sufre desintegración familiar e inseguridad de sí mismos.

¿Qué oye?

Su cosmovisión es alrededor de donde viven y estudian, están acostumbrados a convivir con amigos de la escuela, del barrio y familia.

¿Qué ve?

Su deseo es llegar a completar sus estudios, ser un profesional, trabajar y lograr hacer sus cosas con su propio esfuerzo.

¿Qué dice y que hace?

Necesita aprobación constante de una persona mayor, escaso uso de la tecnología, su léxico es de manera básica, son personas cariñosas.

Figura 1



Capítulo III

Planeación Operativa

Diseño de ruta crítica o flujograma

35

Cronograma de trabajo

44

Previsión de recursos y costos

49

Flujograma

VISITA A INSTITUCIÓN

- Recabar toda la información posible de la institución
- Realizar encuesta a los niños de segundo grado del nivel primario
- Definir pieza gráfica a implementar en el proyecto de graduación
- Fundamentar a través de los resultados de las encuestas
- Recabar información del grupo objetivo

Insumos:

Material para las encuestas: hojas, tinta, impresora y lapiceros.
Depreciación de vehículo
Combustible: Q50.00

Tiempos:

Encuestas: 1 hora
Visita a institución: 3 horas

Total: 4 días



PROCESO DE CONCEPTUALIZACIÓN

- Investigación de técnicas creativas
- Definir posibles técnicas creativas a utilizar y desarrollar
- Crear concepto creativo
- Códigos visuales
- Revisión de contenido que irá en el manual con el tercer asesor

Insumos:

Internet, hojas, tinta e impresora
Combustible: Q50.00
Parqueo: Q3.00

Tiempos:

Investigación y definición de técnicas creativas: 2 horas
Creación de concepto creativo: 3 – 4 horas
Revisión de contenido con tercer asesor: 4 - 5 horas

Total: 2 días

1ER. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (BOCETAJE)

- Elaboración de Prebocetos: a lápiz, mano alzada
- Elaboración de bocetos finales: a mano, crayón y rapidógrafo
- Fundamentación del primer nivel de bocetajes
- Autoevaluación

2DO. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (SELECCION)

- Selección de boceto para digitalización ilustración de bocetos final
- Selección de tipografía, color, formato e íconos
- Jerarquía y estilos de textos
- Estilos de párrafos
- Estilos de carácter
- Evaluación con expertos

Insumos:

Prebocetos: 4 - 5 días

Bocetos finales: 6 – 7 días

Digitalización de bocetos: 10 días

Correcciones por parte de asesores: 4 días

Total: 1 mes aprox.



CREAR HERRAMIENTA DE VALIDACIÓN PARA CLIENTE, PROFESIONALES DE DISEÑO Y G.O

- Desarrollar una Encuesta para evaluar funcionalidad del concepto, pieza, ilustraciones, etc. del proyecto de graduación hacia el Cliente y hacia profesionales de Diseño.
- Correcciones del Asesor.

Insumos:

Hoja, tinta e impresora
Depreciación de vehículo
Combustible: Q50.00

Tiempos:

Elaboración encuestas: 3 días
Correcciones del asesor: 2 días

Total: 5 días

VISITA A INSTITUCIÓN PARA APROBACIÓN Y VALIDACIÓN DE PROPUESTA

- Desarrollar la conceptualización del proyecto de graduación. Explicar todo su proceso: mapas conceptuales, conceptualización teórica, línea gráfica e implementación de concepto a la pieza editorial. Mencionar que esta conceptualización ha sido previamente aprobada por el asesor.
- Aprobación de conceptualización.
- Presentación de 2 opciones digitalizadas.
- Elección de una opción final digitalizada.
- Evaluar funcionalidad de opción digitalizada a través de la encuesta.
- Tabulación de datos y elaboración de gráficos.
- Posibles correcciones

Insumos:

Material de apoyo para presentar conceptualización:
presentación en PDF, USB y computadora.
Impresiones para validación: hojas y tinta.
Lapiceros para clientes.
Depreciación de vehículo
Combustible: Q50.00
Alimentos: Q35.00.

Tiempos:

Visita a Institución: 5/6 horas.
Tabulación de datos: 3 días.
Correcciones: 3-4 días.

Total: 7 días



VALIDACIÓN CON PROFESIONALES DE DISEÑO

- Evaluar funcionalidad de opción digitalizada final a través de la Encuesta.
- Tabulación de datos y elaboración de gráficos.
- Posibles correcciones de las propuestas.

Insumos:

Hojas, tinta e impresora
Fotocopias para los profesionales
Lapiceros
Combustible: Q50.00

Tiempos:

Encuestas a diseñadores: 7 días
Tabulación de datos: 3 días

Total: 10 días

3ER. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (ARTE FINAL)

- Correcciones en ilustraciones y texto
- Montaje de texto en todo el manual
- Montaje de masters pages en todas las hojas
- Revisión de colores, tamaños, etc. para impresión

Insumos:

Computadora
Depreciación de vehículo
Combustible: Q50.00

Tiempos:

Del arte final: 10 días
Correcciones: 5 días

Total: 15 días



VISITA A INSTITUCIÓN PRESENTACIÓN DE PROPUESTA FINAL

- Se presenta la propuesta final. Se hace entrega de un CD con una copia del trabajo para mandarlo a impresión.
- Se presentan los objetivos del proyecto de graduación, con el fin de recalcar su cumplimiento y alcance.
- Fase de evaluación y redacción de informe y de aprendizajes (conclusiones y recomendaciones).

Insumos:

Material de apoyo para presentar propuesta final: presentación en PDF, USB y computadora.

Depreciación de vehículo

Combustible: Q50.00

Tiempos:

Entrega: 1 día

Total: 1 día

FIN

Tiempo final:

80 días

3 meses

Este resultado es si se aprueban todas las fases.

Tabla 2

Cronograma

Actividad	Fecha	Horas/ días
<p>VISITA A INSTITUCIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> · Recabar toda la información posible de la institución · Realizar encuesta a los niños de segundo grado del nivel primario · Definir pieza gráfica a implementar en el proyecto de graduación · Fundamentar a través de los resultados de las encuestas · Recabar información del grupo objetivo 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Encuestas: 1 hora</p> <p>Visita a institución: 3 horas</p> <p>Total, tiempo: 1 día</p>
<p>PROCESO DE CONCEPTUALIZACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> · Investigación de técnicas creativas · Definir posibles técnicas creativas a utilizar y desarrollar · Crear concepto creativo · Códigos visuales · Revisión de contenido que irá en el manual con el tercer asesor 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Investigación y definición de técnicas creativas: 2 horas</p> <p>Creación de concepto creativo: 3 – 4 horas</p> <p>Revisión de contenido con tercer asesor: 4 - 5 horas</p> <p>Total, tiempo: 2 días</p>

Actividad	Fecha	Horas/ días
<p>1ER. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (BOCETAJE)</p> <ul style="list-style-type: none"> · Elaboración de Prebocetos: a lápiz, mano alzada · Elaboración de bocetos finales: a mano, crayón y rapidógrafo · Fundamentación del primer nivel de bocetajes · Autoevaluación 		
<p>2DO. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (SELECCION)</p> <ul style="list-style-type: none"> · Selección de boceto para digitalización · Ilustración de bocetos final · Selección de tipografía, color, formato e íconos · Jerarquía y estilos de textos · Estilos de párrafos · Estilos de carácter · Evaluación con expertos 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Prebocetos: 4 - 5 días</p> <p>Bocetos finales: 6 - 7 días</p> <p>Digitalización de bocetos: 10 días</p> <p>Correcciones por parte de asesores: 4 días</p> <p>Total, tiempo: 1 mes aprox.</p>

Actividad	Fecha	Horas/ días
<p>CREAR HERRAMIENTA DE VALIDACIÓN PARA CLIENTE, PROFESIONALES DE DISEÑO Y G.O</p> <ul style="list-style-type: none"> · Desarrollar una Encuesta para evaluar funcionalidad del concepto, pieza, ilustraciones, etc. del proyecto de graduación hacia el Cliente y hacia profesionales de Diseño. · Correcciones del Asesor 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Elaboración encuestas: 3 días</p> <p>Correcciones del asesor: 2 días</p> <p>Total, tiempo: 5 días</p>
<p>VISITA A INSTITUCIÓN PARA APROBACIÓN Y VALIDACIÓN DE PROPUESTA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Desarrollar la conceptualización del proyecto de graduación. Explicar todo su proceso: mapas conceptuales, conceptualización teórica, línea gráfica e implementación de concepto a la pieza editorial. Mencionar que esta conceptualización ha sido previamente aprobada por el asesor. · Aprobación de conceptualización. · Presentación de 2 opciones digitalizadas. 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Visita a Institución: 5/6 horas.</p> <p>Tabulación de datos: 3 días.</p> <p>Correcciones: 3-4 días.</p> <p>Total, tiempo: 7 días</p>

Actividad	Fecha	Horas/ días
<ul style="list-style-type: none"> · Elección de una opción final digitalizada. · Evaluar Funcionalidad de opción digitalizada a través de la Encuesta. · Tabulación de datos y elaboración de gráficos. · Posibles correcciones 		
<p>VALIDACIÓN CON PROFESIONALES DE DISEÑO</p> <ul style="list-style-type: none"> · Evaluar funcionalidad de opción digitalizada final a través de la Encuesta. · Tabulación de datos y elaboración de gráficos. · Posibles correcciones de las propuestas. 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Encuestas a diseñadores: 7 días</p> <p>Tabulación de datos: 3 días</p> <p>Total, tiempo: 10 días</p>

Actividad	Fecha	Horas/ días
<p>3ER. NIVEL DE PROCESO CREATIVO (ARTE FINAL)</p> <ul style="list-style-type: none"> · Correcciones en ilustraciones y texto · Montaje de texto en todo el manual · Montaje de masters pages en todas las hojas · Revisión de colores, tamaños, etc. para impresión 		
<p>VISITA A INSTITUCIÓN PRESENTACIÓN DE PROPUESTA FINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> · Se presenta la propuesta final. Se hace entrega de un CD con una copia del trabajo para mandarlo a impresión · Se presentan los objetivos del proyecto de graduación, con el fin de recalcar su cumplimiento y alce · Fase de evaluación y redacción de informe y de aprendizajes (conclusiones y recomendaciones) 	<p>Semana del 1 al 10 de agosto de 2017</p>	<p>Encuestas a diseñadores: 7 días</p> <p>Tabulación de datos: 3 días</p> <p>Total, tiempo: 10 días</p>

Tabla 3

Previsión de recursos y costos

Tabla 4

Recursos y responsables			
Recursos humanos	Pedro Barahona Josefina Ruano Mónica Castañeda	Director Docente de segundo grado Epesista	
Recursos técnicos	Computadora (depreciación)	Epesista	Q 1,000.00
	Dispositivos de almacenamiento	Epesista	Q 100.00
	Cámara fotográfica	Epesista	Q 900.00
	Impresiones	Epesista	Q 600.00
	CD's y DVD	Epesista	Q 50.00
	Internet (Q200.00/ mes)	Epesista	Q 600.00
	Transporte/ combustible (Q200.00/ mes) (visitas a la escuela, universidad, imprevistos)	Epesista	Q 600.00
	Teléfono (Q250.00/ mes)	Epesista	Q 700.00
	Electricidad (Q200.00/ mes)	Epesista	Q 600.00
	Información para incluir en el material audiovisual	Epesista	



9 9
3 3 = 9
4 4 = 16
5 5 = 25
6 6 = 36
7 7 = 49
8 8 = 64
9 9 = 81
10 10 = 100

Wilson

Capítulo IV

Marco Teórico

El mundo de la autoestima

53

La autoestima en lo social y ético

68

El diseño y diseño editorial

76

El mundo de la autoestima

Etiología de la palabra autoestima

La palabra autoestima se encuentra formada por el prefijo griego “αυτος”, “autos”, que significa “por sí mismo” o, “hacia sí mismo”, adicionado a la palabra estima, que proviene de latín “aestimar”, que significa “valorar”, “apreciar”. Así, la autoestima no es otra cosa de la valoración o el aprecio hacia sí mismo.

Historia de la autoestima

El constructo psicológico de autoestima (o auto concepto) se remonta a William James, a finales del siglo XIX, quien, en su obra Los Principios de la Psicología, estudiaba el desdoblamiento de nuestro «Yo-global» en un «Yo conoedor» y un «Yo conocido». Según James, de este desdoblamiento, del cual todos somos conscientes en mayor o menor grado, nace la autoestima.

Ya entrado el siglo XX, la influencia inicial de la psicología conductista minimizó el estudio introspectivo de los procesos mentales, las emociones y los sentimientos, reemplazándolo por el estudio objetivo mediante métodos experimentales de los comportamientos observados en relación con el medio.

El conductismo situaba al ser humano como un animal sujeto a reforzadores, y sugería situar a la propia psicología como una ciencia experimental similar a la química o a la biología. Como consecuencia, se descuidó durante bastante tiempo el estudio sistemático de la autoestima, que era considerada una hipótesis poco susceptible de medición rigurosa.

A mediados del siglo XX, y con la psicología fenomenológica y la psicoterapia humanista, la autoestima volvió a cobrar protagonismo y tomó un lugar central en la autorrealización personal y en el tratamiento de los trastornos psíquicos. Se empezó a contemplar la satisfacción personal y el tratamiento psicoterapéutico, y se hizo posible la introducción de nuevos elementos que ayudaban a comprender los motivos por los que las personas tienden a sentirse poco valiosas, desmotivadas e incapaces de emprender por ellas mismas desafíos.

Carl Rogers, máximo exponente de la psicología humanista, expuso su teoría acerca de la aceptación y autoaceptación incondicional como la mejor forma de mejorar la autoestima.

Concepto de la autoestima

Rogers (1967), establece que la autoestima es la composición experiencial constituida por percepciones que se refieren al Yo, a las relaciones con los demás, con el medio y la vida en general, así como los valores que el sujeto concede a las mismas. Se puede apreciar en consecuencia que para este autor el concepto es netamente subjetivo.

Stanley Coopersmith, psicólogo infantil, pionero en el campo de la investigación sobre la autoestima, la define como la evaluación que el individuo hace y mantiene con respecto a sí mismo; expresa una actitud de aprobación o desaprobación, e indica hasta donde el individuo cree que es capaz de ser exitoso, significativo, capaz y trascendente.

es un juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que el individuo tiene consigo mismo.' (Coopersmith, 1967).

La autoestima contiene, por una parte, la imagen que la persona tiene de sí misma y de sus relaciones factuales con su medio ambiente y, por otra, su jerarquía de valores y objetivos-meta. Dichos valores forman un modelo coherente a través del cual la persona trata de planificar y organizar su propia vida dentro de los límites establecidos por el ambiente social (Roman, 1983).

De hecho la autoestima presenta consecuencias sociales. Por ejemplo, una autoestima saludable es fundamental para una percepción vital y una competencia emocional, que se refleja en la calidad de las relaciones. En cambio una baja autoestima se encuentra presente en una buena parte de los diagnósticos psiquiátricos y por lo tanto, en relaciones disfuncionales con el entorno (American Psychiatric Association, 1987).

Markus y Wurf (1987) definen la autoestima como los juicios sobre la propia valía, que se puede ver afectada por los rasgos culturales (servicialidad, honestidad, etc.), y por otros que se perciben como valiosos y significativos para los demás.

Podemos decir que la autoestima es un agente protector de situaciones estresantes, ya que una elevada autoestima anima al sujeto a participar en un mundo de relaciones recíprocas en el que recibe y ofrece ayuda, posibilitándose el acceso al apoyo social disponible e incidiendo en la promoción del bienestar psicológico (Herrero, 1994).

Por otra parte Rosenberg (1965, citado por Burns, 1990) define la autoestima como una actitud positiva o negativa hacia un objeto particular, en concreto el yo. La autoestima baja sugiere autorechazo, autodesprecio y autoevaluación negativa.

De André, Verónica (1999) define la autoestima como nuestra capacidad para aceptar y reconocer tanto nuestra luz, como nuestra sombra.

Reasoner, Robert (2000) Presidente del Consejo Internacional para la Autoestima, la define como 'una callada confianza en el potencial propio'.

EcuRed (2009) Define la autoestima como un aspecto muy importante de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor.

Importancia de la autoestima

La autoestima es importante porque la valoración de sí mismo es la fuente de la salud mental. La autoestima es la idea que tú tienes de ti mismo. Es cuanto tú te valoras y cuanto importante piensas que eres.

¿Qué es necesario para desarrollar la autoestima?

Presentamos algunos consejos que pueden ayudar a mejorar la autoestima:

1. Necesitas evaluar cómo te sientes acerca de ti mismo.

Cuando te miras en el espejo, ¿te gusta lo que ves? ¿Estás orgulloso de sus habilidades y logros? ¿Crees que eres una persona valiosa? ¿Crees que puedes alcanzar tus metas?. Si has contestado no en alguna de estas preguntas, entonces es hora de que te revalúes. Es necesario que te des cuenta de que tienes algo que compartir con el mundo, y que debes celebrar tu existencia. Esto no significa que debas ser jactancioso, sólo que te aprecies más a ti mismo.

2. Compararse con los demás realmente no es una buena idea. Mirar a otra persona y pensar que él o ella tienen más habilidades, más dinero, más amigos, o algo más de cualquier cosa que tú; te hará sentir aún más pequeño. Recuerda que eres único, a tu manera, y nunca podrás ser igual a otra persona. Tú eres tú, y debes ser feliz y orgulloso de ello.

3. Creer en sí mismo. Desarrollar la autoestima requiere que seas capaz de confiar en ti mismo. Tienes que ser capaz de tomar decisiones, sin importar que sean irrelevantes o determinantes, con relación a tu vida. Las personas que constantemente dudan y se cuestionan a sí mismas, eventualmente se dan cuenta de que las oportunidades ya han pasado, el tiempo llegó y siguió de largo, de tal manera que han perdido los mejores momentos de su vida. Si quieres evitar esto, entonces es el momento de confiar en ti mismo y empezar a creer en las decisiones que tomas.

4. Tiene que dejar de medir tu autoestima a través de los ojos de otras personas.

Muchas veces, la gente está contenta con lo que son y dónde están, pero cuando empiezan a escuchar lo que otros piensan que deberían ser o lo que deben hacer; es cuando comienzan a creer que lo que son y lo que tienen no es suficiente. Mucha gente elige su carrera universitaria, cambia de carrera profesional, se mudan a una ciudad diferente; todo porque otras personas lo dicen. Recuerda, el juez más importante de tu autoestima eres tú. Si eres feliz y estás satisfecho, entonces no dejes que nadie te diga lo contrario.

5. Rodéate de personas que tengan una actitud positiva hacia la vida.

Desafortunadamente, conocer gente que constantemente te dañan el día es casi inevitable. Pero, afortunadamente para ti, estás en libertad de escoger las personas con las que deseas pasar el tiempo. Familia, amigos y compañeros de trabajo que te respeten y valoren como persona siempre son bienvenidos para mejorar tu autoestima. Saber que eres amado y necesitado, te da un sentimiento de propósito y realización.

Autoimagen, base de la autoestima

Un autoconcepto positivo lleva a una autoestima positiva y viceversa. El autoconcepto y la autoestima son el resultado de un largo proceso, determinado por un gran número de experiencias personales y sociales. Los éxitos y los fracasos, las valoraciones y comentarios de las personas que rodean al niño y al adolescente, el ambiente humano en que crece, el estilo educativo de padres y profesores y los valores y modelos que la sociedad ofrece van construyendo el autoconcepto y la autoestima de forma casi imperceptible. El autoconcepto es una realidad psíquica muy compleja.

La autoimagen es la opinión de como creemos que los demás nos ven. La autoimagen y la autoestima se relacionan porque si tenemos una imagen saludable de nosotros mismos nuestra autoestima será alta. A continuación 3 temas importantes relacionados con la autoimagen:

1. Cuando somos pequeños nuestros padres, maestros, personas de autoridad y amigos dicen algo sobre nosotros con respecto a nuestra imagen. Por ejemplo: "Sos igual que tu padre", "sos muy bajo" y otros comentarios.
2. De acuerdo a estos comentarios nosotros sacamos conclusiones: "Si soy muy bajo nunca voy a poder jugar al basquetball".
3. Mi ser real dice: en realidad no soy ni muy bajo ni muy alto, solamente cuando me comparo con las expectativas y creencias de las demás personas.

La autoestima y la inteligencia emocional

La inteligencia emocional incluye habilidades como la capacidad de automotivarse, la perseverancia, el autocontrol. Todo podría resumirse en éste último concepto: el autocontrol de las emociones.

Las emociones son las que nos mueven, nos llevan entrar en acción, lo cual es claro en niños y animales, en comparación con los adultos quienes "civilizadamente" hemos aprendido a separar la emoción de la acción, por lo tanto, el concepto de Inteligencia Emocional postula ampliar la noción de inteligencia, tradicionalmente ceñida a una serie de habilidades racionales y lógicas, incorporando esto a una serie de habilidades emocionales.

La Inteligencia Emocional postula también el manejo de las emociones, esto se refiere a que se posea la capacidad de controlar los impulsos para adecuarlos a un objetivo. Enfocado a una persona con baja en el autoestima, esto sería adecuar las emociones de baja valía que se tengan en determinado momento, aprender a manejarlas, trabajar en ellas y si es posible, en este caso suprimirlas o adecuarlas a un momento determinado.

Aprender a crear un determinado estado emocional son palabras mayores, para lo cual se les recomienda a los bajos de autoestima comenzar por intentar controlar la duración de las emociones, la persona identifica el sentimiento (o la emoción) de la tristeza y él mismo controla, o debería de controlar, la duración de ésta y otras emociones nocivas al organismo.

Los 6 pilares de la autoestima

Con una autoestima saludable y bien desarrollada, podremos alcanzar una estabilidad emocional que nos acompañe en nuestra vida personal y profesional.

La autoestima no depende del entorno en el que vives, ni de tu posición social, ni de tus talentos, ni siquiera depende del reconocimiento de los demás. La autoestima sólo depende de ti y, sabiendo esto, la puedes entrenar trabajando estos seis pilares de la autoestima.

La autoestima no depende de lo que piensen los demás sobre ti. Cultiva estos 6 pilares:

1. Vivir Conscientemente – Vivir en el aquí y el ahora

No te limites a resolver los problemas o a solucionar lo urgente del día a día. Ten una actitud proactiva, sal al encuentro de los problemas y plantéatelos como retos a superar.

Acepta tus errores y aprende de ellos. Vive en el presente, en el aquí y en el ahora. Para cultivar este pilar puedes empezar a conocerte a ti mismo y descubrir todo aquello que te queda por vivir. Prueba a tomar decisiones y a aceptar sus consecuencias. Reconoce tus debilidades pero también tus puntos fuertes.

El Mindfulness (conciencia plena en el momento presente) te puede ayudar en este sentido. Si quieres puedes empezar a meditar hoy.

2. Aceptarse a uno mismo

Cuanto más nos conocemos más cosas descubrimos sobre nosotros mismos, y esto también conduce a conocer más "defectos" o cosas que no son como nos gustaría que fuesen. Este hecho puede darnos dolor y frustración si no lo aceptamos, pero puede darnos un punto de salida si queremos ser mejores continuamente.

Si no nos aceptamos completamente, no lograremos amarnos a nosotros mismos (ni entenderemos que otras personas nos amen). Acabarás sabotando tus relaciones y

tus logros personales y profesionales. Total, no los mereces. No eres lo suficientemente bueno.

Las personas que no se aceptan a sí mismas, en el fondo creen que no merecen amor ni éxito e la vida.

Por eso aceptarse a uno mismo no es sinónimo de resignarse. No implica que no estemos dispuestos a mejorar, sino que comprendemos nuestros límites y, a pesar de ellos, podemos ser felices y seguir trabajando para ser algún día nuestra mejor versión.

3. Autorresponsabilidad – Aceptar la responsabilidad de uno mismo

Significa comprender y aceptar que somos responsables al 100% de nuestros actos, comportamientos y decisiones. También de nuestros pensamientos, deseos, valores y creencias. En definitiva, quiere decir que somos los únicos responsables de nuestra felicidad.

Éste es uno de los pilares que más debe trabajar porque estamos continuamente echando balones fuera y culpando a los demás de lo mal que nos va en la vida. Sólo aceptando que somos responsables de todo lo que nos pasa, seremos capaces de dejar de culpar a los demás y tomar las riendas de nuestra vida.

4 . Autoafirmación – Ser coherente

Viene a ser respetar nuestras necesidades, lo que es importante para nosotros. Nuestros valores y sueños son importantes y no debemos abandonarlos a la ligera.

A veces podemos sentir la inclinación a comportarnos de una forma socialmente aceptada, dejando de lado quiénes realmente somos.

Por ejemplo, si alguien hace bullying a otro compañero, podemos callar por temor a que nosotros también seamos objetivo de acoso. Sin embargo, rechazar todo aquello con lo que no estás de acuerdo hace que se refuerce tu autoafirmación.

Todo lo que contradiga tus valores debes enfrentarlo, o al menos mantenerte lejos. Sólo te hará daño y hará que tu autoestima se resienta.

5. Vivir con propósito – Vivir con visión

Si vivimos con propósito, comprendemos que nuestra felicidad y las decisiones que tomemos dependen de nosotros mismos. Esto hace que yo actúe cada día en una dirección, que efectúe cambios encaminados a conseguir un objetivo.

Vivir con propósito hace que estemos más orientados y nos enfoca. Además, conseguir estos pequeños hitos o submetas hace que nos sintamos más capaces y confiados de nuestra propia valía.

Así podremos lograr aquello que nos apasiona y llegar a la autorrealización.

6. Integridad personal – Nunca fallar a tus valores

La integridad personal es comportarnos según lo que queremos y lo que somos, siendo congruentes con nuestros ideales y nuestra filosofía de vida.

Es posible que en situaciones nos encontremos enfrentados, si por ejemplo trabajas para una empresa que choca con tu integridad personal, puede hacer que sientas estrés, somatices tus emociones silenciadas y sufras. Por eso, el conocerte a ti mismo y respetar tu esencia, hace que todo esté más alineado y vivas alimentando a tu “yo esencial”.

Si sigues alimentando ciertas acciones que contradigan tu integridad personal, acabará pasándote factura y puede generar consecuencias negativas en tu autoestima.

En otras palabras, cuando nuestras creencias, valores e ideales están integrados con nuestra rutina y los honramos diariamente, podremos desarrollar una auténtica autoestima.

Características de una buena autoestima

- **Cree firmemente en los valores y principios**, y está dispuesto a defenderlos aunque encuentre fuertes oposiciones, sintiéndose lo suficientemente seguro como para modificar esos valores si nuevas experiencias le indican que estaba equivocado.
- **Es capaz de actuar de forma acertada**, confiando en su juicio y sin sentirse culpable cuando a otros les parece mal lo que hizo.
- **No emplea demasiado tiempo preocupándose** por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- **Tiene confianza con su capacidad** para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- **Se considera y realmente se siente igual que cualquier otra persona**, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, profesión o posición económica.
- **Sabe que es una persona interesante y valiosa** para otros, por lo menos para aquellos con quienes convive más tiempo.
- **No se deja manipular por los demás**, aunque está dispuesto a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- **Reconoce y acepta** en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivos como negativos.

- **Es capaz de disfrutar** diversas actividades como estudiar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etcétera.
- **Es sensible a las necesidades de los otros**, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

Características de una baja autoestima

- **Autocrítica dura y excesiva** que lo mantienen en un estado de insatisfacción consigo mismo. Por lo general los niños suelen decirse lo siguiente:
 - Soy un tonto
 - No sirvo para nada
 - No sé hacer nada
 - No puedo, etcétera
- **Rechazo a la crítica.** Significa que si usted le dice cualquier cosa, ellos sienten inmediatamente que los están atacando, por lo que van a responder con agresividad. Por lo general, ellos van cultivando resentimientos contra los que creen sus críticos.
- **Indecisión crónica.** El problema no es que en realidad no sepa hacer las cosas, sino que sienten un miedo exagerado a equivocarse, que no se deciden a hacer nada.
- **Tienen deseo innecesario por complacer.** Ellos sienten un gran temor a decir “no” por miedo a que desagraden.
- **Intentan ser perfectos.** Esto puede debilitarlos demasiado, porque si las cosas no resultan como consideraban que debían ser, inmediatamente se sienten destruidos.

- **Sentimiento de culpa.** Tienden a acusarse y condenarse por sus conductas, las cuales no siempre son malas, pero ellos ya no miden y condenan la magnitud de sus errores y se lamentan indefinidamente sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- **Antipatía.** Se encuentran como quien dice “a punto de turrón”; siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia. Todo les disgusta, los decepciona, los molesta; sobre todo, nada les satisface.
- **Actitud defensiva.** Todo lo ven negro: su vida, el futuro, el tiempo, sus amigos, etc., perdiendo la alegría de vivir.

La autoestima en lo social

“La autoestima es la opinión que los niños tienen de sí mismos; también se le puede llamar autovaloración. Se considera que incluye no sólo los juicios cognoscitivos de los niños sobre sus capacidades sino también sus reacciones afectivas ante estas autoevaluaciones”.
(Bernard, Miguel) (P. 9)

La forma en que cada uno de los niños se valora a sí mismo influye en la manera de comportarse en su hogar, en la escuela y en la sociedad. Una persona con una autoestima alta suele ser abierta, confiada, asertiva, por el contrario, una persona con baja autoestima tendrá más tendencia a encerrarse en sí mismo y comportarse de forma tímida, desanimada, tensa, enojada o triste, llegando así a aislarse de las personas que viven a su alrededor debido a sus actitudes.

Las personas con baja autoestima están en una constante búsqueda de aceptación ya que tienen dificultad para sentirse valiosos y seguros de sí mismos y por tanto dignos de ser amados por los demás, intentando así buscar en los demás una valoración que no son capaces de darse a sí mismos y con miedo que constantemente sean rechazados.

“La experiencia me ha enseñado que sólo cuando uno ha empezado a aceptarse y amarse a sí mismo, es capaz de aceptar y amar a los demás”.(J.L Martín Descalzo) (P. 35)

No podemos darles a las demás personas aquello que ni nosotros mismos tenemos. Si una persona no se siente seguro no podrá transmitir seguridad al igual de alguien que no pueda ser feliz, no podrá dar felicidad.

Debemos de comenzar a preocuparnos por estar bien nosotros mismos en todos los aspectos de nuestra vida para poder dar una buena imagen y ser de ayuda para las demás personas.

Hoy en día se vive en una sociedad en donde las personas están más pendientes de lo que sucede en la vida de los demás que en la suya. Una sociedad de etiquetas, las personas hablan, murmuran, comentan y critican lo que hacen o dejan de hacer los demás, no lo podemos evitar.

“Si hay en el mundo algo especialmente difícil y para lo que, sin embargo, nos sentimos perfectamente preparados, es el arte de criticar”.(J.L Martín Descalzo) (P. 98)

La sociedad puede llegar a influir en nuestra autoestima a través del feedback, que es la respuesta que los demás dan a nuestras acciones. Según esa respuesta, sea de aceptación o de rechazo, la autoestima de las personas puede elevarse o disminuir.

“La crítica y el elogio son otras tantas formas de impartir o denegar afirmación de los demás y, de este modo, facilitar o dificultar el desarrollo de su autoestima. Nuestra autoestima y la de nuestros interlocutores también se dejan influir por la forma de recibir elogios o críticas. De ahí la importancia de aprender el arte de impartirlos y de recibirlos”. (P. 98)

Hay que tener en cuenta que nadie es monedita de oro para caerle bien a todas las personas, es decir, que siempre habrá críticas destructivas hacia nosotros, pero depende de cada persona como recibe ese mal comentario. Recuerda que nadie tiene derecho a quitarte tú paz ni mucho menos tú autoestima.

Otra de las formas en las que la sociedad puede influir en nosotros es a través de la imposición de deberes morales, poniendo en riesgo nuestra ética. Una persona con una autoestima equilibrada y segura de sí misma examinará esos deberes y aceptará sólo aquellos con los que está de acuerdo según sus sentimientos y pensamientos. Por el contrario, una persona con baja autoestima intentará vivir según esos deberes sin planteárselos, con lo cual puede verse atrapada entre sus verdaderos deseos y la sensación de culpa que le produce separarse de lo que ordena la sociedad.

“La autoestima es el factor que decide el éxito o el fracaso de cada niño como ser humano “. (D.C. Briggs) (P. 133)

Con la ayuda de los padres de familia, maestros y de la escuela, el niño tendrá una mejor calidad de vida a nivel social, de desarrollo, emocional hasta el aspecto físico y mental. Desde pequeños es importante educar, escolarizar y estar pendientes de su crecimiento y comportamiento para que el día de mañana sean personas exitosas, respetuosas y con valores.

Una buena autoestima es fundamental para el desarrollo del niño y con el manual a realizar los niños no sólo mejorarán en su autoestima si no también en su estado emocional y sus relaciones sociales. El proceso de aprendizaje será mucho más fácil ya que se sentirán seguros y capaces de lograr lo que se propongan y eso les ayudará a sentir confianza en lo que hacen y dicen dentro y fuera de la escuela.

El material didáctico será un medio facilitador de aprendizaje, el cual motivará tanto a los maestros para realizar sus clases como a los niños para estar más alegres y animados a realizar las tareas y a convivir con sus demás compañeros.

Un niño es el futuro de la humanidad pero también el presente, es por eso que debemos prestarles atención y ayudarlos en su proceso de crecimiento desde pequeños.

“El niño valora su propia personalidad al caer en la cuenta de que puede ser independiente y realizar ciertas cosas por su propio esfuerzo”. (M. Montessori) (P. 139)

La sociedad juega un papel sumamente importante para el desarrollo de los niños ya que establece normas, y a partir de estas las familias crean ciertos patrones o formas de vida que son transmitidos a los miembros de su hogar y que determinan la forma de comportamientos y modelo a seguir.

Aquellas personas que no tienen una buena autoestima y que no se sienten capaces de realizar cosas que impacten dentro de la sociedad tienden a buscar trabajos de sometimiento y evitan las situaciones en donde se necesite responsabilidad de su parte.

En nuestra sociedad la mayoría de personas se deja llevar por “el qué dirán” y esto puede llegar a ser perjudicial ya que su nivel de autoestima depende de lo que piensan y dicen las demás personas. En cierta forma la autoestima también está ligada a lo que hace cada persona para ganarse la vida, es decir, que si tiene una posición social muy alta, un buen sueldo, un buen puesto, un buen carro, un buen trabajo, muchos amigos, etc. su autoestima será

elevada por el simple hecho de tener todo ese tipo de cosas. Lo cual es un pensamiento completamente incorrecto.

“Aunque puede tener conciencia de la importancia de su rol, aun así, se considera a sí misma un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás. Todo esto si se analiza con detenimiento, nos llevará a la conclusión de que seguramente su problema se inició en la infancia”. (Bernard, Miguel) (P.56)

Tal como lo indica Bernard en el párrafo anterior, existen personas que lo tienen todo (talento, carisma, inteligencia, oportunidades, etc) menos el respeto y la credibilidad hacia ellos mismos, en algunas ocasiones hay personas que creen en nosotros y ven muchas cualidades y oportunidades que ni nosotros hemos visto o querido creer.

“Todo niño se ve a sí mismo desde el punto de vista de los grupos de los que forma parte y todo aquello que piensen de él influirá positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar”. (Bernard, Miguel) (P. 56)

Muchas personas cambian su forma de ser y de pensar sólo por querer encajar en un lugar o con un grupo de personas, sin saber que cada uno tiene su propia esencia y que eso es lo que lo diferencia de los demás. Debemos ser nosotros mismos, no dejarnos llevar por la presión grupal o por quererle caer bien a otras personas.

“Los niños tienen que estar preparados para que no lastimen y no desvaloricen su autoestima y más aún en nuestra cultura en la cual existe mucha discriminación y desigualdad social”. (Buch, Karina) (P. 28)

Los problemas de una baja autoestima durante la adolescencia, la época de más presión grupal, relaciones difíciles, pérdida de comunicación con los padres, timidez, inseguridad, depresión, agresividad y violencia dentro y fuera de la familia llegan a afectar en el rendimiento escolar.

“La violencia que hoy enluta al mundo es producto de una opulencia represiva. Los erróneos valores que un sistema social diseña”. (Ramírez, Augusto) (P.28)

La violencia es uno de los problemas que más aqueja a nuestro país. Hoy en día las personas buscan castigar a los demás con sus propias manos para satisfacer su necesidad tanto en lo físico como en lo psicológico.

La pobreza, las comunidades súper pobladas y el estrés tiene como resultado una serie de frustraciones que son un detonante a la agresividad entre seres humanos.

La agresividad que existe en nuestro país es el resultado de frustraciones personales y que, expresadas por medio de las actitudes violentas, mientras más forzadas sean por el entorno existe más probabilidad de que sucedan.

Cuando los niños sufren de violencia, la mayoría de veces, es el resultado de una serie de frustraciones por parte de los padres de familia o adultos.

Personas que tuvieron una infancia difícil, que también fueron maltratados, que sufrieron pobreza, que tuvieron algún vicio, familias desintegradas, entre otros.

Si bien es cierto es que los niños no tienen ningún derecho de estar pagando los problemas de los adultos, pero es una situación que los padres debieron de haber cortado ese círculo y tratar a sus hijos de una forma diferente.

A raíz de la violencia que sufren, los niños tienen un muy bajo conocimiento de ellos mismos, no se aman ni se valoran por la constante violencia a la que están dispuestos. Además, que se muestran distraídos, sin ganas de hacer algo, son impulsivos, se resisten a seguir instrucciones, no les gusta la disciplina y con esto buscan llamar la atención.

Todo este tipo de problemas llevan a muchos jóvenes a consumir drogas o a que cometan actos delictivos para así canalizar sus problemas o frustraciones.

“Lo más importante de este concepto es que todos los estudios van encaminados a entender cómo el ser humano es capaz de establecer los mecanismos necesarios para agruparse y convivir, de cómo es capaz de superar las diferencias entre los individuos para crear relaciones sociales que hacen que un grupo, una región, un país, se mantengan como tal”. (Importancia) (párr. 8)

La autoestima responsable del éxito

Si una persona tiende a valorarse, se transforma en el guía de su propia vida y está protegida de sentir culpas irracionales, de creerse incapaz, mala, inútil o de tener que complacer para ser aceptada.

La persona creativa sólo crece desde la confianza en sí misma, en su originalidad y capacidades, desde la autovaloración, y la vivencia de la propia valía. Los grandes hombres y mujeres han creído siempre en sí mismos, dentro de un gran sentido de la realidad.

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que estos están intrínsecamente ligados. Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, así como también es la base de una salud mental y física adecuada, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

El diseño y diseño editorial

“La palabra diseño se refiere a un boceto, bosquejo o esquema que se realiza, ya sea mentalmente o en un soporte material, antes de concretar la producción de algo. El término también se emplea para referirse a la apariencia de ciertos productos en cuanto a sus líneas, formas y funcionalidades”. (Pérez, Julián)

Antes de comenzar a diseñar se sigue todo un proceso de diseño, como lo es el observar, investigar, generar lluvia de ideas, conectar conceptos, realizar bocetos y finalmente iniciar la producción. Todo este proceso es necesario para poder llegar a nuestro propósito final.

Cuando diseñamos, no debemos tomar en cuenta solo un elemento si no percibir la totalidad, pues esto hará que nuestro diseño funcione de una mejor manera, además debemos conocer las necesidades y emociones de nuestro grupo objetivo para poder llegar a crear un sentimiento y un vínculo afectivo.

El alemán Thomas F. Schutte, afirmó: “El diseño es un medio por el cual se cumplen objetivos finales tales como servir a los mercados y generar beneficios. Además, es un elemento de responsabilidad social. Un buen diseño es una manera de complementar el rendimiento”.

El diseño gráfico no solo se trata de diseñar logotipos. Las ramas que estudia el diseño gráfico son diversas, hay una gran variedad de ramas en esta carrera que tal vez no conocías. Cada una de ellas es un mundo totalmente único por lo que un titulado del diseño gráfico profesional no podría dominarlas todas por completo.

Las ramas del deño son las siguientes:

- Diseño web
- Diseño editorial
- Identidad corporativa
- Diseño Multimedia
- Ilustración
- Animación 3D
- Fotografía

El Diseño Editorial es la estructura y composición que forma a libros, revistas, periódicos, catálogos, caratulas, volantes, afiches, entre otros. Es la rama del diseño grafico que se enfoca de manera especializada en la estética y diseño tanto del interior como el exterior de los textos.

El diseño editorial es la rama del diseño gráfico que se dedica al diseño y la composición de publicaciones como revistas, periódicos y libros. (Eguaras, Mariana)

“El diseño editorial es el marco a través del que una historia dada se lee e interpreta. Consiste tanto en la arquitectura global de la publicación (...) como en el tratamiento específico de la historia (Venezky, Martín)

“El diseño editorial es el diseño de publicaciones periódicas: revistas impresas que salen a la venta en más de una ocasión y que, por lo general, tienen una apariencia y transmiten unas sensaciones características y únicas”. (Frost, Vince)

“El diseño editorial es una mezcla de decisiones racionales y conscientes que se pueden analizar y de otras subconscientes menos fáciles de definir, ya que surgen de la experiencia y la creatividad de cada diseñador”. (Haslam, Andrew)

Un excelente diseño editorial radica en lograr una unidad armónica y comunicativa entre el interior, exterior y contenido del texto. ¿Cómo se logra eso? Teniendo en cuenta una variedad de factores. En principio, lograr una coherencia gráfica y comunicativa entre el interior, el exterior y el contenido de una publicación. No se puede armar, por ejemplo, una revista de temas literarios con el aspecto de una publicación deportiva. Ni sugerir variedad de colores para una revista de esencia política. Cada tipo de publicación tiene sus especificaciones desde lo estético hasta el contenido, derivadas de los objetivos editoriales y según a qué tipo de público va dirigida la publicación (aspectos sociales, culturales y de género).

Es la rama del diseño gráfico que se dedica al diseño y la composición de publicaciones como revistas, periódicos y libros. (Eguaras, Mariana)

Una vez definido el carácter de la publicación, hay que seleccionar las características de sus elementos gráficos:

En una publicación editorial todo importa: desde la portada, hasta la tipografía, los márgenes, los colores, la disposición de las imágenes y el texto... Todos estos aspectos se definen en función de la personalidad de la misma, del público al que va dirigido, y del contenido que en ella se refleja.

No podremos utilizar el mismo diseño para una revista de prensa del corazón que para un libro sobre medicina. Es labor del diseñador saber captar la esencia de cada publicación y saber transmitir su esencia a través de su diseño.

El éxito de una publicación reside, pues, no sólo en la calidad y cantidad de su contenido, sino en su relación con su forma y diseño, en la forma que es presentado.

Formato: libro, revista, periódico, etc.

Material o soporte: tipos de papel, cartulina, etc.

Legibilidad tipográfica: Tamaño y tipo de letra, interlineado, espacio entre letras y color.

Imagen: Disposición, color, tamaño, calidad.

Caja tipográfica: Marco de la página.

Grilla o retícula editorial: Herramienta para disponer la información en la publicación.

Todos estos elementos deben conjugarse en orden y armonía entre ellos mismos y con el contenido, dando como resultado una publicación única y con personalidad propia dentro de su género y del mercado. Si conseguimos la combinación perfecta entre forma y contenido, más fácil será conseguir una fiel comunidad de lectores y asegurar de este modo a la publicación una larga vida dentro del mundo editorial.



Capítulo V

Definición Creativa

Elaboración del briefing de diseño

83

Descripción de la estrategia de las piezas de diseño

85

Definición del concepto creativo

87

Premisas de diseño

90

Brief de diseño

Cliente

Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite, Mixco.

Producto

Material educativo

Descripción del producto

El material educativo tendrá información, lecturas, reflexiones y diferentes actividades que el docente puede realizar con sus niños dentro del aula. Será medio facilitador de aprendizaje, el cual motivará tanto a los maestros para realizar sus clases como a los niños para estar alegres y animados a realizar las tareas y a convivir con sus demás compañeros.

Objetivos

Introducir el tema de la autoestima
Material de apoyo para los docentes
Iniciar un proceso en niños y docentes

¿A quién va dirigido?

Docentes entre los 28 y 54 años de edad, que tengan como alumnos a niños con problemas de baja autoestima.

Mensaje a transmitir

La importancia de que cada niño posea una buena autoestima, esto para que el proceso de aprendizaje sea asimilado mayor facilidad, logrando un cambio positivo de actitudes y comportamientos dentro del aula.

Duración

El docente se encargará de planificar y elegir el capítulo de actividades a trabajar, según sea el caso de urgencia.

Canales de distribución

El material educativo únicamente será para uso interno de cada uno de los docentes de grado.

Atributos, ventajas

La escuela no cuenta con el apoyo de ningún profesional que los pueda apoyar con los problemas psicológicos de los niños.

La escuela no cuenta con ningún material de apoyo que le ayude a los docentes para informarse y realizar actividades con los niños.



Estrategia de diseño

¿Qué?

Un material educativo con información, lecturas, reflexiones y diferentes actividades que el docente puede realizar dentro del aula. Este material sería un medio facilitador de aprendizaje, el cual motivará tanto a los maestros para realizar sus clases como a los niños para estar alegres y animados a realizar las tareas y a convivir con sus demás compañeros.

¿Para qué?

El contenido a comunicar está enfocado al segundo objetivo de la escuela ya que con las actividades propuestas se fortalecerá en los niños el desarrollo de sus destrezas y habilidades logrando a largo plazo una formación de hábitos que los ayude a tener un cambio positivo de actitudes dentro y fuera del aula asegurando su estabilidad en su desempeño estudiantil.

¿Con qué?

El proyecto de graduación consiste en el diseño de un material educativo que contiene información, lecturas, reflexiones y diferentes actividades para que el docente pueda realizar dentro del aula. Este material será complementado por medio de un BTL (charla a padres de familia), invitaciones para el BTL, mantas en puntos estratégicos de la escuela, afiche de normas y reglas dentro del aula y un banco de fotografías.

¿Con quienes?

Los docentes de segundo grado del nivel primario serán los actores directos en la enseñanza y transmisión de conocimiento del material educativo. Siendo los niños, padres de familia, demás docentes y director de la escuela los actores secundarios del mismo.

¿Cuándo?

El docente de grado será el encargado de especificar las horas (según necesidad) en que trabajará el manual e incluir en su planificación educativa las actividades que se presentan según el capítulo a trabajar.

¿Dónde?

Dentro del aula de segundo grado sección C del nivel primario de la Escuela Oficial Rural mixta No. 842, Ciudad Satélite.

Concepto creativo

Se investigaron las diferentes técnicas creativas para la generación de ideas y visualización del concepto creativo. Se eligieron y desarrollaron con base a 3 técnicas las cuales son: Lista de preguntas, lluvia de ideas y ojos limpios

Lluvia de ideas

También llamada Brainstorming, es una técnica que consiste en exponer de manera informal y libre todas las ideas en torno a un tema específico.

Tema: Mejorar la autoestima

- Niños
- Manual
- Amor
- Educar
- Ayuda
- Padres
- Apoyo
- Salud mental
- Bienestar
- Creatividad
- Huella
- Originalidad
- Arte
- Maestras
- Escuela
- Actividades
- Información
- Buena autoestima
- Dejar
- Vida sana
- Familia
- Amigos
- Psicología
- Mejor nivel de vida
- Salud
- Incentivar
- Jugar
- Aprender

Selección de 3 palabras claves que se comunicarán en el manual educativo:

Dejar
Incentivar
Huella

Ojos limpios

Esta técnica creativa también recibe el nombre de técnica de Moliere o llamada Al profano, la cual consiste en buscar una mirada fresca y limpia, diferente a la nuestra, que no tenga ningún condicionamiento debido al exceso de conocimiento e información.

Juanita Orozco, una niña de 12 años de edad con quien estuvimos hablando acerca de su vida, familia y educación nos compartió su opinión acerca de las siguientes preguntas:

¿Qué significa para ti la palabra "incentivar"?

-Motivar a alguien

Según tu definición de incentivar, ¿alguien te ha incentivado en algo?

-Sí! Mi mamá me incentiva a lograr mis metas, mis amigos cuando estamos jugando y me canso y mi maestra a llevar hechas mis tareas porque nos pone estrellita en la frente.

¿Qué es para ti "dejar huella"?

-Dejar una marca de algo

¿Crees que tu maestra deja huella en ti?

-Si porque siempre ha sido muy amable y aprendo mucho de ella.

Luego de haber puesto en práctica las 3 técnicas creativas y teniendo las conclusiones finales se obtiene un listado de palabras claves, desarrollando así un concepto creativo final. Las cuales fueron:

Dejar – Conocimiento

Incentivar – Motivar a alguien

Huella – Maestra

Concepto creativo:

Incentivando la autoestima y dejando huella

Es importante que los docentes incentiven en sus niños la buena autoestima durante su proceso de aprendizaje ya que un niño que confía en sí mismo, que posee seguridad y que se valora, aprende con mayor facilidad ya que se siente con la capacidad de lograrlo.

Además de esta manera dejará su huella para siempre en cada uno de los niños porque a partir de ese momento tendrán un mejor nivel de vida. ¡Algo que nunca olvidarán!

Insight:

Con motivación aprendo mejor

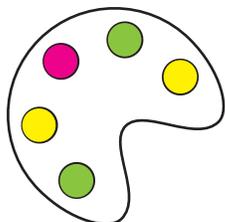
La motivación es la clave del aprendizaje. Un niño necesita de estímulos para realizar determinadas acciones y permanecer en ellas hasta lograr culminarlas con éxito, porque cuando un niño está motivado le encuentra sentido a lo que hace y aprende de una manera más rápida y alegre.

Premisas de diseño

Olivier
Century Gothic
Century Gothic

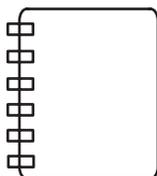
Premisa tipográfica

Se utilizaron dos familias tipografías: Olivier y Century Gothic. Ambas aportan modernidad y sencillez al texto, con un alto nivel de legibilidad. Para los títulos se utilizó la tipografía Olivier y para el contenido del material se utilizó Century Gothic regular y para resaltar los textos importantes Century Gothic bold.



Premisa cromática

La paleta cromática utilizada en el material se basa en tres colores: fucsia, verde y amarillo. La combinación de estos tres colores forman una gama cálida para dar fuerza, alegría y expresarle dinamismo al contenido y a todo el material, ajustándose perfectamente al concepto creativo que es incentivar al niño así como también al docente de grado.



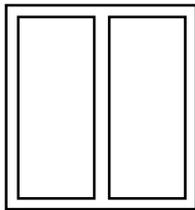
Premisa de formato

El formato del material educativo es de 16*25cm. Este tamaño se eligió para mayor facilidad del docente al momento de trabajar con el contenido y actividades del material dentro del aula.



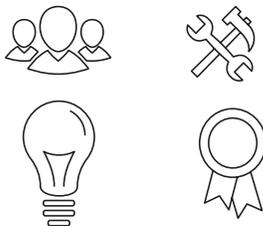
Premisa lingüística

La premisa lingüística que se trabajó en todo el material fue escrito ya que en los primeros capítulos podemos encontrar la parte de información en dónde el docente se informa acerca del tema y la parte de actividades en donde se describe, se propone y se explica varias actividades para que pueda realizar.



Premisa diagramación y composición

Se utilizó imagen, íconos y texto compuesto en una y dos columnas.



Premisa icónica-visual

Se utilizaron varios íconos e ilustraciones en todo el material para darle soporte al texto y facilitarle al grupo objetivo la comprensión del contenido a comunicar. Al inicio de cada capítulo también se pueden observar fotografías que ayudan a visualizar el tema a tratar en el capítulo.



Capítulo VI

Producción gráfica

Nivel 1 de visualización

95

Nivel 2 de visualización

101

Nivel 3 de visualización

113

Fundamentación de la propuesta final

132

Lineamientos para puesta en práctica

133

Presupuesto

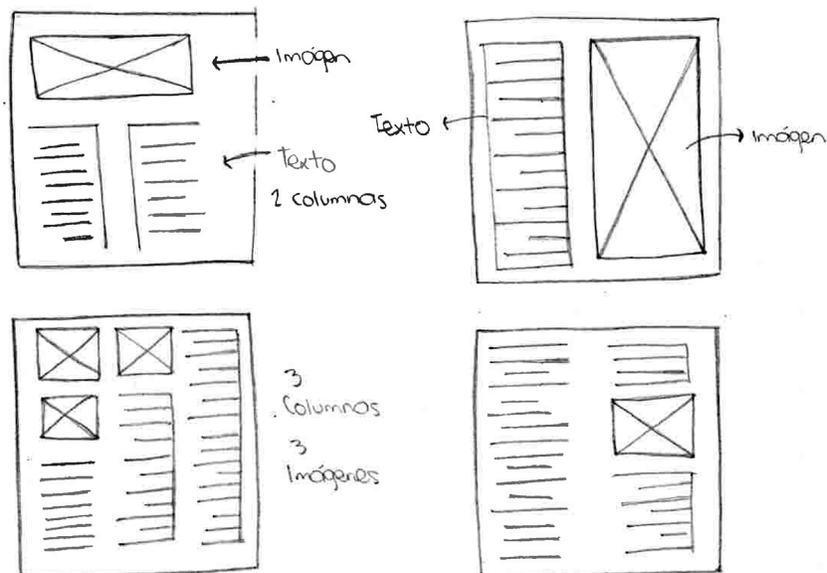
134

Nivel 1 de visualización

En esta primera etapa se realizaron bocetos a lápiz y crayón de la diagramación y distribución de elementos del material a realizar.

Estos bocetos se asocian mucho al arte final, sin embargo, durante el proceso de validación y autoevaluación estos fueron evolucionando hasta llegar a la pieza gráfica deseada.

En la siguiente página se muestran los bocetos que se elaboraron para el material educativo.



Bocetos

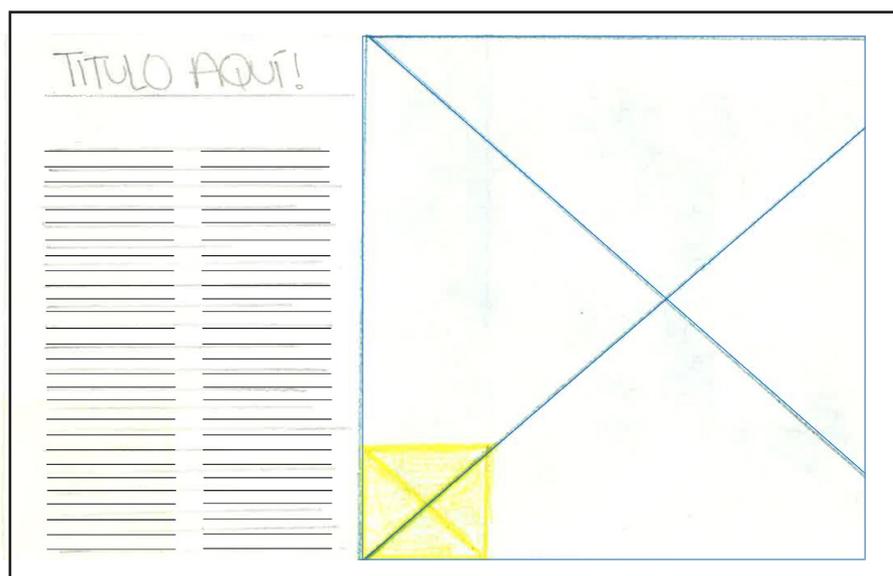
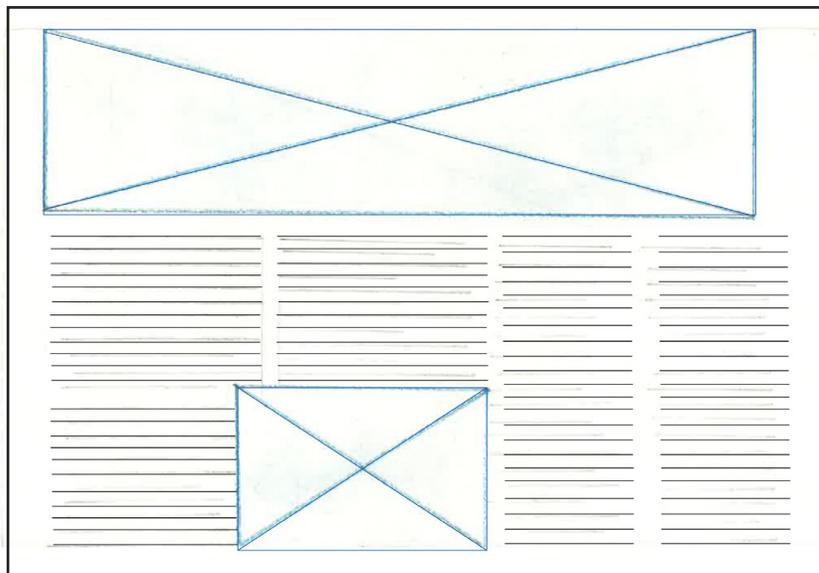


Figura 1

Bocetos

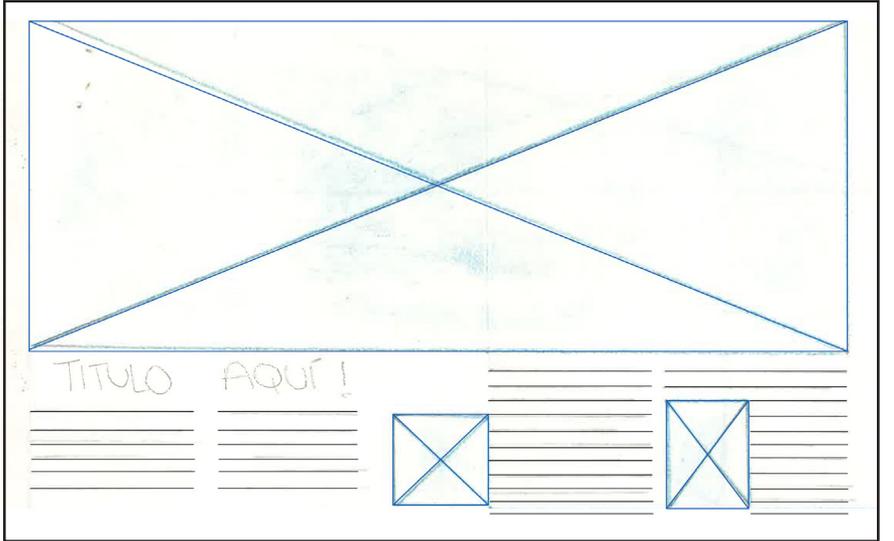
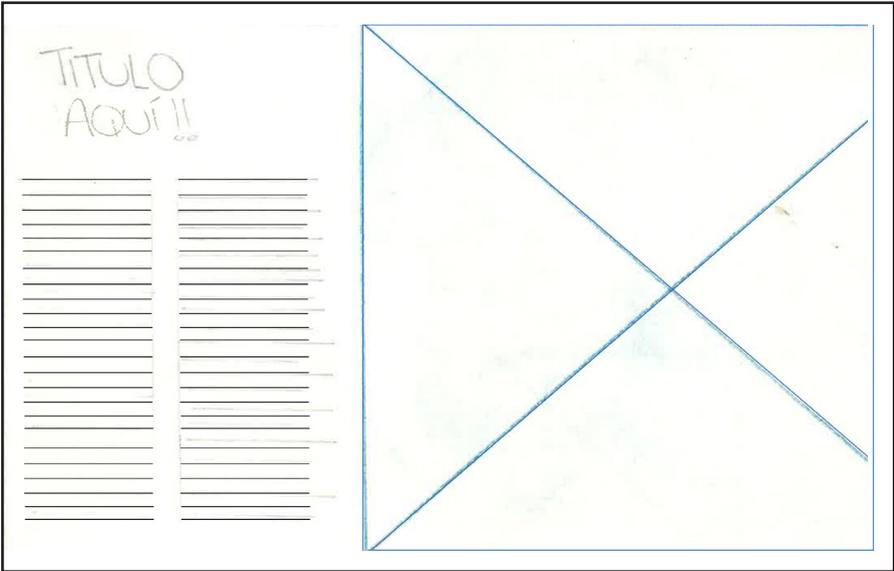


Figura 2

Bocetos

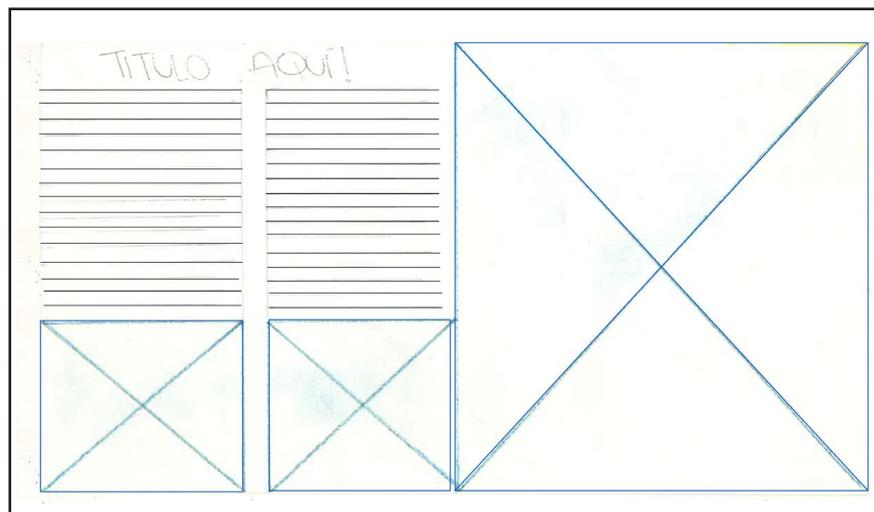
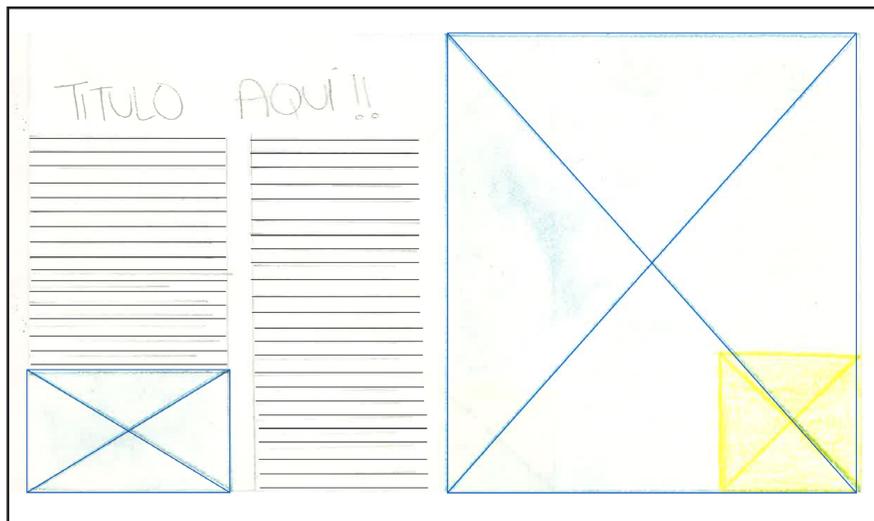


Figura 3

Autoevaluación



Autoevaluación/ Primer nivel de bocetaje
Material educativo

Criterios para autoevaluación de la propuesta gráfica del material educativo, donde 1 representa deficiencia y 5 cumple eficientemente con el criterio.

Fecha: septiembre 07

Criterio	1	2	3	4	5
1. Vincula los bocetos con los objetivos que se plantearon					X
2. Vincula los bocetos con las características del grupo objetivo					X
3. Vincula los bocetos con conceptos de diseño, fundamentales para la estética del material educativo					X
4. Se vinculan los bocetos al concepto creativo				X	
5. La secuencia tiene lógica y puede llegar a solucionar el problema planteado					
6. La propuesta armoniza de manera estética los elementos de diseño (color, tipografía, diagramación)					X
7. Calidad técnica del bocetaje				X	

Observaciones/ comentarios

- mejorar nivel de bocetaje
- Incluir fotografías de niños de escuelas
- Agregar más iconos.

Figura 4

Análisis resultados evaluación



Según los resultados obtenidos en las encuestas se concluye en lo siguiente:

- Se debe cambiar la paleta de colores.
- Se deben llenar los espacios en blanco.
- Se debe mejorar la diagramación.

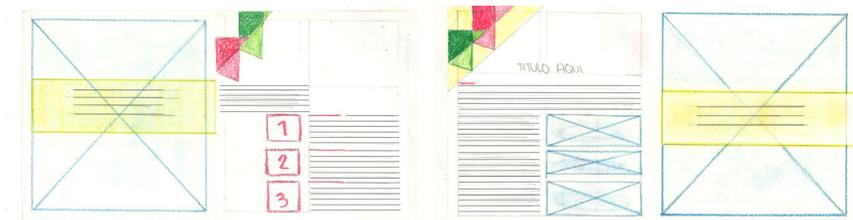
Nivel 2 de visualización

En este segundo nivel de visualización se comenzaron a digitalizar cada uno de los íconos, ilustraciones y páginas internas de las cuales previamente se realizaron bocetos en el primer nivel de visualización.

Se definió una línea gráfica para trabajar en todo el material educativo y seguir cierto estándar en la calidad de ilustraciones y cada una de las piezas que formarán el proyecto final.

Además se obtuvieron los resultados de la primera evaluación y se realizaron los cambios solicitados.

A continuación se presentan bocetos ya más avanzados, algunas de las piezas digitalizadas y la validación con el grupo objetivo.



Bocetos

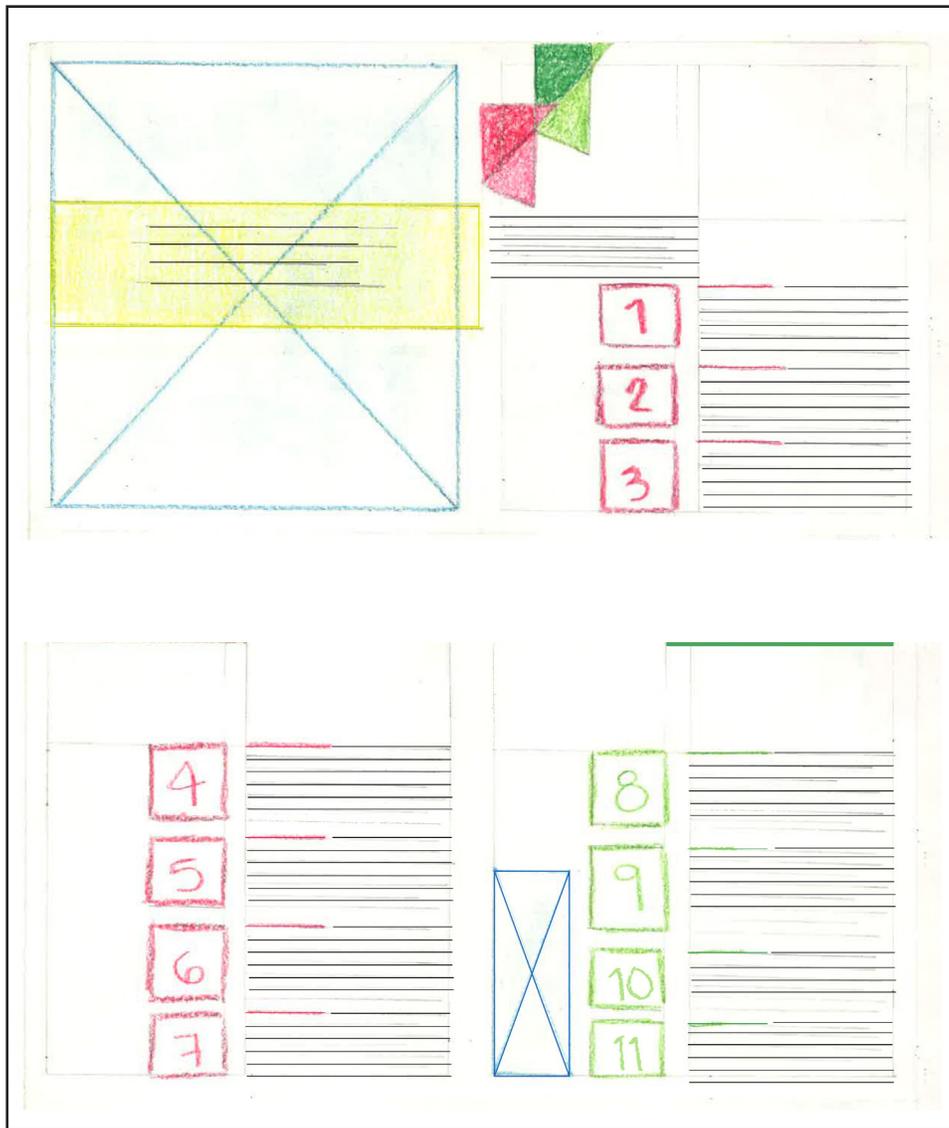


Figura 5

Bocetos

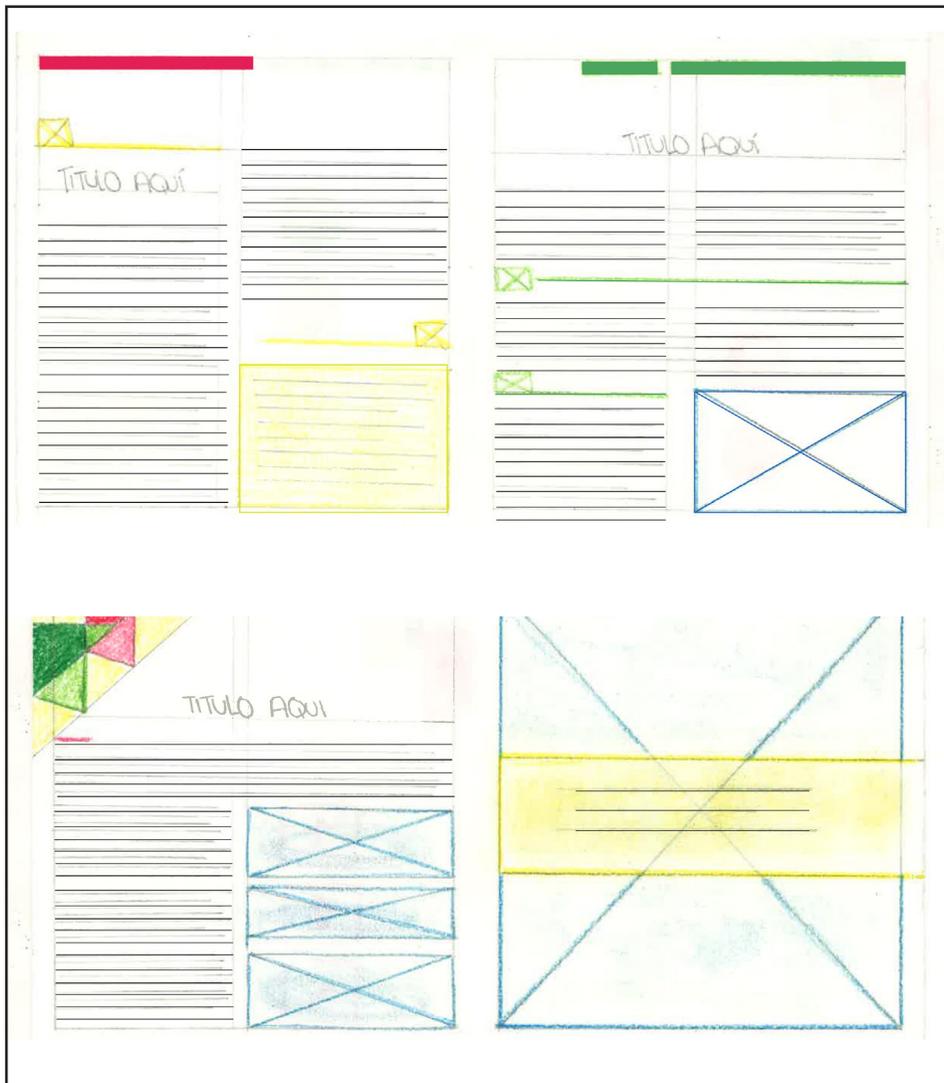


Figura 6

Bocetos

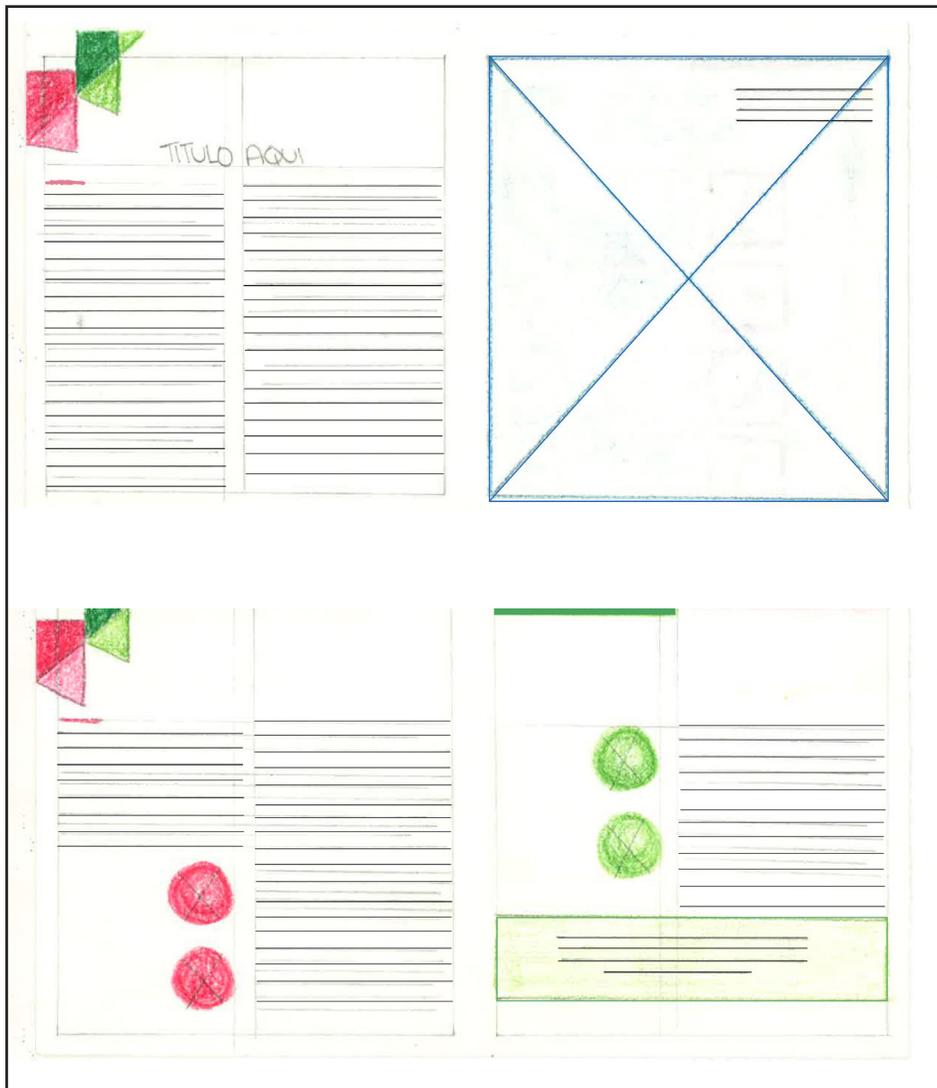


Figura 7

Portada del manual



Figura 8

Portada de capítulos



Figura 9

Portada de capítulos



Figura 10

Páginas internas

Figura 11

Índice

- Introducción 01
- Objetivos 02
- Agradecimientos 03
- El docente 04
- Hablando del autismo 05
- Características de una baja autismo 06
- Características de una buena autismo 07
- Importancia de una autismo adecuada 08
- Midiendo la autismo 09
- Su "yo" interno 09
- La familia 09
- Que no falte la comunicación 09
- El niño y la sociedad 09
- El niño y la escuela 09
- Sanando la autismo 09
- Actividades 09

Introducción

La autismo es un tema que cada día va cobrando mayor interés en el mundo moderno, tanto esta palabra ha dejado de ser un misterio para introducirse en el vocabulario de toda persona. Pero ¿la usamos correctamente? o únicamente nos estamos preocupando por el significado que la palabra misma puede tener?, así, debemos comprender que la autismo está íntimamente relacionada con el campo de la psicología.

Debido a que la autismo es la evaluación de uno mismo, implica, por un lado, el juicio de valor y, por otro, un afecto que le acompaña. La autismo elevada está relacionada con afectos positivos como son el gozo, la confianza, el placer, el entusiasmo y el interés.

La autismo negativa conlleva afectos como el dolor, la angustia, la duda, la tristeza, sentido vacío, la inercia, la culpa y la vergüenza.

Uno de los pilares de la autismo positiva es la generación de actos agradables, como puede ser un abrazo, una caricia o un beso es decir, que está íntimamente ligada con el afecto que recibimos, principalmente en los primeros años de nuestra vida. Por tanto, la imagen corporal estará asociada con sentimientos de aceptación que le darán al niño la posibilidad de sentirse querido y le proveerán de seguridad, además un sentimiento de pertenencia, que es esencial para sentirse valorado.

Por ello debemos prestarles atención a todos los niños, sean cuales sean sus circunstancias, porque todo lo que vemos a lo largo del manual, influye directamente en la autismo. De modo que tienen en sus manos una guía completa para ayudar a sus alumnos a crecer en un ambiente sano.

Objetivos

Para llevar a cabo el proyecto se elaboraron objetivos que permitan describir y visualizar las características fundamentales del mismo. A continuación, se destacan los objetivos importantes:

Objetivo general: Mejorar la autismo de los niños de segunda primaria sección "C" de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite a través de este manual educativo para uso del maestro.

Objetivo específico de comunicación: Elaborar recursos de comunicación para que el maestro pueda identificar y conocer el comportamiento de cada uno de sus alumnos y actuar a través de técnicas y actividades que ayuden a incentivar la autismo del niño.

Objetivo específico de diseño: Diseñar un manual educativo de fácil legibilidad para el maestro e incorporación balanceada entre texto e imágenes.



¡Usted puede llegar a ser un docente inolvidable!

Introducción

La autismo es la opinión que los niños tienen de sí mismos; también se le puede tomar autovaloración.

Se considera que incluye no sólo los juicios cognoscitivos de los niños sobre sus capacidades sino también sus reacciones afectivas ante estas autoevaluaciones.

De una forma más sencilla, la autismo es un juicio personal sobre el propio valor que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo. Son muchas las condiciones que determinan su desarrollo. En general, porque después las veremos con más detalle, estas condiciones son:

-  Se refiere a la manera como se relaciona la persona con los objetos del mundo y otras personas.
-  Se refiere a la manera de sentir los otros/as personales y a la forma en que se expresen.

Objetivos

Es un niño que ...

- 1 **Cree firmemente en los valores y principios, y está dispuesto a defenderlos aunque encuentre fuertes oposiciones, sintiéndose lo suficientemente seguro como para modificar esos valores si nuevas experiencias le indican que estaba equivocado.**
- 2 **Es capaz de actuar de forma acertada, confiando en su juicio y sin sentirse culpable cuando a otros les parece mal lo que hizo.**
- 3 **No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.**
- 4 **Tiene confianza con su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse abrumar por los fracasos y dificultades que experimente.**
- 5 **Se considera y realmente se siente igual que cualquier otra persona, aunque reconozca diferencias en talentos específicos, profesión o posición económica.**

Páginas internas

Figura 12

Agradecimientos

La autoestima es un tema que cada día va cobrando mayor interés en el mundo moderno, tanto que esta palabra ha dejado de ser un misterio para introducirse en el vocabulario de toda persona. Pero ¿la usamos correctamente o únicamente nos estamos preocupando por el significado que la palabra misma puede tener?, así, debemos comprender que la autoestima está intrínsecamente relacionada con el campo de la psicología.

Debido a que la autoestima es la evaluación de uno mismo, implica, por un lado, el juicio de valor y, por otro, un afecto que le acompaña. La autoestima elevada está relacionada con efectos positivos como son el gozo, la confianza, el placer, el entusiasmo y el interés.

La autoestima negativa conlleva afectos como el dolor, la angustia, la duda, la tristeza, sentirse vacío, la iner...

El maestro

El maestro cumple con un papel muy importante en la sociedad: no solamente un facilitador o un orientador; es una columna que sostiene la gran plataforma de la sociedad.

Un maestro es mucho más que un facilitador, porque este último tiene un papel de exclusión, como si estuviera fuera de la acción; el verdadero maestro se compromete y es parte activa del proceso educativo. Si un maestro no está plenamente consciente de la magnitud de su misión, es poco lo que puede hacer un manual, una buena preparación académica, el mejor edificio escolar o excelentes materiales didácticos.

La labor real del maestro va más allá de sí mismo, es una luz que sale de su interior e ilumina a sus estudiantes. Debe tener presente que la escuela es la respuesta a una necesidad social y humana, y recordar que las sociedades antiguas depositaban la responsabilidad de la educación en las mejores personas porque ellas eran las llamadas a transmitir los valores de su cultura.

Un excelente docente es quien asume su papel de modelo en forma coherente entre lo que expresa y lo que hace. Acepta sus errores y trata de enmendarlos; acepta errores o falta de los demás, da y obtiene lecciones a cada momento; además, no muestra su conocimiento sino lo comparte con el estudiante.

Seguramente hay un docente que usted recuerda y en el momento en que el recuerdo viene a su mente, usted revive el gozo de haberlo conocido.

Piense en todas las vidas que han cambiado gracias a la influencia y el amor de un buen docente, porque no hubo un docente entregado de corazón a su labor.

Los globos

Cierta ocasión Martin Luther King se encontraba a punto de dar una de sus famosas conferencias acerca de los derechos humanos, cuando notó que un pequeño niño de color negro se encontraba al frente de su auditorio.

Se sintió sorprendido y preguntó a uno de sus oyantes al respecto, éste le indicó que había sido el primero en llegar.

Cuando terminó su discurso se saltaron globos de diferentes colores al cielo, los cuales el pequeño no dejaba de mirar. Esto llamó la atención de Luther King, que lo levantó en brazos.

El pequeño lo miró fijamente y le preguntó si los globos negros también volaban hacia el cielo. Martin lo vio dulcemente y le contestó:

«Los globos no vuelan al cielo por el color que tengan sino por lo que llevan dentro».

No hace falta que en esta pequeña historia se nos hable de la actitud del pequeño, pues es muy claro que es de piel oscura; el caso sería preguntarse en qué ambiente vivió para crearse ese concepto tan equivocado de la vida. De modo que tenemos que suponer aunque muy tempranamente, porque lo analizaremos más adelante, que el ambiente forja en gran medida la autoestima.

Ahora veamos los rasgos de un niño desafiante, lo cual también depende de una buena autoestima:

1. Asumen el papel de líderes
2. Tienen una visión distinta de la vida.
3. La intensidad y la pasión son usuales en ellos.
4. Muestran su lado emocional y creativo.
5. No pasan desapercibidos, pues resultan inolvidables.
6. Cuestionan, por tanto, van más allá de las cosas.
7. Les sobra energía, son bastante activos.
8. Casi siempre saben lo que quieren.
9. Saben expresar su amor y son espontáneos.

Estos niños son nuestros futuros líderes. Pero todo esto va a depender del valor y el respeto, sobre todo, la atención que los padres y usted como maestro le prestan en su vida.

Estos muchos métodos para medir la autoestima de los niños, pero de entre todos, el más sencillo consiste en la utilización de cuestionarios, en los que se busca saber el concepto que se tienen de ellos mismos, utilizando una serie de situaciones y contextos. Las respuestas a estas cuestiones pueden combinarse y analizarse para producir una puntuación global que represente el nivel de autoestima del niño.

Algunos estudios del tema han sobrenombrado este método como "Prueba de autoaceptación para niños", muy bien ideado en 1988. Se trata de un cuestionario en el que se evalúa la opinión de los niños sobre sí mismos y también su autovaloración en diferentes campos:

- Competencia escolar
- Competencia atlética
- Aceptación social
- Comportamiento
- Apariencia física

El cuestionario en sí se emplea con niños mayores de 8 años, mientras que para los pequeños de 4 a 7, se debe a base de imágenes.

Los resultados de muchos estudios revelan que los niños menores de 8 años no tienen un concepto claro de una autovaloración; sin embargo, se ha observado que a partir de los 8 años la puntuación de autoestima tiende a ser bastante alta y relacionada con el apego hacia el cuidador.

Durante los años de infancia media y final, la puntuación de la autoestima es generalmente estable. Pero la transición a la adolescencia demuestra siempre una puntuación de autoestima disminuida, manteniéndose en la mayoría de los casos así hasta que se vuelva a recuperar en los años de educación superior.

Algo que es muy importante para mejorar la autoestima de los niños es la comunicación, puesto que el intercambio de mensajes entre los seres humanos es permanente. Pero no sólo lo que hablamos, sino todo lo que hacemos o no hacemos: silencios, posturas, gestos, actitudes, expresiones, tonos de voz que cambian el sentido de lo que se dice y miradas significativas. Por eso una persona puede manejar la comunicación como un elemento de poder sobre otros, que le permite controlar la relación e influir sobre las personas para obtener las respuestas que desea.

Los niños que gritan y hacen berrinches están buscando la atención de los demás.

No permitan que los niños lloren para obtener las cosas, porque eso también influye en la autoestima. Esta actitud no la van a poder seguir utilizando en la escuela porque sus mismos compañeros les van a rechazar. Por ello, debemos de evitar enseñarles a obtener las cosas con gritos o lloriqueos.

Es mejor mostrarles aquellas famosas palabras: "Por favor y gracias".

De esta manera, si el niño aprende a comunicarse de forma adecuada en su hogar, podrá realizar esto en la escuela y tendrá una mayor aceptación con el resto de sus compañeros.

Validación con grupo objetivo

Figura 13



Validación/ Segundo nivel de bocetaje (grupo objetivo) Focus group, material educativo

La siguiente herramienta de validación tiene como principal objetivo evaluar el nivel de comprensión del contenido del material educativo. Las respuestas obtenidas de la misma servirán para tomar decisiones de diseño, gracias por su ayuda. Marque con una "x"

Sexo: F Edad: 54

- ¿Considera que el tamaño del formato es adecuado?
SI NO
- ¿La posición del formato le parece bien?
SI NO
- ¿Los colores utilizados son llamativos para usted?
SI NO
- ¿Le llama la atención la organización y distribución del texto?
SI NO
- ¿Cuál es su opinión en cuanto a la información presentada en el material?
Comprensible No tan comprensible Incomprensible
- ¿Cuál es su opinión acerca del texto del material?
De fácil lectura De difícil lectura
- Respecto a las fotografías, ¿Cree usted que están acorde al capítulo a tratar?
SI NO

8. Observaciones y comentarios

Tratar de utilizar Fotos reales.
La letra está muy grande.
Colocar algún dibujo en las Hojas de actividades.

Validación focus group con grupo objetivo

Figura 14



Validación/ Focus group, para uso del moderador
Material educativo

Gestos verbales	Gestos NO verbales
<ul style="list-style-type: none"> • acentuar con la cabeza. • Brazos sobre el escritorio y cabeza hacia delante. • Ceceo de brazos. • Brazos abiertos. • Mover la cabeza al ritmo de lectura. • Abrir ojos en señal de asombro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Risas. • Muecullas. • Preguntas acerca de algunas dudas.

Comentarios:

- Los participantes se mostraron dispuestos a realizar la evaluación.
- Se comentó el manual entre todos
- Estaban atentos a lo que veían
- Hubieron felicitaciones 😊

Análisis resultados evaluación



Según los resultados obtenidos en las encuestas se concluye en lo siguiente:

- El tamaño de la tipografía debe ser más pequeña.
- Se sugirió que las fotos sean reales.
- El grupo objetivo propone que existan dibujos o íconos en las hojas de actividades.

Nivel 3 de visualización

En este último nivel de visualización se obtuvieron grandes avances en la elaboración del material educativo para los docentes del nivel primario.

Se realizaron cambios en la diagramación, paleta de colores, íconos e imágenes, esto, gracias a los resultados obtenidos en la validación con el grupo objetivo.

Luego de realizar los cambios se realizaron las validaciones con expertos y grupo objetivo (director y docentes). Se les explicó en qué consistía el material y el grado con el que se trabajó el proyecto, se les enseñó la pieza gráfica y ellos procedieron a interactuar y analizar el contenido y detalles del material.

En la siguiente página se presentan los bocetos finales digitalizados y la validación con expertos.



Portada del manual



Figura 15

Portada de capítulos



Figura 16

Portada de capítulos



Figura 17

Páginas internas

Figura 18

Índice

Introducción	01	Importancia de una autoestima adecuada	15
Objetivos	02	Midiendo la autoestima	18
Agradecimientos	03	Su "yo" interno	21
Agradecimientos	03	La familia	27
El docente	04	Que no falte la comunicación	34
Hablando de la autoestima	06	El niño y la sociedad	36
Características de una buena autoestima	09	El niño y la escuela	39
Características de una buena autoestima	12	Sanando la autoestima	46

Introducción

La autoestima es un tema que cada día va cobrando mayor interés en el mundo moderno, tanto que esta palabra ha dejado de ser un misterio para introducirse en el vocabulario de toda persona.

Para ¿lo usamos correctamente? o ¿incómodamente nos estamos preocupando por el significado que la palabra misma puede tener? así, debemos comprender que la autoestima está íntimamente relacionada con el campo de la psicología.

Debido a que la autoestima es la evaluación de uno mismo, implica, por un lado, el juicio de valor y, por otro, un afecto que le acompaña. La autoestima elevada está relacionada con afectos positivos como son el gozo, la confianza, el placer, el entusiasmo y el interés.

La autoestima negativa conlleva afectos como el dolor, la angustia, la duda, la tristeza, sentirse vacío, la inercia, la culpa y la vergüenza.

Uno de los pilares de la autoestima positiva es la generación de actos agradables, como puede ser un abrazo, una caricia o un beso; es decir, que está íntimamente ligado con el afecto que recibimos principalmente en los primeros años de nuestra vida. Por tanto, la imagen corporal estará asociada con sentimientos de aceptación que le darán al niño la posibilidad de sentirse querido y le proveerán de seguridad, además un sentimiento de pertenencia, que es esencial para sentirse valorado.



Objetivos

Para llevar a cabo el proyecto se elaboraron objetivos que permitan describir y visualizar las características fundamentales del mismo. A continuación, se destacan los objetivos importantes:

Objetivo general:
Incentivar la autoestima de los niños de segunda C del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite a través de un material educativo para uso del docente.

Objetivo específico de comunicación:
Elaborar material educativo para que el docente pueda incentivar la autoestima en sus alumnos, actualizado a través de información, lecturas, reflexiones y actividades.

Objetivo específico de diseño:
Diseñar un manual educativo de fácil legibilidad para el docente e incorporación balanceada entre texto e imágenes.







¡Usted puede llegar a ser un docente inolvidable!

05

Es un niño que...

La autoestima es la opinión que los niños tienen de sí mismos; también se le puede llamar autovaloración.

Se considera que incluye no sólo los juicios cognoscitivos de los niños sobre sus capacidades sino también sus reacciones afectivas ante estas autoevaluaciones.

De una forma más sencilla, la autoestima es un juicio personal sobre el propio valor que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo. Son muchas las condiciones que determinan su desarrollo. En general, porque después las veremos con más detalle, éstas condiciones son:



Se refiere a la manera como se relaciona la persona con los objetos del mundo y otras personas.

Sentido de relación



Se refiere a la manera de sentir los atributos personales y a la forma en que se expresan.

Sentido de singularidad

07

Agradecimientos

Agradezco al Director de la Escuela Oficial Rural Mixta, No. 842, Ciudad Soledad por permitirme realizar este proyecto en sus instalaciones.

Agradezco a la docente Josefina ... de segundo grado sección C por haberme brindado el espacio, paciencia y confianza en el desarrollo de este proyecto.

Agradezco a mi familia y amigos por su apoyo excepcional en todo este proceso.

Y, por último, le agradezco a todas aquellas niñas de segundo grado del nivel primario, sección C por su cariño desde el primer día y por ser el objetivo principal de la realización de este material educativo.




El docente

El docente cumple con un papel muy importante en la sociedad; no solamente un facilitador o un orientador, es una columna que sostiene la gran plataforma de la sociedad.

Un maestro es mucho más que un facilitador, porque este último tiene un papel de exclusión, como si estuviera fuera de la acción; el verdadero maestro se compromete y es parte activa del proceso educativo. Si un maestro no está plenamente consciente de la magnitud de su misión, es poco lo que puede hacer un minuto, una buena preparación académica, el mejor edificio escolar o excelentes metodologías didácticas.

La labor real del maestro va más allá de sí mismo, es una luz que sale de sí interior e ilumina a sus estudiantes.

Debe de tener presente que la escuela es la respuesta a una necesidad socio y humana, y recordar que las sociedades antiguas depositaban la responsabilidad

de la educación en los mejores pensadores porque ellos eran los llamados a transmitir los valores de su cultura.

Un excelente docente es quien asume su papel de modelo en forma coherente entre lo que expresa y lo que hace. Acepta sus errores y trata de enmendarlos, acepta errores o falta de los demás, da y obtiene lecciones a cada momento; además, no muestra su conocimiento sino lo comparte con entusiasmo.

Seguramente hay un docente que usted recuerda y en el momento en que el recuerdo viene a su mente, usted revive el gozo de haberlo conocido.

Piense en todas las vidas que han cambiado gracias a la influencia y el amor de un buen docente, piense en las vidas que se han perdido porque no hubo un docente entregado de corazón a su labor.

Los globos

Cierta ocasión Martin Luther King se encontraba a punto de dar una de sus famosas conferencias acerca de los derechos humanos, cuando notó que un pequeño niño de color negro se encontraba al frente de su auditorio.

Se sintió sorprendido y preguntó a uno de sus ayudantes al respecto, éste le indicó que había sido el primero en llegar.

Cuando terminó su discurso se saltaron globos de diferentes colores al cielo, los cuales el pequeño no dejaba de mirar. Esto llamó la atención de Luther King, que lo levantó en brazos.

El pequeño lo miró fijamente y le preguntó si los globos negros también volaban hacia el cielo. Martín lo vio dulcemente y lo contestó:

“Los globos no vuelan al cielo por el color que tengan sino por lo que llevan dentro.”

No hace falta que en esta pequeña historia se nos hable de la actitud del pequeño, pues es muy claro que es de piel oscura; el caso sería preguntarse en qué ambiente vivió para crearse ese concepto tan específica de la vida. De modo que tenemos que suponer que fue muy tempranamente, porque lo analizaremos más adelante, que el ambiente bajo en gran medida la autoestima.



Ahora veamos los rasgos de un niño desafiante, lo cual también depende de una buena autoestima:

1. Asumen el papel de líderes
2. Tienen una visión distinta de la vida.
3. La intensidad y la pasión son usuales en ellos.
4. Muestran su lado emocional y creativo.
5. No pasan desapercibidos, pues resultan invidiosos.
6. Cuestionan, por tanto, van más allá de las cosas.
7. Les sobra energía, son bastante activos.
8. Casi siempre saben lo que quieren.
9. Saben expresar su amor y son espontáneos.

Estos niños son nuestros futuros líderes. Pero todo esto va a depender del valor y el respeto, sobre todo, la atención que los padres y usted como maestro le prestan en su vida.

Existen muchos métodos para medir la autoestima de los niños, pero de entre todos, el más sencillo consiste en la utilización de cuestionarios, en los que se busca saber el concepto que se tienen de ellos mismos, utilizando una serie de situaciones y contextos. Las respuestas a estas cuestiones pueden combinarse y analizarse para producir una puntuación global que represente el nivel de autoestima del niño.

Algunos estudiosos del tema han sobrenombrado este método como "Índice de autoconcepción para niños", muy bien ideado en 1988. Se trata de un cuestionario en el que se evalúa la opinión de los niños sobre sí mismos y también su autovaloración en diferentes campos:

- Competencia escolar
- Competencia atlética
- Aceptación social
- Comportamiento
- Apariencia física

El cuestionario en sí se emplea con niños mayores de 8 años, mientras que para los pequeños de 4 a 7, se usa a base de imágenes.

Los resultados de muchos estudios revelan que los niños menores de 8 años no tienen un concepto claro de una autovaloración; sin embargo, se ha observado que la puntuación de autoestima en los niños de guardería tiende a ser bastante alta y relacionada con el apego hacia el cuidador.

Durante los años de infancia media y final, la puntuación de la autoestima es generalmente estable. Pero la transición a la adolescencia demuestra siempre una puntuación de autoestima disminuida, manteniéndose en la mayoría de las cosas del rango que se vuelve a recuperar en los años de educación superior.

Que no falte la comunicación

Algo que es muy importante para mejorar la autoestima de los niños es la comunicación, puesto que el intercambio de mensajes entre los seres humanos es permanente. Pero no sólo lo que hablamos, sino todo lo que hacemos o no hacemos: silencios, posturas, gestos, actitudes, expresiones, tonos de voz que cambian el sentido de lo que se dice y miradas significativas. Por eso una persona puede manejar la comunicación como un elemento de poder sobre otros, que le permite controlar la reacción e influir sobre las personas para obtener las respuestas que desea.

Los niños que gritan y hacen berrinches están buscando la atención de los demás.

No permitan que los niños lloren para obtener las cosas, porque eso también influye en la autoestima. Esto ocurre no la van a poder seguir utilizando en la escuela porque sus mismos compañeros los van a rechazar. Por ello, debemos de evitar enseñarles a obtener las cosas con gritos o llores.

Es mejor mostrarles aquellas famosas palabras: "Por favor y gracias"

De esta manera, si el niño aprende a comunicarse de forma adecuada en su hogar, podrá realizar esto en la escuela y tendrá una mayor aceptación con el resto de sus compañeros.



Validación con expertos

Figura 20



Validación/ Tercer nivel de bocetaje
 Expertos en el área de diseño e Institución
 Material educativo

Esta herramienta de validación tiene como objetivo evaluar conjuntamente con representantes de la Escuela Oficial Rural Mixta, No. 842, Ciudad Satélite. La metodología consistirá en presentar el manual educativo y comentar sobre algunos criterios puntuales.

Marque una "x". Donde 1 representa deficiencia y 5 cumple con el criterio

Criterio	1	2	3	4	5
Sobre la Información					
1. La información presentada en el material contiene temas importantes					X
2. La información es comprensible					X
3. La información presentada en cada uno de los capítulos ayudarán al docente a entender mejor el tema					X
Sobre la Escuela					
4. El material educativo es de fácil utilidad para el docente					X
5. Las actividades presentadas en el manual servirán de apoyo para el docente					X
6. El material cumple con su objetivo					X
Sobre la estética (diseño)					
7. Los colores utilizados son llamativos					X
8. Los iconos e ilustraciones son atractivas y le dan soporte al texto					X
9. El tipo de letra es clara y entendible					X

Observaciones/ comentarios

- Todo muy bien!
- Solo aumentar un poco el tamaño de los títulos
- jerarquía en las hojas de act.
- Reducir tamaño de diseño en primeras hojas

Análisis resultados evaluación



Según los resultados obtenidos en las encuestas se concluye en lo siguiente:

- Aumentar el tamaño de los títulos.
- En las primeras hojas reducir el tamaño del diseño superior izquierdo.
- Darle jerarquía a las hojas de actividades.

Propuesta gráfica final



Figura 21

Propuesta gráfica final



Figura 22

Páginas internas digitalizados

Figura 23

Índice

Introducción	01	Importancia de una autoestima adecuada	15	Actividades	03
Objetivos	02	Midiendo la autoestima	18	Capítulo 1	Conocer mis fortalezas
Agradecimientos	03	Su "yo" interno	21	Capítulo 2	Disfrutar de mi nombre
Agradecimientos	03	La familia	27	Capítulo 3	Mis sentimientos
El docente	04	Que no falte la comunicación	34	Capítulo 4	Mis reacciones
Hablando de la autoestima	06	El niño y la sociedad	36	Capítulo 5	Mis sentidos
Características de una baja autoestima	09	El niño y la escuela	39	Capítulo 6	Mi cuerpo
Características de una buena autoestima	12	Sanando la autoestima	46	Capítulo 7	Diseño a otros

Introducción

La autoestima es un tema que cada día va cobrando mayor interés en el mundo moderno, tanto que esta palabra ha dejado de ser un misterio para introducirse en el vocabulario de toda persona.

Pero ¿la usamos correctamente? o únicamente nos estamos preocupando por el significado que la palabra misma puede tener? así, debemos comprender que la autoestima está íntimamente relacionada con el campo de la psicología.

Debido a que la autoestima es la evaluación de uno mismo, implica, por un lado, el juicio de valor y, por otro, un afecto que le acompaña. La autoestima elevada está relacionada con afectos positivos como son el gozo, la confianza, el placer, el entusiasmo y el interés.

La autoestima negativa conlleva afectos como el dolor, la angustia, la duda, la tristeza, sentirse vacío, la inercia, la culpa y la vergüenza.



Objetivos

Para llevar a cabo el proyecto se elaboraron objetivos que permiten describir y visualizar las características fundamentales del mismo. A continuación, se destacan los objetivos importantes:

Objetivo general:
Incentivar la autoestima de los niños de segundo a del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite a través de un material educativo para uso del docente.

Objetivo específico de comunicación:
Elaborar material educativo para que el docente pueda incentivar la autoestima en sus alumnos, actuando a través de información, lecturas, reflexiones y actividades.

Objetivo específico de diseño:
Diseñar un manual educativo de fácil legibilidad para el docente e incorporación balanceada entre texto e imágenes.





El docente

El docente cumple con un papel muy importante en la sociedad; no solamente un facilitador o un orientador, es una columna que sostiene la gran plataforma de la sociedad.

Un maestro es mucho más que un facilitador, porque este último tiene un papel de exclusión, como si estuviera fuera de la acción; el verdadero maestro se compromete y es parte activa del proceso educativo. Si un maestro no está plenamente consciente de la magnitud de su misión, es poco lo que puede hacer un manual, una buena preparación académica, el mejor edificio escolar o excelentes materiales didácticos.

La labor real del maestro va más allá de sí mismo, es una luz que sale de su interior e ilumina a sus estudiantes.

Debe de tener presente que la escuela es la respuesta a una necesidad social y humana, y recordar que las sociedades antiguas depositaban la responsabilidad

de la educación en las mejores personas porque ellos eran las llamadas a transmitir los valores de su cultura.

Un excelente docente es quien asume su papel de modelo en forma coherente entre lo que expresa y lo que hace. Acepta sus errores y trata de enmendarlos; acepta errores o falta de los demás, día y obtiene lecciones a cada momento; además, no muestra su conocimiento sino lo comparte con entusiasmo.

Seguramente hay un docente que usted recuerda y en el momento en que el recuerdo viene a su mente, usted revive el gozo de haberlo conocido.

Piense en todas las vidas que han cambiado gracias a la influencia y el amor de un buen docente, piense en las vidas que le han perdido porque no hubo un docente entregado de corazón a su labor.

Su "yo" interno

Las calificaciones

Carlos y Omar son hermanos. El primero es muy inteligente y siempre saca buenas calificaciones, mientras que el segundo ha tenido que repetir algunas materias.

Sus padres se sienten desesperados al ver que Omar no puede obtener el mismo rendimiento escolar que Carlos, por ello, los comparan en todo momento. Su padre siempre dice:

-¿Por qué no eres como tu hermano Carlos? Él sí saca buenas calificaciones y no nos da problemas.

Sin darse cuenta, estas apreciaciones están haciendo que ellos dos como hermanos se separen:

1. Porque se ven como enemigos; uno sintiéndose superior y el otro muy inferior.
2. Porque no le están dando el lugar que Omar se merece.

"Todos somos únicos e irrepetibles"

No por el hecho de que Carlos sea un estudiante de monjes, significa que Omar también deba serlo; además de que seguramente el segundo tiene algunas otras cualidades que el primer adolescente.



Páginas internas digitalizados

Figura 24

Hablando de la autoestima

La autoestima es la opinión que los niños tienen de sí mismos; también se le puede llamar autovaloración.

Se considera que incluye no sólo los juicios cognoscitivos de los niños sobre sus capacidades sino también sus reacciones afectivas ante estas autoevaluaciones.

De una forma más sencilla, la autoestima es un juicio personal sobre el propio valor que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo. Son muchas las condiciones que determinan su desarrollo. En general, porque después las veremos con más detalle, éstas condiciones son:

- Sentido de poder**: Se refiere a la forma de influir eficientemente en las circunstancias de la vida personal.
- Sentido de modelos**: Se refiere a las formas de clasificar, determinar y manifestar las metas y propósitos personales.
- Sentido de relación**: Se refiere a la manera como se relaciona la persona con los objetos del mundo y otras personas.
- Sentido de singularidad**: Se refiere a la manera de sentir los atributos personales y a la forma en que se expresen.

67

Hablando de la autoestima

Todo esto logra que la autoestima sea considerada como un sentimiento o una conducta motivada por una serie de factores tanto internos como externos.

68

Características niños con baja autoestima

Básicamente son:

- 1 Autoestima dura y excesiva** que lo mantienen en un estado de insatisfacción consigo mismo (a). Por lo general los niños suelen decirse lo siguiente: Soy un torpe. No sirvo para nada. No sé hacer nada. No puedo, etcétera.
- 2 Rechazo a la crítica.** Significa que si usted le dice cualquier cosa, ellos sienten inmediatamente que los están aborreciendo, por lo que van a responder con agresividad. Por lo general, ellos van cultivando resentimientos contra los que creen sus críticos.
- 3 Indecisión crónica.** El problema no es que en realidad no sepan hacer las cosas, sino que sienten un miedo exagerado a equivocarse, que no se deciden a hacer nada.
- 4 Tienen deseo innecesario por complacer.** Ellos sienten un gran temor a decir "no" por miedo a que desagraden.

69

El niño y la escuela

Es fundamental que los padres y maestros sean capaces de transmitir valores claros a los niños. Y es muy importante que se les enseñe también el significado de esos valores. Los maestros deben conocer el ambiente y aceptarlo si quieren ayudar a los niños a que se vean dentro del mismo, porque en todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Los maestros deben estar conscientes de los distintos ritmos de desarrollo de cada niño para que éste sienta cómodo de acuerdo a su capacidad. He aquí la importancia que tiene su labor para favorecer u obstaculizar el proceso por el cual pueda encontrarse a sí mismo.

Es por esto que el educador tiene mucha responsabilidad en este tema tan importante.

También es necesario saber que la mente de cada niño está llena de imágenes, las cuales ya vimos que empiezan a desarrollarse en la etapa preescolar.

Estas imágenes son de tres dimensiones.

La comprensión en los maestros puede favorecer el buen desarrollo de la personalidad del niño.

40

El niño y la escuela.

- 1** Se relaciona con la imagen que tiene de sí mismo. Puede imaginarse como una persona que puede llegar a triunfar; por el contrario, el niño puede tener la impresión de ser una persona de poco valor, con escasa capacidad y pocas posibilidades de lograr éxitos en alguna área.
- 2** El juego de imágenes se vincula también con la imagen que tiene de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, de modo que a medida que crece y madura puede alcanzar la asimilación de estas dos imágenes, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona.
- 3** El juego de imágenes se vincula también con la imagen que tiene de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, de modo que a medida que crece y madura puede alcanzar la asimilación de estas dos imágenes, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona.

41

Características de niños con baja autoestima.

- 5** Intensas ser perfectos. Esto puede desbaratar demasiado, porque si las cosas no resultan como consideraban que debían ser, inmediatamente se sienten destruidos.
- 6** Sentimiento de culpa. Tenden a acusarse y condenarse por sus conductas, las cuales no siempre son malas, pero ellos ya no miden y condenan la magnitud de sus errores y se lamentan indefinidamente sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- 7** Antipatía. Se encuentran como quien dice "a punto de partir"; siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia. Todo les disgusta, las decepciones, los molestos sobre todo, nada les satisface.
- 8** Actitud defensiva. Todo lo ven negro: su vida, el futuro, el futuro, sus amigos, etc., perdiendo la alegría de vivir.

11

Páginas internas digitalizados

Figura 25

El niño y la sociedad

La sociedad cumple una función muy importante en el desarrollo de los niños, ya que a partir de las normas establecidas por ésta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidas a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a ésta como modelo a seguir.

Las personas tienen poca confrontación de su capacidad dentro de la sociedad, tienden a buscar roles de sometimiento y evitan las situaciones en las que tengan que asumir responsabilidades.

En nuestra sociedad el nivel de autoestima de una persona está ligado en cierta medida a la que hace para ganarse la vida. No obstante, puede alcanzar una posición social elevada y tener conciencia de la importancia de su rol, aun así, se considera a sí mismo un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás.



El niño y la Sociedad

Algunos de estos criterios son:

- Si son gordos
- Si son feos
- Si son lindos
- Si son feos
- Si son blancos
- Si son negros
- Si tienen dinero
- Si son pobres
- Si son honestos
- Si son astutos
- Si tienen o no modales
- Si tienen la capacidad de manipular a los demás, etc.

Todo niño se ve a sí mismo desde el punto de vista de los grupos de los que forma parte y todo aquello que pleneen de él influyó positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar.

La familia

Cuando los padres quieren que sus hijos reaccionen como ellos desean, suelen comportarse de maneras particulares. Éstos pueden ser:

Móstrles

Nos reafirmas cuando controlan al niño haciéndolo responsable de su sufrimiento y culpable de todo lo que puede querer o hacer. Aquí es muy común que las personas hagan reproches, suelen dárnos, lanzan amenazas o peor aún, que intimidan al pequeño haciéndolo creer que algo les va a pasar.

Ellos suelen decir:

- ¿Ves cómo me sacrifico por ti y no te importas?
- Déjame todo por ti y mira cómo me pagas.
- ¿En qué me equivocas?
- ¿Por qué nos haces estas cosas?

Los dictadores

Nos reafirmas a cuando controlan al niño o lo niña alienando cuando hacen algo no autorizados son estrictos y amenazantes para que obedezcan y todo lo enaja condenando de manera inmediata al niño con burlas, gritos, despliegue de poder y dominación.

Suelen decir:

- ¿Cómo puedes ser tan tonto?
- No te das cuenta de las cosas.
- Te dije, pero ahora vérd.
- Yo no tengo que darte explicaciones.
- No somos iguales.
- Lo haces porque te lo ordeno y punto.

Características niños con buena autoestima

Es un niño que...

- 1** Cree firmemente en los valores y principios, y está dispuesto a defenderlos aunque encuentre fuertes oposiciones, sin dejarse lo suficientemente seguro como para modificar esos valores si nuevas experiencias le indican que estaba equivocado.
- 2** Es capaz de actuar de forma acertada, confiando en su juicio y sin sentirse culpable cuando a otros les parece mal lo que hizo.
- 3** No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- 4** Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse abrumar por los fracasos y dificultades que experimente.
- 5** Se considera y realmente se siente igual que cualquier otro persona, aunque reconozca diferencias en talentos específicos, profesión o posición económica.



Características de niños con buena autoestima

- 6** Sabe que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes convive más tiempo.
- 7** No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesto a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- 8** Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas.
- 9** Es capaz de disfrutar diversas actividades como estudiar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etcétera.
- 10** Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

Características niños con baja autoestima

Básicamente son:

- 1** **Autocrítica dura y excesiva** que lo mantienen en un estado de insatisfacción consigo mismo (a). Por lo general los niños suelen decirte lo siguiente: Soy un tonto. No sirve para nada. No sé hacer nada. No puedo, etcétera.
- 2** **Rechazo a la crítica.** Significa que ellos sienten inmediatamente que los están atacando, por lo que van a responder con agresividad. Por lo general, ellos van cultivando resentimientos contra los que creen sus críticas.
- 3** **Indecisión crónica.** El problema no es que en realidad no sepan hacer las cosas, sino que sienten un miedo exagerado a equivocarse, que no se deciden a hacer nada.
- 4** **Tienen deseo innecesario por complacer.** Ellos sienten un gran temor a decir "no" por miedo a que desaprobren.

Páginas internas digitalizados

Figura 26

Importancia de una subtema adecuada

Interno

Las palabras de aliento

Un grupo de ranas viajaba por el bosque y, de repente, dos de ellas cayeron en un hoyo profundo. Todas las demás ranas se reunieron alrededor del hoyo. Cuando vieron cuán hondo era éste, le dijeron a las dos ranas que debían darse por muertas.

Las dos ranas no hicieron caso a los comentarios de sus "amigas" y siguieron tratando de saltar con todas sus fuerzas. Las otras seguían insistiendo que sus esfuerzos serían inútiles. Finalmente, una de las ranas puso atención a lo que las demás decían y se rindió. Ella se despidió y murió. La otra rana continuó saltando tan fuerte como le fuera posible.

Una vez más, la multitud de ranas le gritaba y hacía señas para que dejara de sufrir y que simplemente se dispusiera a morir, ya que no tenía caso seguir luchando. Pero la rana saltó cada vez con más fuerza hasta que finalmente logró salir del hoyo.

Cuando salió, las otras ranas le dijeron: Nos da gusto que hayas logrado

17

Importancia de una subtema adecuada

La familia

La autoestima, además de enseñar a querernos y respetarnos, es algo que se construye a través de la familia. Esto depende también del ambiente familiar en el que estamos y los estímulos que éste nos brinda, como ya lo hemos visto.

Donde existe violencia familiar, víctimas y victimarios poseen muy baja autoestima, ya que, por un lado, la víctima es alguien a quien maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta de que está siendo abusada. Por otro lado, el victimario compensa lo inferior que se siente, maltratando y abusando, en este caso de un familiar.

Muchas heridas emocionales provocadas en la niñez pueden causar transformaciones psicológicas y físicas (dolor de cabeza, hipertensión, trastornos cardíacos, alimentarios, problemas en la piel, depresiones, etc.), además de producir dificultades para relacionarse normalmente con otras personas (conflictos serios en el trabajo, disminución de la

energía y de la capacidad creativa, relaciones matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos, etc.).

Existen padres, madres, docentes o cuidadores que humillan de la siguiente manera:

- Desprecian
- No prestan atención
- Se burlan o se ríen del niño (a) cuando pide ayuda, siente dolor, tienen un pequeño accidente, necesitan que lo defendan, expresan miedo, piden compañía, se aferran buscando protección, tienen vergüenza, etc.

18

Importancia de una subtema adecuada

Su "YO" interno

Ya vimos que la autoestima es el sentimiento que valoramos nuestro ser, nuestra manera de ser, qué tan somos nosotros y el conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Pero nos falta decir que en los primeros años de vida es cuando ésta se fortalece o se debilita para siempre.

Aunque podemos decir que la autoestima es cambiante porque se aprende, cambia y la podemos mejorar

Es a partir de los 5 o 6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros mayores: padres, maestros, compañeros, amigos, etc., y las experiencias que vamos adquiriendo. Porque los primeros años, como ya vimos, dependen básicamente de los padres y los maestros.

22

Importancia de una subtema adecuada

La familia

Sonrió y siguió con su tarea. Las palabras del pequeño golpearon a sus padres de tal forma que quedaron sin habla.

Las lágrimas rodaban por sus mejillas. Y aunque ninguna palabra se oía al respecto, ambos sabían lo que tenían que hacer.

Esa tarde, el esposo tomó gentilmente la mano del abusado y lo llevó de vuelta a la mesa de la familia. Por el resto de sus días ocupó un lugar en la mesa con ellos. Y por alguna razón, ni el esposo ni la esposa parecían molestarse más cada vez que el tenedor se colaba la leche se derramaba o se ensuciaba el mantel.

Cuidado! Los niños son altamente perceptivos. Sus ojos observan, sus oídos siempre escuchan y sus mentes procesan los mensajes que absorben. Si ven que con paciencia proveemos un lugar feliz para todos los miembros de la familia, ellos imitarán esa situación por el resto de sus días. Los padres y madres inteligentes se percatan de que cada día colocan los bloques con los que constituyen el futuro de sus hijos.

33

La familia

Estas actitudes se contraponen con otras totalmente opuestas, demostrando al niño que es "querido y bonito", creando una gran confusión. Pero estas muestras de cariño son aparentes, adjudicándole un rótulo a su identidad que trae como consecuencia un peso negativo en formación y en el desarrollo de sus capacidades.

Y cuidado!, porque cuando la persona afectada sea adulto, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más jóvenes o vulnerables, siendo esto una cadena hereditaria de abuso y poder.

El desprecio y la vergüenza vivida en la infancia son la fuente de los problemas que afectan en la vida adulta y los causantes de la baja autoestima.

Esto es muy bien explicado por los psicólogos, quienes dicen que las personas recrean todo lo vivido, como haciendo una nueva de vida en la que siempre se van a repetir los acontecimientos.

27

Importancia de una subtema adecuada

Midiendo la autoestima

Existen muchos métodos para medir la autoestima de los niños, pero de entre todos, el más sencillo consiste en la utilización de cuestionarios, en los que se busca saber el concepto que se tienen de ellos mismos, utilizando una serie de situaciones y contextos. Las respuestas a estos cuestionarios pueden compararse y analizarse para producir una puntuación global que represente el nivel de autoestima del niño.

Algunos estudiosos del tema han sobrenombrado este método como "Perfil de autopercepción para niños", muy bien usado en 1985. Se trata de un cuestionario en el que se evalúa la opinión de los niños sobre sí mismos y también su autovalueación en diferentes campos:

- Competencia escolar
- Competencia artística
- Aceptación social
- Comportamiento
- Apariencia física

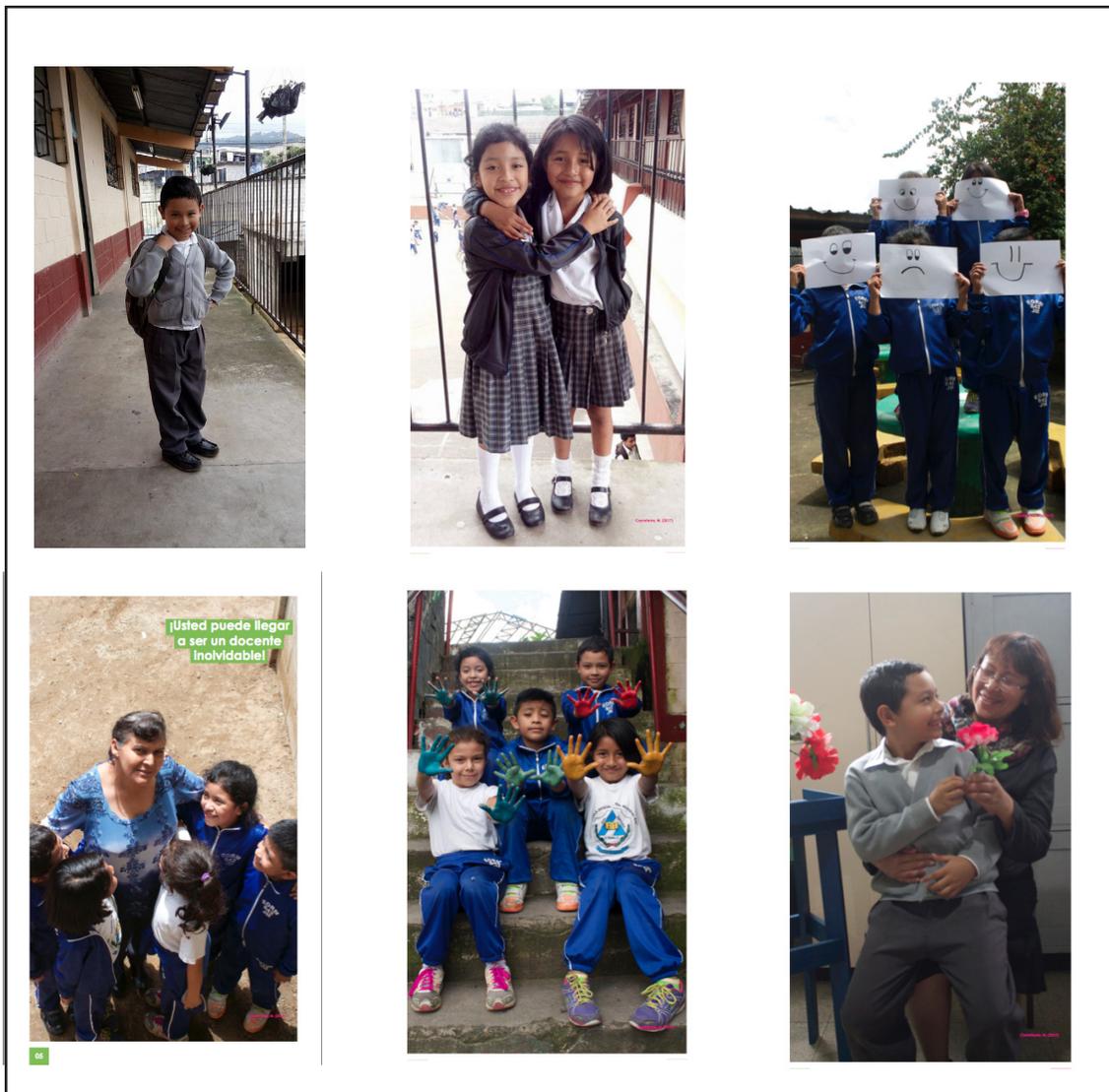
19

La principal imagen y más generalizada forma de violencia es el maltrato emocional. Hay muchas maneras para asustar a un niño y hacerlo sentir culpable e intimidado sin tener que recurrir a la violencia física. El niño o niña empobrecen o muestran retratos cuando se les atormenta con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprenden a soportar el dolor y el silencio.

Por ello, la autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque de acuerdo como se diga algo, el efecto será positivo o negativo; de aprendizaje o de resentimiento, sobre todo cuando se transmite desde la infancia. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, debido a que ellos fueron educados del mismo modo.

Portadas capítulos

Figura 27



Portadas capítulos

Figura 28



Páginas de actividades

Figura 29

Actividades

¡Ser único!

Capítulo 1:

Conocer mis fortalezas

Actividad: Capítulo: Mis reacciones

Tierra, aire, fuego y agua

En este juego, el estilo de una persona se compara con los cuatro elementos:
 Algunas personas fienten los pies en la tierra y no se mueven de ahí (tierra).
 Otras avanzan con ímpetu y hacen que las cosas ocurran a su manera (fuego).
 Algunas sólo se quitan del camino y no pueden ser confortadas (aire).
 Otras parecen encontrar una forma de que la situación se rinda y obtener lo que quieren (agua).

Instrucciones

- Los jugadores experimentan con estos estilos de caminar de acuerdo con lo que se enlistó a continuación:
 Fuego: El peso está hacia la parte delantera y lateral externa de los pies. El mentón se dirige hacia adelante. Cuando los jugadores caminen en esta posición, pídeles que digan, en voz alta o en silencio, las palabras: "¡a vee y lo hago!".
 Agua: El peso está en los talones y en la parte interna de los pies. La pelvis se dirige hacia adelante. Los posturas son serenas. "Primero me rindo y luego actúo".
 Aire: El peso está en los talones y en la parte externa de los pies, echándose ligeramente hacia atrás. Las posturas son espaciales: "No lo resista. Me quito del camino".
 Tierra: El peso está hacia adelante y en la parte interna de los pies. Las posturas son firmes: "Estoy aquí. Y no me voy a mover".
- Después que hayan experimentado cada postura, pregunta: ¿Con cuál de las posturas se identifican?

87

Actividad: Capítulo: Mis reacciones

¿Cuánto espacio necesitas?

Todos tenemos un espacio alrededor de nosotros que es nuestro. Por lo general, nos sentimos físicamente incómodos cuando la gente entra en nuestro espacio sin una invitación implícita o explícita.
 Esta actividad ayuda a los niños a descubrir su espacio.

Instrucciones

- Una persona se queda quieta. Una segunda persona se queda quieta a cierta distancia. Dando un paso a la vez, la segunda persona empieza a caminar hacia la primera persona, preguntando a cada paso: "¿todavía estás cómodo?". Cuando la primera persona empieza a sentir algún cambio, como una ligera sensación de ansiedad o si la piel se le pone de gallina, dice: ¡Alto!
- Tienen de jugar esta actividad en diferentes momentos para ver cuánto se transforma tu espacio personal con diferentes estados de ánimo.

82

Actividad: Capítulo: Distinguir de mi nombre

¿Quién me puede encontrar?

Canción
 ¿Quién puede encontrar a _____?
 ¿Quién puede encontrar a _____?
 ¿Quién puede encontrar a _____?
 ¿Queremos encontrarlo (a) ahora!

Instrucciones

- Cantén las preguntas, diciendo los nombre de todos y buscando alrededor.
- Después señalando cuando digas su nombre en la última línea.
- Tomen su turno para "encontrarse" uno al otro.

44

Páginas de actividades

Figura 30

Actividades | **Capítulo 2: Disfrutar de mi nombre**

¿Quién es?

Canción

¿Quién es el (a ella)?
 ¿Me lo puedes decir?
 El (Ella) es _____ (nombre)
 Y nos cae muy bien.

Instrucciones

- En este juego más avanzado de escondidillas, cubre tu cara con un pañuelo.
- Vayan por turnos y a la persona que le toque tendrá que hablarle al que tiene los ojos vendados de modo que advine su nombre.
- Cuando advine su nombre se quita el pañuelo y se lo pasa al siguiente.

Variaciones

- En lugar de usar un pañuelo, pueden darse la espalda uno al otro y solo volverse cuando escuchan su nombre.



**Capítulo 2:
Disfrutar de mi nombre**



45

Actividades | **Capítulo 2: Conocer más fortalezas**

Amigo del día

Una pequeña escuela con un solo salón tiene una gran idea. Cada semana alguien saca de una caja el nombre de uno de los niños. Entonces el grupo corta en papel la silueta de ese niño y la colorean. Junto a la silueta, el docente escribe comentarios positivos hechos por el grupo:

"Me gusta así"
 "Siempre es agradable estar con ella"
 "Ella es mi mejor amiga"

Instrucciones

- Escoge a la persona del día en tu clase. Programa un día de la semana, viernes, por ejemplo, para sacar un nombre de la caja.
- La persona elegida será el amigo que te ayudará con las actividades de la clase.
- Se dibuja el "retrato" pidiéndolo que se acueste en un pliego de papel para dibujar su silueta. Después, el resto de la clase colorean el dibujo. Recuerda, todos deben de escribir un comentario positivo en el papel.
- Pon la silueta en alguna de las paredes de la clase.

Variaciones

- Deja que la persona del día elija algo que puedan hacer todos juntos, como jugar pelota, dar un paseo por la escuela, etc.

Materiales

- Pliego de papel
- Diste
- marcador
- crayones

52

Actividades | **Capítulo 5: Disfrutar de mi nombre**

Nombres, nombres, todas tenemos nombres

Canción

Nombres, nombres, todas tenemos nombres. Tu el el tuyo, nosotros lo llamamos también.
 Respuesta (Individual) _____ (nombre)
 Respuesta (los demás) _____ (Se repite el nombre 3 veces)

Instrucciones

- Siéntense unos frente a otros y tomen su turno para decir su nombre. Cada vez que te toque, haz un gesto diferente al decir tu nombre, como aplaudir, abrir los brazos o sacudir tu cabeza. Y todos los demás repiten el nombre y el gesto tres veces. Después se repite todo, antes de que toque el turno al siguiente participante.

Variaciones

- Inventa una forma con tu nombre o haz tu propia símbolo
- Que cada jugador muestre una actitud diferente al decir su nombre, por ejemplo, decirlo con gran enojo molesto
- Un momento de explicar el juego, al tu nombre de diferentes maneras. Por ejemplo, cuando digo mi nombre imitando el estilo raspa de Marilyn Monroe – Bar-bar-ra con una mano detrás de la cabeza, esponjando mi cabello- todas se divierten.
- Estimula a tus niños para que digan su nombre al mismo tiempo que aplauden de acuerdo con el número de sílabas. Jennifer aplaudiría tres veces y Joe solo una vez.

**Capítulo 5:
Mis sentidos**



61

Actividades | **Capítulo 5: Mis sentidos**

Susumos

Una maestra que conozca, usa esta actividad para darles permiso a los estudiantes de lavarse las manos antes de comer. Susuma cada uno de los nombres. Los niños desean tanto salir, que todo el grupo está muy callado, escuchando ser llamados en voz baja.

Si quieres que el grupo esté quieto, hablar bajo funciona mejor que gritar, porque todos quieren oír lo que se supone que no deben oír.

Instrucciones

- Susuma el nombre de una persona del grupo muy pero muy despacio.
- Cuando la persona escuche su nombre, debe levantarse (o levantar la mano y saludar).
- Si los jugadores no escuchan su nombre, aumenta el volumen un poco hasta que lo oigan.



91

Propuesta gráfica final

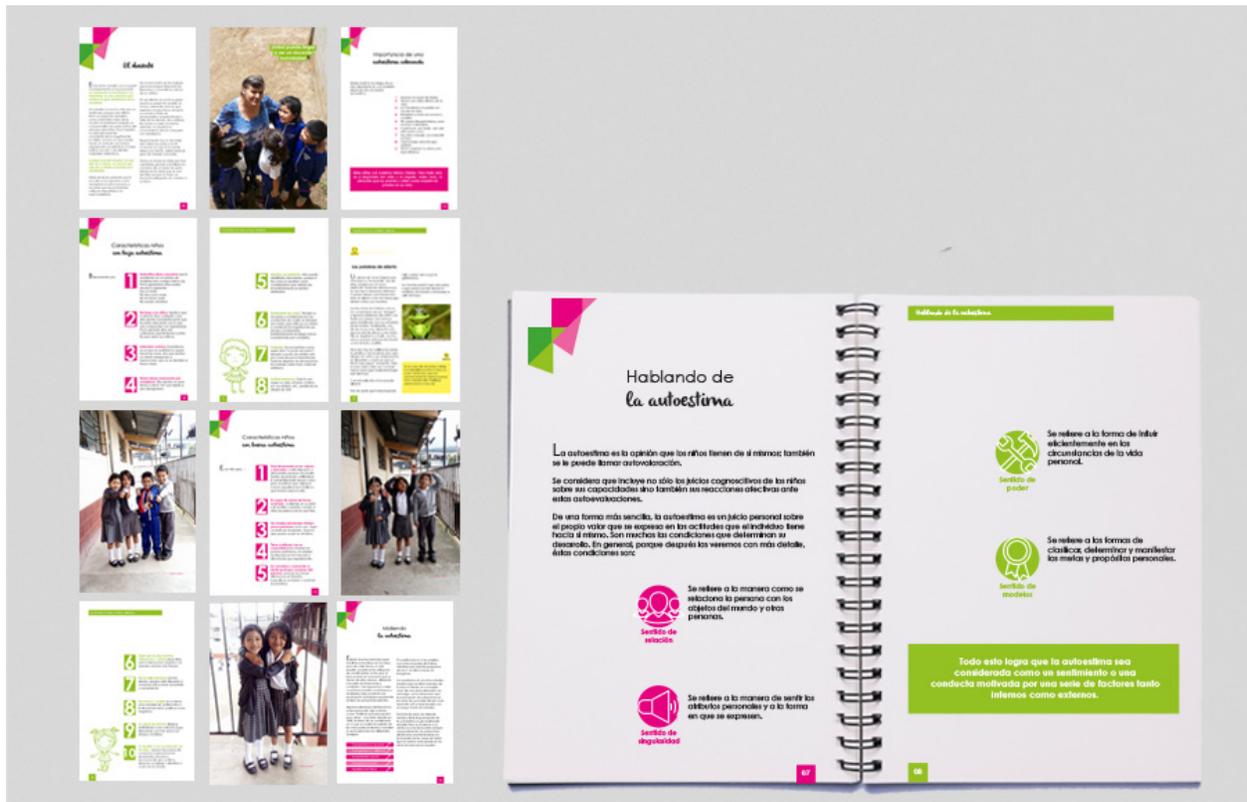


Figura 31

Fundamentación



Respecto al color

La paleta cromática utilizada en el material se basa en tres colores: fucsia, verde y amarillo. La combinación de estos tres colores forman una gama cálida para dar fuerza, alegría y expresarle dinamismo al contenido y a todo el material, ajustándose perfectamente al concepto creativo que es incentivar al niño así como también al grupo objetivo

Olivier
1 2 3 a b c

Century Gothic
1 2 3 a b c

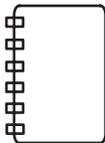
Respecto a la tipografía

Se utilizaron dos familias tipográficas: Olivier y Century Gothic. Ambas aportan modernidad y sencillez al texto, con un alto nivel de legibilidad. Para los títulos se utilizó la tipografía Olivier y para el contenido del material se utilizó Century Gothic.



Respecto a los íconos

Se utilizaron varios íconos e ilustraciones en todo el material para darle soporte al texto y facilitarle al docente la comprensión del contenido a comunicar. Al inicio de cada capítulo también se pueden observar fotografías que ayudan a visualizar el tema a tratar en el capítulo.



Respecto al formato

El formato del material educativo es de 16*25cm. Este tamaño se eligió para mayor facilidad del docente al momento de trabajar con el contenido y actividades del material dentro del aula.

Lineamientos para puesta en práctica

Cliente:	Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite Mixco/ Niños del nivel primario/ docentes de grado
Producto:	Material educativo para incentivar la autoestima de los niños de segundo grado del nivel primario, para uso del docente
Formato:	16*25 centímetros
Orientación:	Vertical
Sustrato:	Papel bond 100 gr
Tipo de impresión:	Tinta

1. El material educativo es exclusivamente para uso interno de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite para ser utilizado por los docentes de grado, a manera de apoyo, para incentivar la autoestima en los niños.
2. El material debe ser compartido con los demás docentes de la escuela para que todos se beneficien con el material de apoyo e inicien un proceso de cambio.
3. Cada persona que tenga en sus manos el material educativo se verá en la responsabilidad de leer cada uno de los capítulos, esto para informarse acerca del tema a trabajar.
4. La o las actividades a realizar con los niños serán elegidas por el docente encargado, esto va a depender del área que desea reforzar en cada uno.

Presupuesto

	Producto o servicio	Descripción	Costos
Investigación	Protoco/ Perfiles	Recopilación, documentación y análisis de información. Definición del problema de diseño y objetivos	Q6,000
	Marco Teórico	Investigación, documentación, análisis de los temas que se desarrollaron durante el proceso y evolución del proyecto.	Q5,000
	Definición Creativa	Planeación estratégica	Q 900
		Insight y concepto creativo	Q5,000
	Pre producción	Diseño de material	Q3,500
		Bocetaje nivel 1, 2 y 3	Q 900
	Producción gráfica	Realización de encuestas y validación 1, 2 y 3	Q 800
		Creación de línea gráfica final	Q2,000
		Propuesta final	Q3,000
		TOTAL:	Q27,100

Tabla 5

Estudios de mercado	
Producto o servicio	Costos
Estudio de mercado/ 35 personas	Q 400
BTL -charla/ 12 personas -Incluye equipo: cañonera, bocinas, computadora por 2 horas -Incluye alimentación: cafetera, café, azúcar, servilletas, vasos, agua pura, galletas.	Q1,500
TOTAL:	Q1,900

Tabla 6

Gastos fijos	
Producto o servicio	Costos
Energía eléctrica	Q 900
Internet	Q 500
Transporte	Q 400
Teléfono celular	Q 400
USB/ CD'S	Q 150
Impresión de muestra	Q 300
TOTAL:	Q2,650

Tabla 7

Servicios adicionales	
Producto o servicio	Costos
Fotografías -Incluye equipo: cámara profesional, trípode y luces	Q 600
Ilustraciones	Q 350
Diagramación -Incluye el diseño del material	Q 700
TOTAL:	Q1,650

Tabla 8

Total proyecto	
Subtotal	Costos
Proceso	Q27,100
Estudios de mercado	Q 1,900
Gastos fijos	Q 2,650
Servicios adicionales	Q 1,650
TOTAL:	Q33,300

Tabla 9

Aporte económico del epesista de la Escuela de diseño gráfico de la Universidad San Carlos de Guatemala para la institución.

Cotización No. 1

Figura 32


Litografía e Imprenta

COTIZACION DE SERVICIOS

Nombre : Banco Industrial, S.A. **Cotizacion :** 309
Direccion : 7a. Ave. 5-10, Zona 4, Centro Financiero **Fecha :** 25/01/2018
Atencion: MONICA CASTAÑEDA **Celular :**
Correo : **Telefono :**
Asesor : VERONICA GONZALEZ

A continuacion enviamos la cotizacion solicitada :

CANTIDAD	DESCRIPCION	TOTAL
1	EDICION DE LIBRO EN BOND 80, PORTADA Y CONTRA PORTADA EN CARTON CHIP. MED: 14 X 22 CMS. FULL COLOR. CON ESPIRAL METALICO.	Q885.00 Q885.00

Q885.00

litografía * Imprenta

Anillo Periferico 18-37 Local #1 Zona 11 Telefax: 2485-6164

Cotización No. 2

Figura 33


digitalhouse[®]
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **89401**
Guatemala, 24 enero 2018

Señores

Atención **MONICA CASTAÑEDA**
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

LIBROS CON ESPERIAL INTERIORES BLANCO Y NEGRO: PORTADA Y CONTRAPORTADA :
Impreso en **AUTOADHESIVO**, tamaño abierto 9.8 x 6.51 plgs., 4 colores tiro, 2 firmas, espiral, corte, impresión tiro, cartón chip, plástico mate 1.5mm tiro. **GUARDAS :** Impreso en **AUTOADHESIVO**, tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 0 colores tiro, 2 firmas, corte. **INTERIORES :** Impreso en **BOND 80**, tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 1 colores tiro, 1 colores retro, 75 firmas, corte, impresión negro tiro / retro. **INSERTOS :** Impreso en **COUCHE 100**, tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 4 colores tiro, 13 firmas, impresión tiro, corte.

1	Q	1,430.00
5	Q	1,150.00
10	Q	1,450.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.
Vigencia de la cotización: 10 días.
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% más o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

José Antonio Comparini
Ejecutivo de Ventas

Cotización No. 3

Figura 34


digitalhouse[®]
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **89397**
Guatemala, 24 enero 2018

Señores

Atención **MONICA CASTAÑEDA**
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

LIBROS CON ESPIRAL INTERIORES FULL COLOR : PORTADA Y CONTRAPORTADA :
Impreso en AUTOADHESIVO, tamaño abierto 9.8 x 6.51 plgs., 4 colores tiro, 2 signatures, corte, carton chip, impresion tiro, plastico matte 1.5mm tiro , espiral . INTERIORES : Impreso en BOND 80 , tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, 75 signatures, impresion tiro / retiro, corte. **GUARDAS :** Impreso en AUTOADHESIVO, tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 0 colores tiro, 2 signatures, corte. **INSERTOS :** Impreso en COUCHE 100, tamaño abierto 8.8 x 5.51 plgs., 4 colores tiro, 13 signatures, corte, impresion tiro.

1	Q	3,280.00
5	Q	1,970.00
10	Q	2,330.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.
Vigencia de la cotización: 10 días.
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% mas o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

José Antonio Comparini
Ejecutivo de Ventas



Capítulo VII

Síntesis del proceso

Lecciones aprendidas

143

Conclusiones

144

Recomendaciones

145

Referencias consultadas

147

Anexos

155

Lecciones aprendidas

Todos los días se aprende algo nuevo y con la realización de este proyecto no fue la excepción.

Sin duda, a lo largo de este proyecto se obtuvieron grandes lecciones que me ayudaron a ser mejor persona y a ponerlas en práctica día a día para contribuir con una Guatemala mejor.

1. Iniciando desde el primer contacto con la sede y las personas encargadas de ayudarme en todo el proceso. Para la elaboración de éste proyecto fue importante estudiar y conocer muy bien al grupo objetivo, esto me llevó a aprender acerca de sus costumbres, su cultura visual e intereses.

2. Se repasó y puso en práctica los contenidos y todo lo aprendido durante la carrera, ya que al realizar cada uno de los pasos para llegar a un buen proyecto hubieron cosas que no se recordaban y al ponerlo en práctica los conocimientos brotaban, porque bien dicen que todo lo que se aprende no se olvida.

3. Algo que debemos tomar también muy en cuenta es siempre tratar de buscar más y más, es decir, de no quedarnos o conformarnos solamente con la primera idea que surga si no tratar de seguir indagando, bocetando, investigando o realizando varias técnicas para tener varias opciones.

4. Al momento de bocetar se retomaron técnicas aprendidas en los primeros semestres de la carrera, como lo es la técnica del crayón.

Conclusiones

1. El material educativo se ha diseñado y elaborado para los docentes del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta, No. 842, Ciudad Satélite, Mixco.
2. Los primeros 6 años del niño son claves, ya que forman su personalidad y se desarrollan como persona.
3. La autoestima es el factor que decide el éxito o el fracaso de cada niño como ser humano.
4. Las actividades propuestas en el material, sin duda, ayudarán al niño a poder desarrollar varios aspectos de su vida y así lograr que se valore y aumente su autoestima.
5. El diseño del material educativo es de fácil legibilidad y cuenta con una incorporación balanceada entre texto e imágenes.
6. El material cuenta con información, lecturas, reflexiones y actividades que serán de gran apoyo para que el docente incentive la autoestima de sus niños.
7. El contenido del material se encuentra dividido por capítulos, cada capítulo habla acerca de un tema que sirve de apoyo para explicar y entender mejor el tema de la autoestima.

Recomendaciones

1. A la escuela oficial rural mixta, No. 842

- Velar para que cada uno de los docentes del nivel primario y básicos tenga su propio material educativo.
- Que se incluya en la planificación de cada uno de los docentes la utilización del material educativo como una clase más a impartir.

2. Al docente

- Antes de impartir el material con los niños, leer y seleccionar el capítulo y actividades a trabajar.

3. Al estudiante de diseño gráfico

- Conocer muy bien del tema a trabajar y al grupo objetivo.
- Sentirse cómodos y capaces de proyectarse como unos expertos con el tema a trabajar.
- Mantener un seguimiento constante y crear una buena relación con las autoridades de la institución y jefe inmediato.
- Organizar el tiempo y priorizar las actividades, esto para no dejar nada a “última hora”.
- Dejarse llevar por consejos y buscar opiniones de otras personas; diseñadores, amigos, expertos o licenciados.

4. A la escuela de diseño gráfico

- Mejorar, agilizar y organizar de una mejor manera los procedimientos para asignación y distribución de cada una de las secciones.
- Que la dupla de licenciados asignados en el proyecto de graduación 1 sean los mismos para el proyecto de graduación 2.



Referencias Consultadas

Tesis

- Berdúo, Jacqueline (2004). Técnicas psicopedagógicas asertivas aplicadas por maestros de educación primaria. Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_1104.pdf
- Cava y González, Autoestima y percepción del clima escolar en niños con problemas de integración social en el aula. Facultad de psicología, Valencia España, 2011.
- García Flores, Autoconcepto, autoestima y su relación con el rendimiento académico". Facultad de Psicología, México 2001.
- Girón López, Manual de campamentos para capacitación de autoestima y valores para líderes jóvenes y docentes del área rural de Guatemala. Facultad de humanidades, Guatemala 2010.
- Girón, Silvia (2010). Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/EPS/07/07_1016.pdf
- González, Ana (2017). Estrategia de comunicación multimedia como apoyo al servicio de pruebas de ADN de la fundación de Antropología forense de Guatemala. Guatemala.
- Lima, Edgar (2007). Importancia de la autoestima positiva en el desarrollo de la personalidad en niños y adolescentes. Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/tecnico/13/13_0349.pdf

- Rodríguez, Nestor (1998). Autoestima y su relación con el rendimiento escolar : (estudio realizado con estudiantes de ambos sexos, del 4to. Périto Contador y el 4to. Secretariado Contador de la Escuela Experimental y de Aplicación Dr. Rodolfo Robles, de la cabecera departamental de Quetzaltenango, 1998.
- Saloj, Ana (2013). Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/EPS/07/07_4467.pdf
- Saloj, Yaxón, Manual para Escuela de Padres y Madres de Familia de la Asociación de Desarrollo Integral Ixim Achí, Caserío Cipresales, Cantón Xajaxac, Municipio y Departamento de Sololá. Facultad de humanidades, Guatemala 2013.
- Zuñiga Noel, Analisis sobre la importancia del desarrollo de la autoestima y la creatividad en estudiantes de la Universidad autónoma de nuevo Leon. Facultad de psicología, México 1999

Documentos digitales

- Alvizurez Yanira (2016). Recuperado de <http://www.prensalibre.com/guatemala/chiquimula/alarman-suicidios-de-nios-y-adolescentes>
- Be Fullnes. Los 6 pilares de la autoestima según Nathaniel Branden. En línea 2017 (fecha de consulta: 14 de octubre 2018) Disponible en <https://befullness.com/pilares-autoestima-nathaniel-branden/>

- Bertrand Regader (2011). Recuperado de <https://psicologiamente.net/desarrollo/psicologia-educativa>
- Definición a.com. Definición y etimología de autoestima. En línea 2014 (fecha de consulta: 11 de marzo 2018) Disponible en: <https://definiciona.com/autoestima/>
- Díaz, F.; Prados, M. y López, S. Relación entre rendimiento académico, síntomas depresivos, edad y género en una población de adolescentes. En línea 2002 (fecha de consulta: 23 de Septiembre 2017) Disponible en: Psiquiatria.com
- EcuRed. La autoestima. En línea 2009 (fecha de consulta: 11 de febrero 2018) Disponible en: https://www.ecured.cu/La_autoestima
- EnlaRedRadio.com. Autoestima, la responsable de nuestro éxito. En línea 2008 (fecha de consulta: 15 de enero 2018) Disponible en: <http://enlaredradio.com/salud/bienestar-y-salud/autoestima-la-resposable-de-nuestro-exito/>
- García Diego (2017). Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos46/falta-atencion-padres/falta-atencion-padres2.shtml>
- Guía Infantil (2000). Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.html>
- Herci Hugo (2012). Recuperado de <https://labitacora.delpsicologo.com/2012/11/03/la-importancia-de-la-autoestima-en-los-ninos/>

- Importancia de la Psicología Social. Importancia. Recuperado de <https://www.importancia.org/psicologia-social.php>
- La Vanguardia. Importancia de la autoestima. En línea 2011 (fecha de consulta: 10 de enero 2018) Importancia de la autoestima. Disponible en: <http://crecimiento-personal.innatia.com/c-aumentar-la-autoestima/a-importancia-de-autoestima.html>
- Martínez Natalia (2017). Recuperado de <https://www.publimetro.co/co/colombia/2017/05/07/suicidio-infantil-cifras-aumento-cuales-causas.html>
- Recuperado de <https://verenicemt18.wordpress.com/falta-de-interes-por-aprender-de-los-alumnos-en-la-escuela/>
- Sabater, Valeria. (2014). Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/tienes-miedo-al-que-diran/>
- Significado de los colores. Recuperado de <http://significadodeloscolores.net/>
- Solano Gabriel (2013). Recuperado de <http://ipsicologo.com/2013/05/definicion-de-psicologia.html>
- Treviño, M; Hernández, C. y González, C. Influencia del estado de salud física y emocional en el rendimiento escolar y la eficiencia terminal de los estudiantes de la Preparatoria No.9 UANL [Versión electrónica]. Monterrey, N.L. México: Memoria Coloquio Nacional de Formación Docente, 24 y 25 de enero de 2002.

- Vivir diario. Inteligencia emocional y autoestima. En línea 2010 (fecha de consulta: 3 de agosto 2017) Disponible en: <https://www.vivirdiario.com/3/2/inteligencia-emocional-y-autoestima/>

Revistas

- Acosta Padrón, Rodolfo; Hernández, José Alfonso. La autoestima en la educación. REVISTA LÍMITE N° 11, 2004. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>
- Castillo Gascón, Monserrat. Reseña Histórica. Revista Tu Autoestima, 2015. Disponible en: <http://tumejorautoestima.blogspot.com/2015/02/resena-historica.html>

Libros y archivos en PDF

- Abram, William. (Primera edición). (2005). Acepta el reto. México: Panorama Editorial.
- Bonet, Vicente. (13a edición) (1997). Sé amigo de ti mismo. España
- Buch, Karina. (2005). Programa psicoeducativo para mejorar el nivel de autoestima en niños de 7 a 9 años, apoyado por padres de familia y maestros de la escuela Kjell Laugerud, a través de la intervención en salud mental del centro de salud Bethania zona 7. Kjell Laugerud. Zona 7
- Cuesta, Ubaldo. (Catedra). (2000) Psicología social de la

- comunicación. Madrid.
- Suárez Rafael, Melina Erika, Coronado Esther. "Evaluación de autoestima en la población escolar de CUMCH". En línea 2011, (fecha de consulta: 22 de febrero de 2018) Disponible en: <http://www.acmor.org.mx/cuamweb/reportescongreso/2011/Sociales/401autoestima.pdf>
 - Yapura, M. "Estudio sobre la incidencia de la baja autoestima en el rendimiento académico en los primeros años de la escolaridad primaria". En línea 2015, (fecha de consulta: 15 de octubre de 2017) Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC118097.pdf>

Índice de tablas

- Tabla 1. Mónica Castañeda (2017) Comparación de número de alumnos [Tabla]
- Tabla 2. Mónica Castañeda (2017) Flujograma [Tabla]
- Tabla 3. Mónica Castañeda (2017) Cronograma [Tabla]
- Tabla 4. Mónica Castañeda (2017) Previsión de recursos y costos [Tabla]
- Tabla 5. Mónica Castañeda (2017) Presupuesto [Tabla]
- Tabla 6. Mónica Castañeda (2017) Estudios de mercado [Tabla]
- Tabla 7. Mónica Castañeda (2017) Gastos fijos [Tabla]
- Tabla 8. Mónica Castañeda (2017) Total proyecto [Tabla]
- Tabla 9. Mónica Castañeda (2017) Total proyecto [Tabla]
- Tabla 10. Mónica Castañeda (2017) Total proyecto [Tabla]

Índice de figuras

- Figura 1. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 1
- Figura 2. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 1

- Figura 3. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 1
- Figura 4. Mónica Castañeda (2017) Autoevaluación nivel 1
- Figura 5. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 2
- Figura 6. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 2
- Figura 7. Mónica Castañeda (2017) Bocetos nivel 2
- Figura 8. Mónica Castañeda (2017) Portada manual nivel 2
- Figura 9. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos
- Figura 10. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos
- Figura 11. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas nivel 2
- Figura 12. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas nivel 2
- Figura 13. Mónica Castañeda (2017) Validación con grupo objetivo
- Figura 14. Mónica Castañeda (2017) Validación focus group
- Figura 15. Mónica Castañeda (2017) Portada manual nivel 3
- Figura 16. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos nivel 3
- Figura 17. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos nivel 3
- Figura 18. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas nivel 3
- Figura 19. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas nivel 3
- Figura 20. Mónica Castañeda (2017) Validación con expertos
- Figura 21. Mónica Castañeda (2017) Propuesta gráfica final
- Figura 22. Mónica Castañeda (2017) Propuesta gráfica final
- Figura 23. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas digitalizadas
- Figura 24. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas digitalizadas
- Figura 25. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas digitalizadas
- Figura 26. Mónica Castañeda (2017) Páginas internas digitalizadas
- Figura 27. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos
- Figura 28. Mónica Castañeda (2017) Portadas capítulos
- Figura 29. Mónica Castañeda (2017) Página de actividades

- Figura 30. Mónica Castañeda (2017) Página de actividades
- Figura 31. Mónica Castañeda (2018) Propuesta gráfica final
- Figura 32. Mónica Castañeda (2018) Cotización No. 1
- Figura 33. Mónica Castañeda (2018) Cotización No. 2
- Figura 34. Mónica Castañeda (2018) Cotización No. 3
- Figura 35. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 1
- Figura 36. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 1
- Figura 37. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 2
- Figura 38. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 2
- Figura 39. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 3
- Figura 40. Mónica Castañeda (2017) Resultados nivel 3

Anexos

Evaluación nivel 1

Resultados obtenidos de la encuesta con compañeros

1. El tamaño del formato es adecuado



2. La posición del formato es adecuada



3. Los colores son llamativos



4. Le llama la atención la diagramación



Figura 35

Resultados obtenidos de la encuesta con compañeros

5. Elementos bien distribuidos y organizados



6. Observaciones y comentarios

- Utilizar colores más vivos
- La letra es muy grande
- Poner más iconos
- Utilizar colores pasteles, llamativos
- Saturado de texto
- No dejar espacios en blanco
- La letra se entiende muy bien, es legible
- Utilizar color fuente, verde, naranja, amarilla
- Todo está muy bien
- Aprovechar los espacios vacíos
- Mucho texto en cada hoja

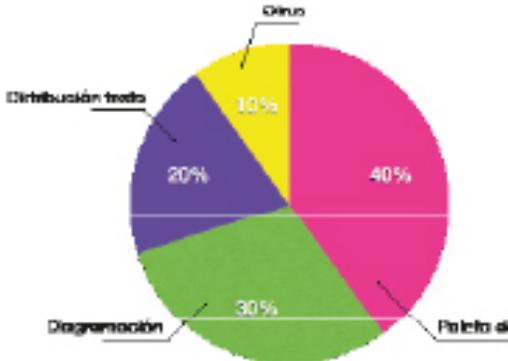


Figura 36

Evaluación nivel 2 Resultados obtenidos del focus group

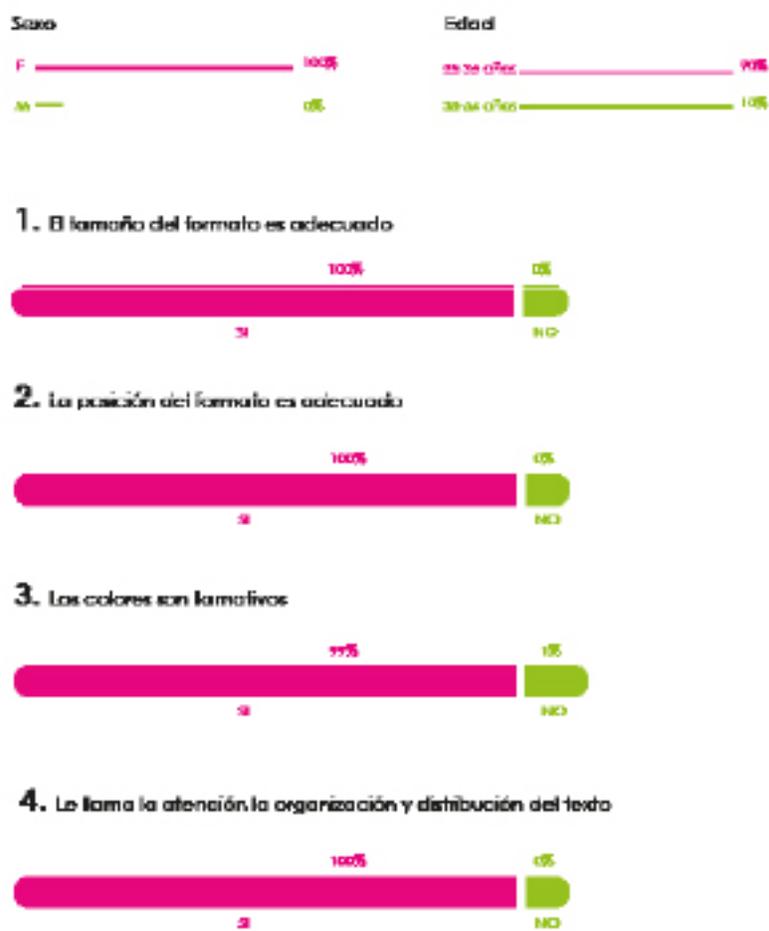


Figura 37

Resultados obtenidos del focus group

5. Respeto a la información



6. Acerca del texto



7. Fotografías acorde a cada capítulo



8. Observaciones y comentarios

- Utilizar fotos reales
- Letra muy grande
- Poner algún dibujo en las actividades
- Bajarle al tamaño de la letra
- Buscar otras fotografías
- La letra si es entendible pero muy grande
- Fotos acorde al capítulo pero buscar niños con uniforme

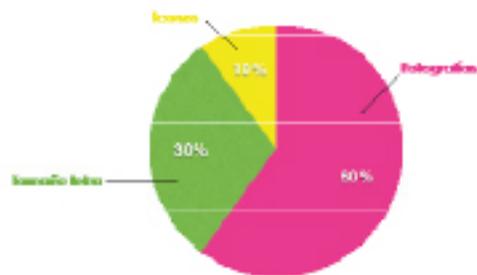


Figura 38

Evaluación nivel 3 Resultados obtenidos de la encuesta con expertos

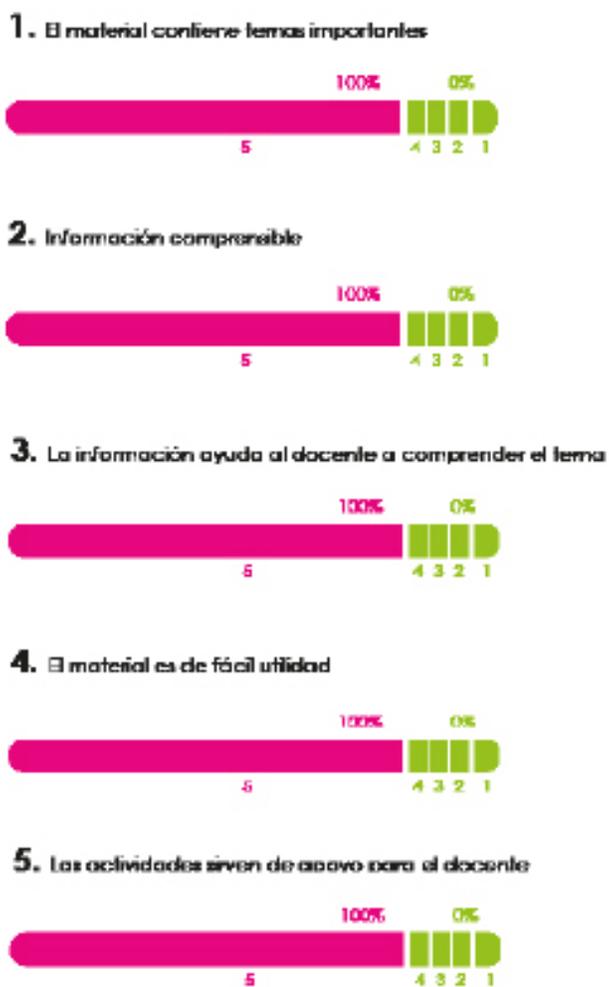


Figura 39

Resultados obtenidos de la encuesta con expertos

6. El material cumple con su objetivo



7. Los colores son llamativos



8. Iconos e ilustraciones atractivas



9. Letra clara y entendible



9. Observaciones y comentarios

- Aumentar el tamaño de los títulos
- Darle jerarquía a las hojas de actividades
- En las primeras hojas reducir el tamaño del diseño superior izquierdo

Figura 40

Guatemala, julio 18 de 2018.

Señor Decano
Facultad de Arquitectura
Universidad de San Carlos de Guatemala
Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón
Presente.

Señor Decano:

Atentamente, hago de su conocimiento que con base en el requerimiento de la estudiante de la Escuela de Diseño Gráfico - Facultad de Arquitectura: **MÓNICA JOSÉ CASTAÑEDA BARRIOS**, Carné universitario: **201220286**, realicé la Revisión de Estilo de su proyecto de graduación titulado: **DISEÑO DE MATERIAL EDUCATIVO PARA INCENTIVAR LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS DEL NIVEL PRIMARIO DE LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA NO. 842, CIUDAD SATÉLITE, MIXCO**, previamente a conferírsele el título de Licenciada en Diseño Gráfico.

Y, habiéndosele efectuado al trabajo referido, las adecuaciones y correcciones que se consideraron pertinentes en el campo lingüístico, considero que el proyecto de graduación que se presenta, cumple con la calidad técnica y científica que exige la Universidad.

Al agradecer la atención que se sirva brindar a la presente, me suscribo respetuosamente,



Lic. Maricella Saravia
Colegiada 10,804

Lic. Maricella Saravia de Ramírez
Colegiada 10,804

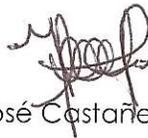
Profesora Maricella Saravia de Ramírez
Licenciada en la Enseñanza del Idioma Español y de la Literatura

LENGUA ESPAÑOLA - CONSULTORÍA LINGÜÍSTICA
Especialidad en corrección de textos científicos universitarios

Teléfonos: 3122 6600 - 5828 7092 - 2252 9859 - - maricellasaravia@hotmail.com

“Diseño de material educativo para incentivar la autoestima en los niños del nivel primario de la Escuela Oficial Rural Mixta No. 842, Ciudad Satélite, Mixco”

Proyecto de Graduación desarrollado por:



Mónica José Castañeda Barrios

Asesorado por:



Licda. Hilda C. Pérez Vadillo



Lic. Carlos Enrique Franco Roldán



Licda. María Berthila Gutiérrez de Melgar

Imprímase:

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano

