

**Self-esteem and its indecency in the academic performance of students in
the fifth year of basic secondary education**

**La autoestima y su indecencia en el rendimiento académico de los
estudiantes de quinto año de educación básica media**

Autores:

Torres-Alcívar, Liliana Liribel
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Maestría en Educación Básica
Licenciada en Ciencias de la Educación mención Educación Básica
Docente de la Escuela de Educación Básica “Yaguachi”
Durán – Ecuador



lltorresa@ube.edu.ec



<http://orcid.org/0009-0003-5758-756X>

Siguencia-Vergara, Melva de Jesús
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Maestría en Educación Básica
Licenciada en Psicología educativa especialidad Psicología Infantil
Docente de la Unidad Educativa Juan Montalvo
Durán – Ecuador



mdsiguenciav@ube.edu.ec



<http://orcid.org/0009-0008-3952-1811>

PhD Rodríguez-Revelo, Elsy
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR
Doctora en Ciencias de la Educación. Máster en Planificación, evaluación y acreditación de
la Educación Superior
Tutora Académica
Durán – Ecuador



erodriguezr@ube.edu.ec



<http://orcid.org/0000-0003-4486-0785>

Fechas de recepción: 21-FEB-2025 aceptación: 21-MAR-2025 publicación: 31-MAR-2025



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

Este estudio examina la relación entre la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de quinto año de educación básica en la Unidad Educativa "Juan Montalvo" de Cuenca. Se ha identificado que la baja autoestima influye en el desempeño escolar, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias didácticas para fortalecer la confianza de los estudiantes. El objetivo principal es diseñar estrategias que fomenten la autoestima para mejorar el aprendizaje. La investigación sigue un enfoque mixto con un diseño ex post facto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos. Se aplicaron encuestas, fichas de observación y entrevistas a docentes para evaluar la relación entre la autoestima y el rendimiento académico. Los resultados muestran que los estudiantes con mayor autoestima participan con mayor seguridad y presentan un mejor desempeño escolar. Estrategias como el refuerzo positivo, la autoevaluación y la creación de un ambiente de aprendizaje motivador contribuyen al fortalecimiento de la confianza y la motivación estudiantil. En conclusión, la autoestima es un factor determinante en el aprendizaje. Se recomienda la integración de estrategias didácticas y programas de apoyo emocional en el aula para potenciar el desarrollo personal y académico de los estudiantes, promoviendo un entorno de aprendizaje positivo y motivador.

Palabras clave: Autoestima; rendimiento académico; estrategias didácticas; educación básica

Abstract

This study examines the relationship between self-esteem and academic performance in fifth-year basic education students at the "Juan Montalvo" Educational Unit in Cuenca. It has been identified that low self-esteem influences school performance, highlighting the need to implement didactic strategies to strengthen students' confidence. The main objective is to design strategies that promote self-esteem to improve learning. The research follows a mixed-methods approach with an ex post facto design, combining quantitative and qualitative methods. Surveys, observation sheets, and teacher interviews were conducted to evaluate the relationship between self-esteem and academic performance. The results show that students with higher self-esteem participate more confidently and perform better academically. Strategies such as positive reinforcement, self-evaluation, and the creation of a motivating learning environment contribute to strengthening students' confidence and motivation. In conclusion, self-esteem is a determining factor in learning. The integration of didactic strategies and emotional support programs in the classroom is recommended to enhance students' personal and academic development, fostering a positive and motivating learning environment.

Keywords: Self-esteem; academic performance; didactic strategies; basic education

Introducción

La investigación sobre la autoestima y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de quinto año de educación básica media es de gran relevancia debido a la creciente preocupación por el desempeño escolar en contextos educativos. Este estudio busca implementar estrategias didácticas orientadas al fortalecimiento de la autoestima, con el fin de mejorar el rendimiento académico. En la Unidad Educativa "Juan Montalvo" de Cuenca, se han identificado casos en el quinto año de educación básica donde el bajo desempeño académico parece estar estrechamente relacionado con problemas de autoestima.

En esta unidad educativa un grupo considerable de estudiantes, correspondiente al 60%, presenta bajo rendimiento escolar relacionado con problemas de baja autoestima. Para Castillo & Merino (2018) y Durán & Crispin (2020), factores como la falta de hábitos de estudio, la desmotivación, la desintegración familiar y la falta de atención por parte de los padres inciden negativamente en el desarrollo emocional y académico de los estudiantes. Esta situación afecta tanto el proceso de aprendizaje como el bienestar general de los niños, quienes experimentan incertidumbre y confusión, lo cual compromete su desempeño en el aula.

Ante esta situación, se propone la siguiente pregunta científica: ¿Cómo influyen las estrategias de aprendizaje activo en el fortalecimiento de la autoestima y en la mejora del rendimiento escolar de los estudiantes de quinto año de educación general básica del nivel medio? La investigación se fundamenta en el siguiente objetivo: Identificar estrategias didácticas que permitan el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes del quinto año de educación básica del nivel medio para el diseño de una guía de implementación que permita una mejora en la práctica docente.

Antecedentes

En una investigación realizada en el Colegio Nacional de Aplicación "UNHEVAL", se realizó un estudio descriptivo correlacional, no experimental, con una muestra de 29 estudiantes del quinto año de secundaria. Los resultados indicaron una correlación significativa entre la autoestima y el rendimiento académico, con un coeficiente de correlación de Spearman de $r = 0.428$ ($p = 0.020$), lo que sugiere una correlación moderada.



Además, se hallaron relaciones significativas entre las dimensiones de autoestima (sí mismo, social, hogar y escuela) y el rendimiento académico, confirmando la influencia de la autopercepción en diferentes contextos en el desempeño escolar (Avelino & Reyes, 2022).

Otro estudio realizado por Alejandría (2022) entre: Autoestima y rendimiento académico en la Institución Educativa Horacio Zevallos Gámez, llevó a cabo una investigación de tipo descriptivo correlacional, no experimental, en estudiantes del quinto año de secundaria. Aunque el número exacto de la población no fue especificado, los resultados revelaron que no se encontró una correlación significativa entre las dimensiones de la autoestima y el rendimiento académico. Además, se observó que más del 64% de los adolescentes evaluados tenían un concepto intermedio de su figura física.

La investigación de Egas et al. (2023) analizan el impacto de la gamificación en el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria, destacando su capacidad para incrementar la motivación y el compromiso en el aula. Por su parte, la investigación de Vargas et al. (2024) centra su estudio en la influencia de las estrategias psicológicas en la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica (EGB), demostrando que una autoestima positiva impacta directamente en la motivación y el rendimiento académico, y que su fortalecimiento mediante intervenciones como talleres de autorreflexión y ejercicios de regulación emocional mejora significativamente los logros académicos.

En síntesis, los resultados obtenidos en estos estudios reflejan la complejidad inherente a la relación entre autoestima y rendimiento académico, con variaciones significativas influenciadas por el contexto sociocultural, el nivel educativo y las particularidades psicosociales de los participantes. Mientras algunos análisis confirman una asociación positiva y estadísticamente relevante, otros señalan que el impacto de la autoestima podría estar condicionado por factores adicionales, como el entorno familiar, el soporte pedagógico y la motivación intrínseca.

Autoestima

La autoestima es un constructo psicológico que engloba la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma, influyendo en su desarrollo personal, social y académico. Harter (2012) la define como la manera en que un individuo percibe su propio valor, habilidades y



sentido de pertenencia en distintos ámbitos de su vida, lo que impacta su evaluación personal y su relación con el entorno. Por su parte, Cahuana & Huaman (2021) destacan que la autoestima es una evaluación subjetiva influenciada por emociones, pensamientos y experiencias, abarcando percepciones sobre la propia valía, el cuerpo, las capacidades y las acciones individuales.

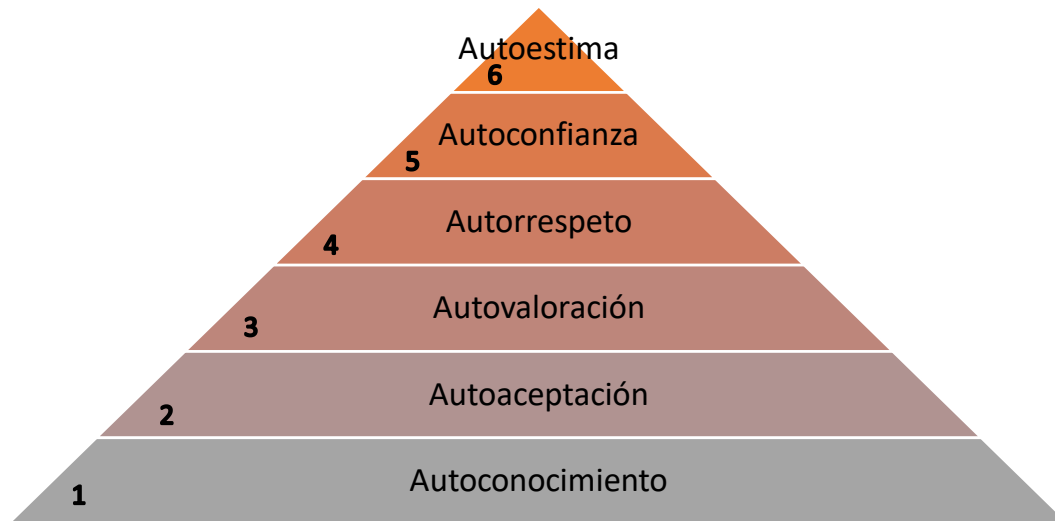
Asimismo, Lerro (2024) subraya su relevancia para la salud mental, pues afecta la forma en que las personas enfrentan desafíos, toman decisiones y establecen relaciones. Factores como la familia, la educación y las interacciones sociales inciden en su desarrollo. Mientras que, Morales et al. (2023) clasifican la autoestima en alta, media o baja según la autovaloración de la persona. Un nivel elevado fomenta la seguridad, resiliencia y relaciones saludables, mientras que uno bajo puede afectar el desarrollo personal y la integración social y académica.

Muñoz (2024) sostiene que los estudiantes con una autoimagen positiva obtienen mejores resultados académicos, ya que la autoconfianza fortalece su motivación y organización. Esta valoración personal, que puede ser tanto positiva como negativa, fluctúa con el tiempo y depende de factores internos y externos, como las experiencias individuales y el entorno social (Buitrago & Sáenz, 2021).

Desde la perspectiva de la motivación humana, Angulo (2023) explica que la teoría de Maslow organiza las necesidades en una jerarquía de cinco niveles: fisiológicas, seguridad, afiliación, reconocimiento y autorrealización. Para Maslow, la satisfacción progresiva de estas necesidades permite el desarrollo personal. En este sentido, la pirámide se convierte en una herramienta para el crecimiento y la autorrealización, guiando a las personas en la identificación de áreas de mejora y el alcance de su potencial. Por otro lado, Méndez-Giménez & García-Rodríguez (2024) presentan la pirámide de la autoestima como un modelo jerárquico que estructura los componentes esenciales para fortalecer la autoestima. Pascual & Rojas (2022) refuerzan esta idea, destacando su utilidad para el desarrollo personal, al abordar la autoestima como un proceso integral y continuo.

La pirámide se compone de varios niveles, que van desde las necesidades más básicas hasta la autorrealización. A continuación, se presentan los componentes clave:

Figura 1. Estructura de la Pirámide de Maslow



Fuente. (Autores, 2025)

La pirámide de Maslow aplicada a la autoestima se estructura en seis niveles jerárquicos interrelacionados, comenzando con el autoconocimiento en la base. Este primer nivel se centra en la identificación y comprensión de las características, valores y emociones personales. A continuación, la autoaceptación facilita el reconocimiento de fortalezas y debilidades, promoviendo una actitud de aceptación incondicional que favorece la autorregulación emocional. El tercer nivel, la autovaloración, refuerza la percepción del individuo sobre su valía intrínseca, desvinculando la autoestima de los logros extrínsecos y fortaleciendo la autocompetencia.

El autorrespeto, en el cuarto nivel, se refiere a la capacidad para establecer y mantener límites emocionales y conductuales que se alinean con los valores personales, favoreciendo la interacción interpersonal asertiva y la resiliencia. La autoconfianza, ubicada en el quinto nivel, involucra el desarrollo de la competencia personal para abordar retos, nutriéndose de la autoeficacia. Finalmente, la cima de la pirámide se alcanza cuando se construye una autoestima estable, resultado de la integración de los niveles previos, lo cual se traduce en bienestar emocional y relaciones interpersonales equilibradas. Este proceso se encuentra estrechamente influenciado por el contexto psicosocial y emocional, en el que una autoestima positiva favorece el aprendizaje significativo, la creatividad y la adaptabilidad, mientras que

una autoestima baja puede derivar en dificultades socioemocionales, como la ansiedad y la depresión. El apoyo socioemocional, particularmente el que proviene del entorno familiar y comunitario, juega un rol crucial en la consolidación de una autoestima saludable (Zenteno, 2017).

Rendimiento académico

El rendimiento académico se define como el nivel de logro de los objetivos educativos, medido a través de evaluaciones, calificaciones y otros indicadores. No solo refleja el aprendizaje adquirido, sino también la capacidad de aplicar conocimientos en distintos contextos. Para Lino-Calle et al. (2023), es un indicador clave para evaluar la eficacia del proceso educativo e identificar áreas de mejora. Según Morgan Asch (2021), este rendimiento está influido por factores internos y externos, como las características individuales del estudiante, el entorno familiar y los recursos educativos. Hong et al. (2024) lo describe como una representación multidimensional de la interacción entre los estudiantes y sus entornos de aprendizaje.

Entre los factores determinantes del rendimiento académico, la autoestima juega un papel fundamental. Lojano (2017) señala que una autoestima elevada está asociada con mayor organización, motivación y compromiso en los estudios, lo que se traduce en un mejor desempeño. En contraste, una baja autoestima puede dificultar la confianza y la dedicación, afectando el rendimiento. Las estrategias didácticas también son clave; cuando los docentes fomentan el desarrollo de la autoestima, contribuyen al éxito académico. Actividades como el uso de frases motivadoras, el incentivo al autoconocimiento y la promoción de retos ayudan a fortalecer la seguridad en sí mismos.

Según Choez et al. (2024), las metodologías de enseñanza deben reconocer los logros de los estudiantes, establecer metas alcanzables y proporcionar un entorno de apoyo emocional. La percepción del error como una oportunidad de aprendizaje fomenta la resiliencia y la motivación. En esta línea, Herrera & Villafuerte (2023) destacan que estrategias didácticas bien implementadas impactan directamente en el aprendizaje, consolidando la autoestima desde edades tempranas. El entorno escolar también influye en la construcción de una autoestima sólida. Fundación Botín (2023) resalta que un ambiente inclusivo y de apoyo motiva a los estudiantes, promoviendo la equidad y el desarrollo integral. Este tipo de entorno

fortalece la empatía y las relaciones sociales, elementos esenciales para el aprendizaje efectivo.

Tabla 1. *Relación entre autoestima y rendimiento académico*

-		
Factor	Descripción	Relación con el Rendimiento Académico
Autoestima Alta	Los estudiantes con una autoimagen positiva tienen confianza en sí mismos y son más propensos a asumir desafíos.	Correlación positiva: Mejor rendimiento académico debido a mayor motivación y esfuerzo.
Autoestima Baja	Los estudiantes con una baja percepción de sí mismos tienden a sentirse inseguros y desmotivados.	Correlación negativa: Baja autoestima se asocia con menor rendimiento académico, desorganización y falta de motivación.
Factores Psicológicos	La autoestima influye en la personalidad y la forma en que los estudiantes enfrentan desafíos académicos.	Estudiantes con alta autoestima buscan reconocimiento y son más perseverantes.
Motivación	La autoestima afecta la motivación intrínseca para estudiar y lograr metas académicas.	Alta autoestima aumenta la motivación, lo que mejora el rendimiento académico.
Diferencias de Género	Algunas investigaciones sugieren que las mujeres tienden a tener niveles de autoestima más altos que los hombres.	Mujeres con mayor autoestima tienden a tener un rendimiento académico superior.
Investigación Empírica	Métodos estadísticos como el Chi-cuadrado han demostrado la correlación significativa entre autoestima y rendimiento.	La mejora de la autoestima puede ser una estrategia eficaz para mejorar el rendimiento académico.

Fuente. Adaptado de Autoestima y autocontrol en el rendimiento académico de estudiantes universitarios (Ponce Pardo et al., 2023).

Los estudios indican que el aumento en los niveles de autoestima de los estudiantes se asocia con una mejora en su rendimiento académico, destacando su relevancia en el ámbito educativo. Programas y estrategias que promuevan la autoconfianza podrían impactar positivamente el desempeño estudiantil (Esquivel Mejía, 2018). Investigaciones basadas en análisis estadísticos, como el Chi-cuadrado, han confirmado una correlación significativa entre ambos factores, sugiriendo que fortalecer la autoestima potencia la motivación, resiliencia y capacidad para enfrentar desafíos académicos (Durán & Crispin, 2020).

Más allá del rendimiento inmediato, la autoestima influye en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales esenciales para el éxito a largo plazo. Estudiantes con alta autoestima muestran mayor persistencia y adoptan una actitud proactiva en sus estudios. Factores como edad, género, ambiente escolar y apoyo familiar también desempeñan un papel clave en este proceso (Castrillón et al., 2021; Siranaula & Zapata, 2023). De igual manera, la relación entre

autoestima y autoeficacia académica demuestra que la confianza en las propias habilidades mejora la motivación y el rendimiento académico (Gamarra et al., 2024).

Negrette & Ruiz (2024) analizaron cómo distintas dimensiones del autoconcepto (académica, física, social, emocional y familiar) influyen en el desempeño escolar. Sus hallazgos revelaron que un autoconcepto positivo en los ámbitos académico y físico favorece la motivación y la gestión de responsabilidades escolares, mientras que percepciones negativas en las dimensiones social, emocional y familiar pueden afectar la concentración y la capacidad para enfrentar retos académicos.

Una tesis reciente confirmó la relación directa entre autoestima y rendimiento académico en estudiantes de tercer grado de secundaria, aportando información clave para diseñar estrategias pedagógicas que promuevan la autoconfianza y optimicen el éxito académico (Muñoz, 2024). En conjunto, estos estudios evidencian que fortalecer la autoestima no solo mejora el desempeño escolar, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes. Implementar programas educativos enfocados en la autoestima puede ser una estrategia clave para potenciar la motivación, la resiliencia y el éxito personal y académico.

Materiales y métodos

Esta investigación tiene como propósito analizar la influencia de la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes, además de explorar estrategias innovadoras para mejorar ambos aspectos. Se utilizan métodos teóricos y de campo, así como el enfoque mixto tanto cuantitativos como cualitativos.

El estudio se desarrolla bajo el paradigma interpretativo, lo que permite capturar las vivencias de los estudiantes en su contexto natural. Dado que la relación entre la autoestima y el rendimiento académico no puede explicarse solo con variables objetivas, este enfoque proporciona una interpretación detallada basada en las experiencias personales de los estudiantes y docentes. Además, el diseño ex post facto permite observar el impacto de la autoestima sobre el rendimiento académico sin intervención experimental directa, permitiendo un análisis más realista del fenómeno.



Métodos y Técnicas

Se utilizó el método cuantitativo para medir la relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes. A través de encuestas y escalas de medición, se recolectaron datos numéricos sobre los niveles de autoestima y su correlación con el desempeño escolar. De manera complementaria, el método cualitativo permitió comprender en profundidad las experiencias de estudiantes y docentes. Mediante entrevistas semiestructuradas y observaciones en el aula, se obtuvieron narrativas que contextualizaron y dieron significado a los datos cuantitativos.

La investigación adoptó un enfoque empírico para recolectar información del entorno natural de los estudiantes. La observación en el aula y las entrevistas con docentes proporcionaron datos sobre cómo se manifestaba la autoestima en el comportamiento y actitud de los estudiantes. Asimismo, se exploró el impacto de las estrategias didácticas en su desarrollo académico. A través del método analítico, se examinaron las variables por separado y se sintetizaron los resultados, integrando datos cuantitativos y cualitativos para obtener una interpretación más completa del fenómeno.

La población de estudio estuvo conformada por 1280 estudiantes de la Unidad Educativa Juan Montalvo, en Cuenca, Ecuador. Dada la amplitud de la muestra, se seleccionaron 76 estudiantes de quinto año de educación básica (grupos “A” y “B”) y tres docentes. La muestra fue no probabilística, basada en criterios específicos del investigador, lo que permitió un análisis más detallado y manejable.

Resultados

Resultados entrevista a docentes

Para analizar el impacto de los distintos niveles de la pirámide de la autoestima en el desempeño académico de los estudiantes, se realizó una entrevista con tres docentes, a los cuales se los denominó: Docente 1, Docente 2 y Docente 3. A través de sus testimonios, compartieron estrategias y enfoques pedagógicos orientados a fortalecer el autoconocimiento, la autoaceptación, la autovaloración, el autorrespeto, la autoconfianza y

una autoestima equilibrada en el aula. A continuación, se presentan sus perspectivas organizadas según cada nivel de la pirámide de la autoestima.

Preguntas de Autoconocimiento:

¿Cómo ayuda a sus estudiantes a conocerse mejor a sí mismos, identificar sus fortalezas y reconocer sus áreas de mejora?

¿Qué actividades realiza para fomentar la reflexión personal en sus estudiantes?

Análisis de las respuestas:

Los docentes coinciden en la importancia de la autorreflexión y el análisis personal para que los estudiantes identifiquen sus fortalezas y áreas de mejora. Se emplean estrategias como autoevaluaciones, diarios de aprendizaje y el diálogo abierto. En cuanto a las actividades para fomentar la reflexión personal, se destacan los debates, el análisis de casos, la escritura reflexiva y los círculos de diálogo. Estas dinámicas permiten a los estudiantes desarrollar mayor conciencia sobre sí mismos y su proceso de aprendizaje.

Preguntas de Autoaceptación:

¿Qué estrategias utiliza para que los estudiantes acepten tanto sus fortalezas como sus debilidades?

¿Cómo aborda situaciones en las que los estudiantes tienen una percepción negativa de sí mismos?

Análisis de las respuestas:

Para fortalecer la autoaceptación, los docentes aplican refuerzo positivo, promueven el reconocimiento de logros sin comparaciones y crean un ambiente de respeto. Se destaca la importancia de brindar apoyo emocional en casos de baja autoestima, utilizando sesiones individuales, frases motivacionales e historias inspiradoras. Se concluye que reforzar la autovaloración es clave para mejorar la percepción que los estudiantes tienen de sí mismos y su capacidad de afrontar desafíos.

Preguntas de Autovaloración:

¿Cómo fomenta que los estudiantes valoren su esfuerzo y habilidades más allá de los logros externos?

¿Cree que la autovaloración está relacionada con la motivación para participar activamente en clase? ¿Por qué?

Análisis de las respuestas:

Los docentes priorizan el proceso de aprendizaje sobre los resultados finales, promoviendo la autoevaluación y el reconocimiento de avances individuales. Consideran que la autovaloración es fundamental para la motivación académica, ya que cuando los estudiantes reconocen su esfuerzo y crecimiento, se involucran más activamente en clase. Se refuerza la idea de que una valoración interna positiva impulsa la confianza y la disposición a participar.

Preguntas de Autorrespeto:

¿Qué actividades o dinámicas implementa para enseñar a los estudiantes a establecer límites saludables y defender sus necesidades en el aula?

¿Cómo contribuye el respeto mutuo en el aula al desarrollo del autorrespeto de los estudiantes?

Análisis de las respuestas:

Se emplean juegos de roles, debates sobre asertividad y estrategias de comunicación efectiva para que los estudiantes aprendan a establecer límites y expresar sus necesidades con seguridad. Todos los docentes coinciden en que el respeto mutuo en el aula es fundamental para fortalecer el autorrespeto, ya que brinda a los estudiantes la confianza necesaria para expresarse sin miedo y desarrollar relaciones saludables.

Preguntas de Autoconfianza:

¿Qué estrategias utiliza para ayudar a los estudiantes a confiar en sus habilidades y superar el miedo al fracaso?

¿Ha observado cambios positivos en el rendimiento académico de los estudiantes a medida que desarrollan mayor confianza en sí mismos?



Análisis de las respuestas:

Se fomenta la confianza mediante la normalización del error, el uso de metodologías activas y la exposición a ejemplos de superación. Los docentes destacan que a medida que los estudiantes desarrollan mayor confianza en sí mismos, participan más activamente en clase, muestran mayor iniciativa y mejoran su rendimiento académico. Esto sugiere que la autoconfianza es un factor clave para el éxito escolar.

Preguntas de Autoestima Alta y Estable:

¿Qué acciones realiza para garantizar que los estudiantes desarrollen una autoestima sólida y equilibrada?

¿Qué recursos considera necesarios para reforzar la autoestima de los estudiantes y garantizar su bienestar emocional?

Análisis de las respuestas:

La autoestima se fortalece a través de un ambiente positivo, el reconocimiento de logros y espacios de expresión. Los docentes consideran esenciales recursos como materiales didácticos sobre desarrollo personal, programas de orientación y estrategias de enseñanza emocional. Se concluye que la autoestima equilibrada permite a los estudiantes sentirse valorados y afrontar con seguridad los retos académicos y personales.

Resultados de la ficha de observación

A continuación, se presenta la tabla con los resultados obtenidos en las distintas dimensiones evaluadas entre los paralelos A y B. Las dimensiones incluyen el autoconocimiento (A1), la autoaceptación (A2), la autovaloración (A3), el autorrespeto (A4), la autoconfianza (A5) y la autoestima (A6), las cuales reflejan la percepción de los estudiantes sobre su desarrollo personal y su bienestar emocional. Los resultados muestran las respuestas en diferentes categorías: “Siempre”, “Casi siempre”, “A veces” y “Nunca”, permitiendo identificar las tendencias y áreas que requieren atención.

Tabla 2. Frecuencias de los resultados de la evaluación de dimensiones entre los Paralelos A y B

	Criterio	A1	A2	A3	A4	A5	A6
PARALELO A	Siempre	2	8	6	10	5	10
	Casi Siempre	18	16	14	15	10	15
	A Veces	17	13	15	9	15	8
	Nunca	1	1	3	4	8	5
	Total	38	38	38	38	38	38
PARALELO B	Siempre	3	11	13	18	8	12
	Casi Siempre	15	21	18	14	15	18
	A Veces	17	4	5	6	10	6
	Nunca	3	2	2	0	5	2
	Total	38	38	38	38	38	38

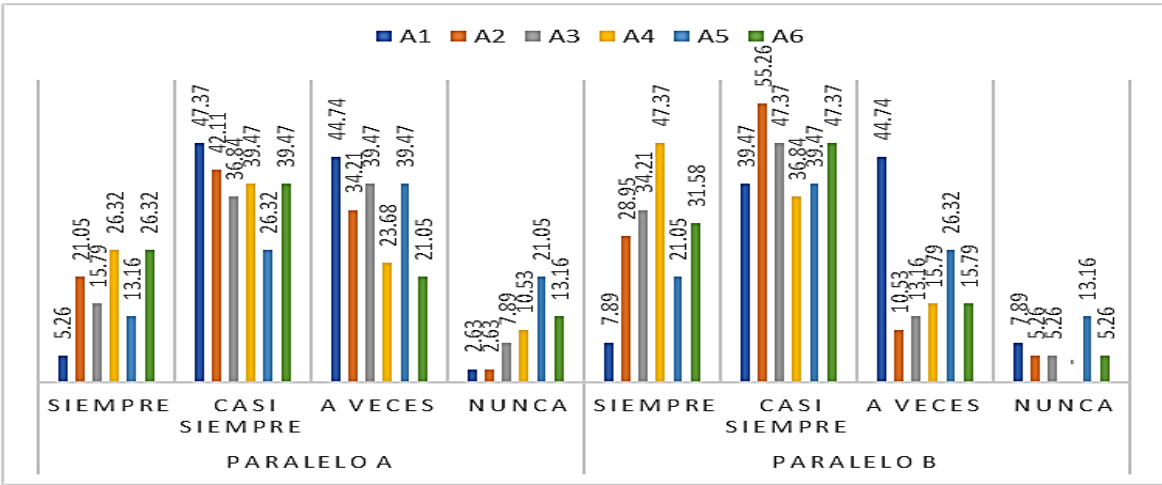
Fuente. (Autores, 2023)

Tabla 3. Porcentajes de Frecuencia por Criterio y Paralelo

	Criterio	A1	A2	A3	A4	A5	A6
PARALELO A	Siempre	5.26	21.05	15.79	26.32	13.16	26.32
	Casi Siempre	47.37	42.11	36.84	39.47	26.32	39.47
	A Veces	44.74	34.21	39.47	23.68	39.47	21.05
	Nunca	2.63	2.63	7.89	10.53	21.05	13.16
	Total	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
PARALELO B	Siempre	7.89	28.95	34.21	47.37	21.05	31.58
	Casi Siempre	39.47	55.26	47.37	36.84	39.47	47.37
	A Veces	44.74	10.53	13.16	15.79	26.32	15.79
	Nunca	7.89	5.26	5.26	-	13.16	5.26
	Total	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00

Fuente. (Autores, 2023)

Figura 2. Gráfico de Porcentajes de las Dimensiones en los Paralelos A y B



Fuente. (Autores, 2023)

En el análisis comparativo del criterio A1 sobre el autoconocimiento, se observa que el Paralelo A tiene un mayor porcentaje de estudiantes que seleccionan “Casi Siempre” (47.37%), mientras que el Paralelo B presenta un porcentaje más alto de estudiantes que eligen “Siempre” (7.89%). Ambos paralelos coinciden en que el 44.74% de los estudiantes seleccionan “A Veces”, lo que indica una frecuencia similar en el autoconocimiento. Sin embargo, el Paralelo B tiene un porcentaje mayor de estudiantes que seleccionan “Nunca” (7.89%) en comparación con el Paralelo A (2.63%), lo que sugiere una diferencia en la percepción de autoconocimiento constante entre ambos grupos.

Respecto al criterio A2 sobre autoaceptación, el Paralelo B muestra una mayor proporción de estudiantes que eligen “Siempre” (28.95%) y “Casi Siempre” (55.26%), lo que refleja una percepción más constante de autoaceptación. Por otro lado, el Paralelo A tiene un porcentaje más alto en “A Veces” (34.21%), indicando que la autoaceptación es menos estable en este grupo. A pesar de esto, en ambos paralelos la cantidad de estudiantes que seleccionan “Nunca” es baja, lo que resalta que, en general, los estudiantes de ambos grupos tienen una percepción positiva de sí mismos, con el Paralelo B destacándose en una autoaceptación más constante.

Al analizar el criterio A3 sobre autovaloración, el Paralelo B sobresale con una mayor proporción de estudiantes que seleccionan “Siempre” (34.21%) y “Casi Siempre” (47.37%), lo que sugiere una valoración más constante de sus logros. En comparación, el Paralelo A tiene una distribución más equilibrada, con una mayor proporción de estudiantes en “A Veces” (39.47%) y una menor en “Siempre” (15.79%). Ambos paralelos tienen bajos porcentajes en “Nunca” (7.89% en A y 5.26% en B), lo que indica que, en general, los estudiantes valoran positivamente sus logros, aunque la constancia es más notoria en el Paralelo B.

En el caso del criterio A4 sobre autorrespeto, el Paralelo B muestra una mayor tendencia hacia la valoración constante de sus límites y opiniones, con un 47.37% en “Siempre” y 36.84% en “Casi Siempre”. Mientras tanto, el Paralelo A presenta un 26.32% en “Siempre” y un 23.68% en “A Veces”, lo que sugiere que, aunque hay un buen nivel de autorrespeto, no todos los estudiantes lo mantienen de forma constante. Las respuestas “Nunca” son bajas

en ambos paralelos, con el Paralelo A en 10.53% y el Paralelo B sin respuestas en esta categoría, lo que refleja una percepción generalmente positiva de autorrespeto en ambos grupos.

En el análisis del criterio A5 sobre autoconfianza, el Paralelo A muestra un mayor porcentaje de estudiantes en “A Veces” (39.47%), lo que indica una percepción moderada de autoconfianza. En contraste, el Paralelo B tiene un 39.47% en “Casi Siempre”, lo que sugiere una autoconfianza más constante en este grupo. Ambos paralelos presentan un bajo porcentaje de respuestas en “Nunca” (21.05% en A y 13.16% en B), lo que refleja que la mayoría de los estudiantes en ambos grupos tienen un nivel estable de autoconfianza, aunque la tendencia hacia una autoconfianza más constante es mayor en el Paralelo B.

Por último, en el análisis del criterio A6 sobre autoestima, el Paralelo A tiene un mayor porcentaje de estudiantes que seleccionan “Casi Siempre” (39.47%) y “A Veces” (21.05%), lo que sugiere que la mayoría experimenta una autoestima moderada y constante. En el Paralelo B, la opción “Casi Siempre” (47.37%) es más predominante, lo que indica una autoestima más fuerte y frecuente. Ambos paralelos tienen bajos porcentajes en “Nunca” (13.16% en A y 5.26% en B), reflejando que la mayoría de los estudiantes en ambos grupos mantienen una percepción saludable de sí mismos, aunque el Paralelo B tiene una tendencia más marcada hacia una autoestima constante.

Este análisis revela que, en general, el Paralelo B muestra una mayor constancia en las dimensiones de autoconocimiento, autoaceptación, autovaloración, autorrespeto, autoconfianza y autoestima, mientras que el Paralelo A muestra una mayor variabilidad en la percepción de estos aspectos.

Discusión

Los resultados de las entrevistas con los docentes y las fichas de observación reflejan la importancia de los distintos niveles de la pirámide de la autoestima en el desempeño académico de los estudiantes. En línea con lo planteado por Peñaherrera & Mayorga (2024), la autoestima se construye a partir de la autoconciencia y la autoaceptación, aspectos clave que permiten a los individuos desarrollar confianza en sus capacidades y establecer relaciones interpersonales saludables.

En primer lugar, el autoconocimiento se identificó como un componente esencial para la formación personal y académica de los alumnos. Los docentes implementan diversas estrategias, como el uso de diarios de aprendizaje, debates y mapas de vida, que fomentan la introspección y el análisis de fortalezas y áreas de mejora. Estos hallazgos coinciden con los planteamientos de Tiwi et al. (2024), quienes señalan que la autoestima se fortalece cuando los estudiantes tienen oportunidades para reflexionar sobre su identidad y valorarse a sí mismos.

Respecto a la autoaceptación, los resultados indican que la mayoría de los estudiantes reconoce y acepta sus fortalezas y debilidades, con una tendencia más consolidada en el paralelo B. Esto sugiere que el refuerzo positivo y las estrategias de acompañamiento individualizado contribuyen a una percepción más saludable de sí mismos. En este sentido, estudios previos destacan que el apoyo emocional y la retroalimentación positiva impactan en la construcción de la autoestima, mejorando la motivación y el rendimiento académico (Cabrera et al., 2024).

Por otro lado, la autovaloración se relaciona directamente con la motivación y participación en el aula. Se observó que los estudiantes que reconocen sus logros y esfuerzos tienen una mayor disposición para involucrarse en su proceso de aprendizaje. Esto respalda la teoría de Ryan & Deci (2000) sobre la autodeterminación, que sostiene que el reconocimiento del esfuerzo personal promueve una mayor autonomía y compromiso en las tareas académicas. El autorrespeto, por su parte, se refleja en la capacidad de los estudiantes para establecer límites saludables y defender sus opiniones con seguridad. Los resultados muestran que el paralelo B presenta una mayor tendencia a manifestar autorrespeto, lo que podría atribuirse a un ambiente de aprendizaje que fomenta la expresión emocional y la negociación. Investigaciones previas indican que la enseñanza de habilidades socioemocionales mejora la interacción entre pares y fortalece la confianza personal (Guzmán & Gutiérrez, 2020).

La autoconfianza se presenta como un factor determinante en el rendimiento académico, ya que los estudiantes que confían en sus habilidades tienden a participar más activamente y afrontar los desafíos con mayor resiliencia. Sin embargo, los datos revelan que en el paralelo A, un porcentaje significativo de estudiantes reporta niveles bajos de confianza en sí mismos, lo que indica la necesidad de fortalecer estrategias que reduzcan el miedo al fracaso. En este

sentido, investigaciones como las de Torres & Alchundia (2024) sobre la autoeficacia resaltan la importancia de la motivación y el aprendizaje activo para mejorar la percepción de competencia personal.

Finalmente, en cuanto a la autoestima general, los hallazgos sugieren que el paralelo B muestra una mayor estabilidad emocional y confianza en sí mismos en comparación con el paralelo A. Esto podría explicarse por la implementación de estrategias pedagógicas orientadas a reforzar el desarrollo personal, como la creación de espacios de expresión libre y la utilización de materiales didácticos centrados en el bienestar emocional. En consonancia con lo planteado por Medina et al. (2024), una autoestima equilibrada es clave para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que influye en su seguridad, resiliencia y bienestar académico.

PROPUESTA

La propuesta se fundamenta en la idea de que la autoestima es un factor clave en el desarrollo académico, ya que influye en la motivación, la persistencia y la confianza de los estudiantes para enfrentar desafíos. Al fortalecer la autopercepción y el reconocimiento de logros, se fomenta una actitud positiva hacia el aprendizaje. Además, integrar estrategias de autorreflexión y autoevaluación permite que los estudiantes asuman un rol activo en su proceso educativo, promoviendo la autonomía y la resiliencia. Un entorno de apoyo que refuerce la valoración personal y el esfuerzo facilita un desempeño académico más sólido y satisfactorio.

Estrategia para el Fortalecimiento del Desempeño Académico a través de la Pirámide de la Autoestima

1. Fase de autoconocimiento (Base de la pirámide)

Objetivo: Desarrollar la capacidad de los estudiantes para reflexionar sobre sí mismos, identificar fortalezas y áreas de mejora.

Estrategias- Actividad 1: Autoevaluación Semanal

Objetivo: Evaluar el progreso académico de los estudiantes de manera reflexiva.

La encuesta semanal de autoevaluación está diseñada para que los estudiantes evalúen su rendimiento académico de manera reflexiva y consciente, permitiéndoles identificar sus avances como áreas de mejora. Con esta actividad se fomenta la autorreflexión y el



autoconocimiento, elementos clave para un aprendizaje efectivo y autónomo. Cada semana, los estudiantes completarán un cuestionario que estará dividido en tres secciones:

Evaluación del Rendimiento:

En esta sección, los estudiantes deberán reflexionar sobre los contenidos aprendidos durante la semana. Se les plantearán preguntas como:

- ¿Qué aprendí esta semana?
- ¿Qué conceptos o habilidades me resultaron más fáciles de entender y aplicar?
- ¿En qué temas me siento más cómodo y confiado?

Esta parte permite que los estudiantes reconozcan sus logros y se den cuenta de sus fortalezas, lo que refuerza su confianza en el proceso de aprendizaje.

Identificación de Dificultades

Esta sección está orientada a identificar las áreas en las que los estudiantes experimentaron dificultades. Preguntas como:

- ¿Qué tema me resultó más difícil de comprender?
- ¿En qué parte del contenido necesito más ayuda o repaso?
- ¿Hubo algo que no entendí completamente o que no logré aplicar de forma efectiva?

Al fomentar la identificación de desafíos, los estudiantes pueden tomar conciencia de las áreas en las que necesitan mejorar y buscar estrategias adicionales para superar obstáculos.

Reflexión sobre el Proceso de Aprendizaje:

Finalmente, se les pedirá a los estudiantes que reflexionen sobre cómo vivieron su experiencia de aprendizaje. Algunas preguntas podrían ser:

- ¿Cómo me sentí durante las clases de esta semana?
- ¿Hubo momentos de frustración, o me sentí motivado y comprometido?
- ¿Qué estrategia o técnica de estudio me ayudó a comprender mejor los temas?

Esta parte invita a la autorreflexión sobre las emociones y las estrategias de aprendizaje, lo que permite que los estudiantes comprendan mejor su proceso de adquisición de conocimientos y ajusten sus métodos si es necesario.

Actividad 2: Diario de Aprendizaje



Objetivo: Fomentar la autorreflexión sobre las emociones y logros personales durante el proceso educativo.

Descripción: Los estudiantes llevarán un registro diario o semanal en el que reflexionarán sobre:

- Emociones: ¿Cómo me sentí durante las clases de hoy? ¿Hubo algo que me generó ansiedad o satisfacción?
- Logros: ¿Qué logré hoy? ¿Qué concepto o habilidad me siento más confiado de haber aprendido?
- Estrategias de aprendizaje: ¿Qué técnicas de estudio utilicé que me funcionaron mejor? ¿Hay algo que podría mejorar?

Actividad 3: Reflexión Grupal: Mapa de Vida y Cartas al Yo del Futuro

Objetivo: Promover la autorreflexión y el establecimiento de metas personales a largo plazo.

Mapa de Vida

Al inicio del curso o unidad temática, los estudiantes participarán en la creación de un “Mapa de Vida”. Esta actividad tiene como objetivo ayudar a los estudiantes a visualizar sus metas personales y académicas a largo plazo, a través de una representación visual de su futuro. En este mapa, los estudiantes incluirán sus objetivos académicos (como graduarse, dominar una materia específica o desarrollar habilidades profesionales), sus metas personales (como alcanzar un balance entre vida académica y personal, fomentar relaciones interpersonales saludables, o mejorar su bienestar emocional). Además, se les invitará a reflejar sus intereses y pasiones, ayudándoles a conectar el aprendizaje del curso con sus aspiraciones futuras. La creación del mapa de vida no solo permitirá que los estudiantes tengan una visión clara de lo que quieren lograr, sino que también les proporcionará un sentido de propósito, motivándolos a comprometerse activamente con el proceso de aprendizaje desde el inicio.

Carta al Yo del Futuro

Otra actividad poderosa será la escritura de una “Carta al Yo del Futuro”, en la cual los estudiantes escribirán una carta dirigida a sí mismos, proyectándose al final del curso o en algunos años. En esta carta, los estudiantes compartirán sus expectativas sobre lo que desean lograr tanto en el ámbito académico como en su vida personal durante el transcurso del curso. Deberán reflexionar sobre sus metas iniciales, las dificultades que anticipan, las habilidades



que esperan desarrollar y cómo se ven a sí mismos al finalizar el proceso. Este ejercicio no solo fomenta la autorreflexión, sino que también alienta a los estudiantes a comprometerse con sus objetivos. La carta será sellada y guardada hasta el final del curso, momento en el cual se les entregará de nuevo para que la lean y reflexionen sobre su progreso, logros y los cambios que han experimentado.

2.Fase de auto aceptación (Segundo nivel de la pirámide)

Actividad de Refuerzo Positivo: "Elogios y Progreso"

Objetivo: Promover la aceptación de uno mismo, sus logros y limitaciones, reconociendo la valía personal.

Al final de cada semana, los estudiantes deberán escribir una reflexión sobre su progreso personal en el curso, detallando un aspecto específico que hayan mejorado. Puede ser una habilidad, un conocimiento adquirido o incluso una actitud frente a un desafío académico. La actividad consiste en que cada estudiante elija un tema o habilidad en la que hayan notado una mejora significativa durante la semana. Luego, deben escribir un breve informe, de unas 250-300 palabras, en el que expliquen cómo llegaron a esa mejora, el esfuerzo que pusieron en ella y cómo les ha ayudado a sentirse más seguros o satisfechos con su aprendizaje. Además, deben incluir una reflexión sobre cómo este progreso impacta positivamente en su vida académica y personal. Para cerrar la actividad, los estudiantes compartirán su informe con sus compañeros o con el grupo. En esta parte, tanto el docente como los demás estudiantes ofrecerán elogios y comentarios positivos, destacando el esfuerzo y la dedicación de cada uno.

Actividad de Tareas de Autoevaluación y Comparación de Progresos: "Mi Ruta de Progreso"

La actividad de "*Mi Ruta de Progreso*" busca que los estudiantes tomen conciencia de su desarrollo a lo largo del tiempo, comparando su rendimiento en diferentes momentos del curso. Cada estudiante deberá elegir una tarea o proyecto realizado al principio del curso y otra tarea reciente, para poder compararlas de manera reflexiva.

En esta actividad, los estudiantes deben examinar ambos trabajos y responder a una serie de preguntas que les permitan identificar las diferencias y mejoras a lo largo del tiempo. Algunas preguntas a incluir podrían ser:

- ¿En qué aspecto de esta tarea me siento más competente ahora en comparación con antes?
- ¿Qué estrategias o métodos de estudio utilicé esta vez que no empleé antes?
- ¿Qué habilidades he desarrollado o fortalecido durante este tiempo que me permitieron mejorar en este tipo de tareas?

Una vez respondidas estas preguntas, los estudiantes escribirán una reflexión de 300 palabras sobre cómo se sienten al ver su evolución y qué áreas aún necesitan mejorar. Al final, el docente puede ofrecer retroalimentación positiva, resaltando los logros alcanzados y sugiriendo pasos a seguir para seguir avanzando.

Actividad de Dinámicas de Aceptación de Errores: "Aprendiendo de Mis Errores"

La actividad "*Aprendiendo de Mis Errores*" tiene como propósito crear un ambiente donde los errores sean vistos como una oportunidad de aprendizaje y crecimiento. Los estudiantes deberán reflexionar sobre un error académico cometido durante el curso y escribir un análisis detallado sobre lo sucedido.

Para empezar, cada estudiante debe elegir un error que haya cometido en el transcurso de la materia, ya sea en una tarea, examen o proyecto. Luego, se les pedirá que respondan a una serie de preguntas que los guíen en su reflexión, como:

- ¿Qué salió mal y qué aprendí de este error?
- ¿Qué podría haber hecho de manera diferente para evitar este error?
- ¿Cómo puedo usar lo que aprendí de este error para mejorar en el futuro?

A continuación, los estudiantes escribirán una reflexión de unas 250 palabras sobre lo que aprendieron de su error y cómo lo pueden aplicar en situaciones futuras. Este ejercicio fomenta la idea de que cometer errores no es algo negativo, sino una parte natural del proceso de aprendizaje. En vez de enfocarse en la frustración o la culpa, los estudiantes aprenden a ver cada error como una lección valiosa.

Finalmente, se organizará una sesión en la que los estudiantes compartirán sus experiencias con el grupo (de forma voluntaria), discutiendo lo que aprendieron de sus errores. El objetivo de esta dinámica es normalizar los errores como una parte del aprendizaje y crear un ambiente donde los estudiantes se sientan cómodos al reconocer y aprender de sus fallos, promoviendo así la autoaceptación y el crecimiento personal.

3. Fase de autovaloración (Tercer nivel de la pirámide)

Objetivo: Ayudar a los estudiantes a reconocer y valorar sus logros y habilidades personales.

1. Metas Individuales

Objetivo: Ayudar a los estudiantes a reconocer sus logros y aumentar su confianza.

Para fomentar la autovaloración, se requiere que los estudiantes establezcan metas académicas personales claras y alcanzables. Utilizando el enfoque **SMART** (específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con un tiempo determinado), cada estudiante puede definir qué objetivos quieren lograr a corto y largo plazo. Es importante que estos objetivos sean realistas para que los estudiantes experimenten éxito. Durante el curso, se pueden realizar revisiones periódicas de estas metas, para evaluar el progreso y ajustar las estrategias si es necesario. Celebrar cada logro alcanzado, incluso los pequeños, refuerza la sensación de éxito personal. Estas celebraciones pueden ser tan sencillas como reconocer un buen desempeño en clase o un pequeño avance hacia la meta.

2. Portafolio de Logros

Objetivo: Reforzar la autovaloración mediante la visualización de sus logros.

El portafolio de logros es una herramienta valiosa para que los estudiantes puedan ver de manera tangible sus progresos a lo largo del tiempo. Cada estudiante debe seleccionar sus mejores trabajos, proyectos destacados o incluso actividades extracurriculares que demuestren su esfuerzo y habilidades. Este portafolio puede ser tanto físico como digital, adaptándose a las preferencias de los estudiantes. Al final de cada trimestre, los estudiantes pueden revisar su portafolio y reflexionar sobre su evolución personal y académica. Esto no solo les ayuda a reconocer sus capacidades y fortalezas, sino que también les proporciona un sentido de logro y autoestima al ver lo que han conseguido. Además, al presentar el portafolio a sus compañeros o maestros, los estudiantes experimentan validación externa que refuerza aún más su percepción positiva de sí mismos.

4. Fase de autorrespeto (Cuarto nivel de la pirámide)

Discusión Grupal sobre Derechos y Valores

Objetivo: Reflexionar sobre el concepto de respeto en diferentes contextos y desarrollar habilidades para escuchar y respetar puntos de vista distintos.

La actividad comienza con una discusión en grupos pequeños, donde los estudiantes tendrán la oportunidad de reflexionar sobre los conceptos de respeto, derechos humanos y valores universales. Cada grupo debe definir lo que entienden por respeto en distintos contextos (como familiar, escolar, social y global). Además, deberán explorar cómo los derechos humanos y los valores universales influyen en las relaciones interpersonales y en la convivencia en sociedad. Tras la reflexión grupal, cada equipo presentará sus conclusiones al resto de la clase, destacando las principales ideas y acuerdos alcanzados. Durante las presentaciones, se fomentará la participación activa, invitando a los demás estudiantes a hacer preguntas y compartir sus propias opiniones.

Esta actividad tiene como objetivo principal que los estudiantes comprendan la importancia del respeto y cómo este puede variar dependiendo del contexto; fomenta un espacio en el que se practiquen habilidades de escucha activa, donde se valoren las diferentes perspectivas, contribuyendo a una convivencia más armoniosa y a la comprensión mutua de diversas visiones del mundo.

2. Dinámica de Roles: Debate de Perspectivas Contrapuestas

Objetivo: Practicar la empatía y ver situaciones desde la perspectiva de otros, fortaleciendo la capacidad de respetar opiniones diferentes.

La dinámica de roles se centra en asignar a cada estudiante un rol o perspectiva distinta sobre un tema controversial, como el bullying, la inclusión, o el trabajo en equipo. El objetivo de esta actividad es que cada estudiante defienda su posición en un debate grupal, sin importar si inicialmente está de acuerdo o no con el rol asignado. Por ejemplo, si se asigna un tema como el bullying, algunos estudiantes podrían tener que representar a víctimas, otros a testigos y otros a agresores, cada uno defendiendo su punto de vista.

La actividad está diseñada para que los estudiantes practiquen la empatía, ya que deben ponerse en los zapatos de alguien con una perspectiva diferente y argumentar desde esa posición. Al final del debate, se abrirá un espacio para que los estudiantes compartan cómo se sintieron al defender una postura diferente a la suya, y qué aprendieron sobre la importancia de escuchar y entender las perspectivas ajenas.

3. Jornada de Reflexión sobre Diversidad y Empatía

Objetivo: Fomentar la introspección sobre el autorrespeto y la importancia de valorar la identidad propia y ajena.

Esta jornada de reflexión tiene como objetivo que los estudiantes profundicen en su experiencia personal y en la importancia del respeto hacia la identidad de los demás. Cada estudiante escribirá una breve reflexión sobre una experiencia en la que sintieron que su identidad fue respetada o, por el contrario, no fue respetada por otros. La reflexión debe incluir cómo se sintieron en esa situación, qué impacto tuvo en su bienestar y cómo creen que se podría haber manejado la situación de manera más respetuosa.

Una vez completada la escritura, los estudiantes compartirán sus experiencias en pequeños grupos. Este intercambio de vivencias les permitirá comprender cómo cada uno vive su identidad en diferentes contextos y cómo el respeto hacia esa identidad es fundamental para una convivencia armónica. Durante la reflexión grupal, se fomentará el uso de la empatía, animando a los estudiantes a escuchar sin juzgar y a ofrecer apoyo a sus compañeros que compartan situaciones difíciles. Al final de la jornada, los estudiantes podrán reconocer la importancia de valorar la identidad propia y ajena, y reflexionar sobre cómo pueden aplicar estos aprendizajes en su vida diaria.

5. Fase de autoconfianza (Cima de la pirámide)

El desarrollo de la autonomía académica es crucial para que los estudiantes adquieran confianza en sus capacidades y tomen decisiones informadas sobre su aprendizaje. Para lograrlo, es fundamental proporcionarles oportunidades para asumir responsabilidades y reflexionar sobre su propio desempeño, favoreciendo así su independencia y capacidad de

autogestión. A continuación, se muestran algunas estrategias que se pueden implementar en esta etapa:

1. Proyectos de Autonomía: “Liderazgo y Creatividad”

Objetivo: Fomentar la independencia y autoconfianza de los estudiantes al permitirles trabajar de manera independiente o liderar un pequeño grupo.

En esta actividad, los estudiantes deberán trabajar en proyectos individuales o en pequeños equipos donde se les da libertad para investigar, crear o desarrollar una solución a un problema o desafío relacionado con el contenido del curso. Estos proyectos pueden ser de diversos tipos: desde investigaciones, presentaciones multimedia, hasta propuestas de mejoras para la clase o la escuela. El objetivo es que los estudiantes asuman un papel activo en la planificación y ejecución de su proyecto, gestionando su tiempo y recursos de manera autónoma.

El docente servirá como guía, pero el protagonismo será de los estudiantes, quienes deberán tomar decisiones sobre cómo llevar a cabo su trabajo, cómo organizarse dentro del grupo (si aplica), y cómo presentar sus resultados.

2. Evaluación de desempeño por el estudiante: “Reflexión y Autoevaluación”

Objetivo: Dar mayor control a los estudiantes sobre su progreso académico, permitiéndoles reflexionar sobre sus logros y áreas de mejora.

A través de la *Evaluación de desempeño por el estudiante*, los alumnos tendrán la oportunidad de autoevaluarse y presentar sus logros en clase. Cada estudiante deberá reflexionar sobre su rendimiento académico, identificando sus fortalezas y áreas en las que aún necesita mejorar. Esta autoevaluación puede tomar la forma de una reflexión escrita, una presentación oral, o incluso un portafolio de trabajos realizados durante el curso. Al incorporar esta práctica, los estudiantes no solo toman conciencia de su propio progreso, sino que también desarrollan habilidades críticas de autodiagnóstico y toma de decisiones sobre cómo mejorar.

La autoevaluación se puede hacer de manera regular (por ejemplo, una vez al mes) o al final de cada unidad, de modo que los estudiantes puedan observar su evolución a lo largo del tiempo. Este enfoque les da un mayor control sobre su aprendizaje, ayudándoles a asumir la responsabilidad de su proceso educativo y a tomar decisiones más informadas sobre su futuro

académico. Además, les permite establecer metas de mejora personalizadas, basadas en su propia reflexión.

Beneficios Generales de estas Estrategias:

- **Fomento de la autoconfianza:** Al trabajar de manera autónoma y reflexionar sobre su propio desempeño, los estudiantes adquieren mayor seguridad en sus capacidades.
- **Desarrollo de habilidades de autogestión:** Ambas actividades fomentan habilidades como la planificación, organización, y toma de decisiones.
- **Mayor control sobre el aprendizaje:** Estas estrategias les dan a los estudiantes una mayor sensación de control sobre su educación, motivándolos a ser más proactivos y responsables.
- **Refuerzo de la motivación intrínseca:** Al tomar decisiones y evaluarse a sí mismos, los estudiantes se sienten más conectados con su propio proceso de aprendizaje, lo que puede aumentar su motivación y compromiso con el curso.

Implementación de la Estrategia:

La implementación de actividades de reflexión, autoevaluación y establecimiento de metas debe realizarse de forma que se integren completamente en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, facilitando su desarrollo tanto académico como personal:

Integración con el Currículo:

Para que las actividades de reflexión y autoevaluación sean efectivas, es crucial integrarlas de manera transversal con los contenidos curriculares de cada asignatura. Pero sobre todo esta propuesta será abordada en el área de Acompañamiento Integral en el Aula, para fomentar una convivencia escolar inclusiva y pacífica, la Pirámide de Maslow se convierte en una herramienta valiosa para los docentes, cuando se comprende cómo se relaciona con la motivación de los estudiantes.

Además, estas actividades pueden ser utilizadas como parte de la evaluación continua en cada materia. Al hacerlo, los docentes no solo están evaluando los conocimientos de los estudiantes, sino también sus habilidades de reflexión, autocontrol y capacidad de establecer y alcanzar metas.



Por ejemplo, al final de cada unidad temática, se puede pedir a los estudiantes que reflexionen sobre cómo los conceptos aprendidos en las diferentes áreas se relacionan con sus propias experiencias y metas personales.

Evaluación Continua: “Retroalimentación y ajustes del proceso”

Una parte clave de la estrategia es mantener una **evaluación continua** que permita ajustar las actividades en función de las necesidades y la evolución de los estudiantes. Esto puede llevarse a cabo mediante **encuestas periódicas** y **reuniones uno a uno** entre el docente y los estudiantes.

Las encuestas pueden ser breves, pero efectivas, y pueden incluir preguntas como:

- ¿Cómo te ha ayudado la actividad de reflexión en tu aprendizaje esta semana?
- ¿Te sientes más capaz de tomar decisiones sobre tu aprendizaje?
- ¿Qué aspectos de la actividad te resultan más útiles? ¿Cuáles te gustaría mejorar?

Los resultados pueden guiar al docente en la toma de decisiones sobre qué actividades mantener, ajustar o introducir para fortalecer el aprendizaje de los estudiantes. Las **reuniones periódicas** ofrecen un espacio más personalizado donde los estudiantes pueden compartir sus experiencias de forma más detallada, y los docentes pueden brindar orientación adicional en función de las necesidades individuales de cada estudiante.

Validación de expertos

Tabla 11. Valoración de Expertos sobre la Estrategia: Estrategia para el Fortalecimiento del Desempeño Académico a través de la Pirámide de la Autoestima

Eje de la Pirámide	Pregunta	Docente 1	Docente 2	Docente 3
--------------------	----------	-----------	-----------	-----------



Autoconocimiento	¿Considera que la autoevaluación favorece el autoconocimiento de los estudiantes?	Sí, fomenta la reflexión.	Sí, esencial para el aprendizaje.	No, necesita más guía.
	¿Qué sugeriría para mejorar esta fase?	Más preguntas reflexivas.	Ejemplos prácticos de la vida real.	Acompañamiento más cercano.
Autoestima	¿La autoevaluación ayuda a reconocer fortalezas y logros?	Sí, refuerza la confianza.	Sí, fortalece la autoestima.	No, se debe trabajar más en la retroalimentación positiva.
	¿Qué mejoraría en esta fase para reforzar la autoestima?	Más énfasis en el feedback positivo.	Asegurarse de que sea individualizada.	Incluir actividades grupales.
Autorregulación	¿Esta estrategia ayuda a los estudiantes a gestionar mejor su tiempo y emociones?	Parcialmente, necesita más apoyo emocional.	Sí, si se aplica de manera consistente.	No, no veo relación directa.
	¿Qué sugeriría para mejorar la autorregulación?	Incluir herramientas de gestión del tiempo.	Implementar seguimiento constante.	Acompañamiento psicológico.
Autoaceptación	¿La autoevaluación permite a los estudiantes aceptarse mejor a sí mismos?	Sí, permite reconocer limitaciones y fortalezas.	Sí, pero debe haber un balance.	No, requiere más enfoque en la aceptación.
	¿Qué mejorarías para promover más la autoaceptación?	Reflexiones sobre logros personales.	Crear espacio para la autoaceptación sin juicio.	Fomentar la empatía con los errores.
Autorrealización	¿Considera que esta estrategia facilita el camino hacia la autorrealización de los estudiantes?	Sí, los motiva a seguir aprendiendo.	Sí, impulsa el desarrollo personal.	No, no veo conexión clara.

¿Qué sugeriría para mejorar esta fase?	Más actividades orientadas a metas personales.	Relacionar la autoevaluación con proyectos futuros.	Más integración con las metas profesionales.
--	--	---	--

La estrategia de autoevaluación propuesta para el fortalecimiento del desempeño académico a través de la pirámide de la autoestima ha sido bien valorada por los expertos, aunque se han señalado áreas de mejora en varias fases. En la fase de autoconocimiento, la mayoría de los docentes considera que la autoevaluación puede ser una herramienta valiosa para fomentar la reflexión y ayudar a los estudiantes a ser más conscientes de su propio proceso de aprendizaje. Sin embargo, se destacó la necesidad de un mayor acompañamiento, sugiriendo incluir preguntas más profundas y ejemplos prácticos que fomenten una mayor introspección. Además, algunos expertos señalaron que los docentes deben ofrecer un acompañamiento cercano para que los estudiantes puedan interpretar mejor sus respuestas y tomar medidas concretas para mejorar su rendimiento.

En la fase de autoestima, los expertos coinciden en que la autoevaluación puede contribuir al reconocimiento de las fortalezas y logros de los estudiantes, lo que refuerza su autoestima. Sin embargo, se enfatizó la importancia de una retroalimentación específica y enfocada en los logros personales. Muchos docentes consideran que el feedback positivo es esencial para mantener la motivación de los estudiantes, y algunos sugirieron que esta retroalimentación debería ser más individualizada para ofrecer un apoyo personalizado. Además, se destacó el valor de actividades grupales que fomenten el sentido de pertenencia y colaboración, elementos clave para el bienestar emocional de los estudiantes.

En la fase de autorregulación, los docentes coinciden en que la autoevaluación puede tener un impacto positivo en la capacidad de los estudiantes para gestionar su tiempo y emociones. No obstante, algunos sugirieron que la estrategia debe aplicarse de manera más consistente y acompañarse de herramientas adicionales, como técnicas de gestión del tiempo o apoyo emocional, para que los estudiantes logren poner en práctica lo aprendido. Se recomendó también un seguimiento constante por parte de los docentes para asegurar que los estudiantes desarrollen hábitos más efectivos de autorregulación.

El proceso de validación de expertos se realizó con el objetivo de evaluar la efectividad de la estrategia de autoevaluación. Tres docentes con experiencia en pedagogía y desarrollo socioemocional participaron en el análisis de cada fase de la estrategia, utilizando un cuestionario estructurado que abordó aspectos clave como autoconocimiento, autoestima, autorregulación y autorrealización. Las respuestas recopiladas permitieron identificar tanto fortalezas como áreas de mejora en la estrategia. En base a los comentarios de los expertos, se realizaron ajustes en la retroalimentación, el acompañamiento docente y la implementación de herramientas adicionales, lo que contribuyó a mejorar la aplicabilidad y efectividad de la propuesta dentro del entorno educativo.

Conclusiones

En conclusión, los resultados confirman la relevancia de las estrategias docentes en la construcción de una autoestima sólida en los estudiantes. La implementación de metodologías que promuevan la reflexión personal, el reconocimiento del esfuerzo y la expresión emocional se presentan como herramientas clave para potenciar el desempeño académico y el desarrollo personal de los alumnos. Además, se evidenció que un ambiente de aprendizaje positivo y motivador tiene un impacto significativo en la percepción que los estudiantes tienen de sí mismos, lo que a su vez influye en su participación y compromiso con su proceso educativo. Los hallazgos también sugieren que la combinación de estrategias individuales y grupales puede fortalecer la autoestima de manera integral, promoviendo un equilibrio entre la autovaloración, la confianza en las propias habilidades y el respeto hacia los demás. Asimismo, se destaca la importancia de la capacitación docente en técnicas de acompañamiento emocional y motivacional, con el fin de potenciar el desarrollo socioemocional de los estudiantes y mejorar sus resultados académicos.

Referencias bibliográficas

Alejandría, P. (2022). *Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa Horacio Zevallos Gámez, Chiclayo* [Universidad César



Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/78875>

Angulo, A. (2023). *Aplicación de la Pirámide de Maslow a la actualidad* [Universitas Miguel Hernández]. <https://dspace.umh.es/handle/11000/29766>

Avelino, S., & Reyes, N. (2022). *Autoestima y rendimiento académico en los estudiantes del quinto año del Colegio Nacional de Aplicación “UNHEVAL”-Huánuco - 2021* [Universidad Nacional Hermilio Valdizán].

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5803?show=full>

Buitrago, R., & Sáenz, N. (2021). Autoimagen, Autoconcepto y Autoestima, Perspectivas Emocionales para el Contexto Escolar. *Educación y Ciencia*, 25, e12759. <https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2021.25.e12759>

Cabrera, B., Ulloa, M., Calahorrano, R., Lino, V., & Toala, F. (2024). Uso de la simulación phet para el aprendizaje de vectores en estudiantes de bachillerato: un enfoque interactivo. *Revista Científica Multidisciplinar G-Ner@ndo*, 5(2), 1971–1994. <https://doi.org/10.60100/rcmg.v5i2.346>

Cahuana, M., & Huaman, E. (2021). *Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de 5to año de secundaria de la gran unidad escolar Miguel Grau, Abancay, 2019* [Universidad Autónoma de ICA].

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1064/1/TESIS>

CAHUANA - HUAMAN.pdf

Castillo, S., & Merino, Z. (2018). La desintegración familiar: Impacto en el desarrollo emocional de los niños. *Revista Ciencia e Investigación*, 2(9), 10–18. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/download/209/324>

Castrillón, A., Botero, K., Arias, P., & Ramírez, Y. (2021). Autoestima y rendimiento académico en la adolescencia temprana. *Tecnológico de Antioquia*, 1–25. <https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tdea/2228/Informe>

AUTOESTIMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Choez, L., Menéndez, J., & Lino, V. (2024). Estrategia pedagógica para contribuir las habilidades docentes en la asignatura de Lengua y Literatura. *MQRInvestigar*, 8(2), 4305–4319. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.2.2024.4305-4319>

Durán, J., & Crispin, D. (2020). Influence of the Self-Esteem on the Academic Achievement



of Medicine Student At San Andres University. *Revista Médica*, 26(2), 1–7.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-

89582020000200002&lng=es&tlng=es.

Egas, V., Pazmiño, W., Vinueza, O., & Alfaro, G. (2023). La gamificación como estrategia didáctica para mejorar la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes en Educación Básica Media. *Polo Del Conocimiento*, 9(8), 875–894. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i12.6319>

Esquivel Mejía, J. C. (2018). 13. Autoestima y su relación con el rendimiento académico en estudiantes del sistema de universidad abierta. Facultad de Educación. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote–Huaraz, 2015. *Aporte Santiaguino*, 11(1), 157. <https://doi.org/10.32911/as.2018.v11.n1.464>

Fundación Botín. (2023). *¿Cómo fortalecer la autoestima del alumnado?* <https://fundacionbotin.org/sala-de-prensa/fortalecer-autoestima-alumnado/>

Gamarra, P., Camargo, P. M., & Rodríguez, L. (2024). Autoeficacia académica y autoestima en estudiantes universitarios. *Areté, Revista Digital Del Doctorado En Educación de La Universidad Central de Venezuela*, 10(19), 69–85. <https://doi.org/10.55560/arete.2024.19.10.4>

Gutiérrez, P., Camacho, N., & Martinez, M. (2007). Autoestima funcionalidad familiar y rendimiento escolar en adolescentes. *Atención Primaria*, 39(11), 597–601.

Guzmán, N., & Gutiérrez, R. (2020). Motivación escolar: metas académicas, estilos atribucionales y rendimiento académico en estudiantes de educación media. *American Journal of Education*, 39(3), 290–295. <https://zenodo.org/badge/DOI/10.5281/zenodo.4069360.svg>

Harter, S. (2012). *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations* (Segunda). Guilford Press. <https://acortar.link/oPldhC>

Herrera, C., & Villafuerte, C. (2023). Estrategias didácticas en la educación. *Horizontes*, 7(28), 758–772. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.552>

Hong, W., Shan, B., Yuanzhi, L., & Chunhua, T. (2024). Journal of World Englishes and Educational Practices (JWEEP) Research Capability of Teachers: Its Correlates, Determinants and Implications for Continuing Professional Development. *Journal of World Englishes and Educational Practices*, 137–166. <https://doi.org/10.32996/jweep.2024.6.1.6>



Lerro, E. (2024). *Qué es la autoestima y por qué es importante*. <https://www.unobravo.com/es/blog/que-es-la-autoestima>

Lino-Calle, V., Barberán-Delgado, J., Lopez-Fernández, R., & Gómez-Rodríguez, V. (2023). Analítica del aprendizaje sustentada en el Phet Simulations como medio de enseñanza en la asignatura de Física. *Journal Scientific MQRInvestigar*, 7(3), 2297–2322. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.3.2023.2297-2322>

Lojano, A. (2017). *Cómo influye la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de educación básica de la Escuela Fiscomisional Cuenca en el área de matemáticas, em el período 2015-2016* [Universidad Politécnica Salesiana Sede Cuenca]. <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/14319>.

Medina, A., Pareja, E., López, J., Palomeque, D., & González, M. (2024). Impacto del apoyo emocional de la familia en el desarrollo educativo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 2917–2930. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/12538/18143>

Méndez-Giménez, A., & García-Rodríguez, I. (2024). Predictores motivacionales de autoestima en el juego del recreo: análisis en función de curso y género (Motivational predictors of self-esteem in recess play: grade and gender analysis). *Retos*, 58, 650–659. <https://doi.org/10.47197/retos.v58.105457>

Morales, C., Mantilla, I., Muñoz, M., & Navas, C. (2023). Autoestima en estudiantes universitario en la ciudad de Quito en el año 2023. *Polo Del Conocimiento*, 8(8), 2354–2368. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i8.5973>

Morgan Asch, J. (2021). El análisis de la Resiliencia y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios. *Revista Nacional de Administración*, 12(1), e3534. <https://doi.org/10.22458/rna.v12i1.3534>

Muñoz, E. (2024). *La autoestima y subrelaión con el rendimiento académico en los estudiantes del Tercer Grado de Secundaria en la I. E Privada Joyas para Cristo, Año 2024* [Universidad Nacional de Cajamarca]. <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/4337>

Negrette, I. D., & Ruiz, R. M. (2024). Autoconcepto y rendimiento académico en estudiantes del nivel medio en el 2023. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(3), 2525–2538. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2213>



Pascual, S., & Rojas, G. (2022). Autoestima y rendimiento escolar en niños de una Institución Educativa Pública de Huancayo, 2020. In *Universidad Peruana Los Andes*. <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/UPLA/1770>

Peñaherrera, T., & Mayorga, M. (2024). Autoestima y Conductas Disruptivas en Adolescentes de una Unidad Educativa de Cotopaxi. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 8673–8692. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12031

Ponce Pardo, J. E., Alvarado Acuña, G. R., Fernández Avila, M. L., & Chiri Saravia, P. C. (2023). Autoestima y autocontrol en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 7(30), 1774–1783. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i30.627>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). No Title. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Siranaula, J., & Zapata, K. (2023). *Autoestima y rendimiento académico en niños escolarizados* [Universidad Católica de Cuenca]. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/0befc1ab-290a-4091-8397-3e1279b28bc9>

Tiwi, K., Lucio, N., & Martínez, R. (2024). Estrategias metodológicas para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la formación de los estudiantes del tercer año de la Educación General Básica. *Dominio de Las Ciencias*, 10(4), 323–358. <https://doi.org/10.23857/dc.v10i4.4063>

Torres, J., & Alchundia, M. (2024). La inteligencia emocional y la motivación en estudiantes de Educación Superior: Revisión sistemática. *Ciencia y Educación*, 5(11), 33–51. <https://cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.14061042/761>

Vargas, M., Moreira, H., Cabrera, M., Bonilla, T., Martínez, M., Bonilla, S., & Bernal, A. (2024). Estrategias psicológicas para mejorar la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica. *Ciencia Latina Internacional*, 8(5), 6930–6945. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.14112

Zenteno, M. (2017). La autoestima y como mejorarla. *Ventana Científica*, 8(13), 43–46. http://revistasbolivianas.umsa.bo/pdf/rvc/v8n13/v8n13_a07.pdf

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.