



ORIENTACIÓN E EDUCACIÓN PARA A SAÚDE: UN PROGRAMA DE MELLORA DO AUTOCONCEPTO EN EDUCACIÓN INFANTIL

David Méndez Seco

Profesor de educación infantil, Licenciado en CC. da Educación e coordinador dun Seminario Permanente de Saúde.

RESUMEN

O presente traballo propúxose analizar as relacións existentes entre a Orientación e a Educación para a Saúde, dende o punto de vista da Educación Infantil. Tendo en conta este obxectivo identificouse o autoconcepto como parte fundamental do desenvolvemento dun proxecto de vida saudable e analizouse polo miúdo o concepto que de si mesmo ten o neno/a de Educación Infantil.

A continuación elaborouse un programa de mellora do autoconcepto con nenos de 5 anos pertencentes a un colexio do interior galego, que constou de tres fases:

- Aplicación inicial dun instrumento de medida do autoconcepto elaborado polo ICE da Universidade de Deusto.
- Actividades de mellora do autoconcepto.
- Aplicación final do mesmo instrumento de medida.

O resultado foi o avance na puntuación en autoconcepto experimentado por tódolos nenos/as ós que lles foi aplicado o programa, aínda que ca salvedade de que os avances foron pequenos en función da dificultade da mellora do autoconcepto en períodos cativos de tempo.

1. ORIENTACIÓN E EDUCACIÓN PARA A SAÚDE.

A función da educación non é, baixo o meu punto de vista, só a de transmitir coñecementos, senón que ten un sentido máis amplo de transmisión de cultura, valores e destrezas necesarias para o desenvolvemento axeitado na vida cotián. Trátase de unha educación como acción formativa integral que contemple tanto os aspectos intelectuais como morais e que potencie o desenvolvemento armónico da personalidade dos alumnos/as, sin olvidar o contexto social no que viven.

Dentro deste ámbito, a orientación constitúe un factor fundamental no desenvolvemento do individuo xa que axuda a este no seu proceso de autoconhecimento, de aceptación das súas posibilidades e limitacións e tamén no recoñecemento da singularidade dos outros. Este proceso orientador axudará ó alumno/a a conseguir as metas máis acordadas coa súa propia personalidade.

É aquí onde a educación para a saúde, como eixo transversal de indubidable importancia, aporta elementos que axudan ó proceso orientador. A educación para a saúde ten que perseguir, baixo o meu punto de vista, como un dos seus obxectivos primordiais o de reforzar a autonomía e a autoestima como actitudes per-

soais que lle permitan ó alumno/a levar adiante un proxecto de vida saudable. A consecución deste obxectivo supoñerá un avance moi importante no proceso da acción orientadora xa que un alumno/a que se coñeza ben a sí mesmo, que saiba das súas reais posibilidades e que teña un autoconceito positivo, facilitará moito o labor do proceso de orientación necesario para o correcto desenvolvemento da súa propia personalidade.

2. ÁMBITOS DE ORIENTACIÓN DA EDUCACIÓN PARA A SAÚDE NA EDUCACIÓN INFANTIL.

O proceso orientador non se considera en moitos ámbitos como propio da etapa da Educación Infantil. Sin embargo eu penso que hai nesta etapa educativa certos elementos que poden ser abordados dende unha perspectiva orientadora e en concreto penso que poderían ser os seguintes:

- 2.1. Orientación no período de adaptación á escola, sobre todo dirixida ós pais.
- 2.2. Unha orientación que eu chamaría pre-profesional, no sentido de dar a coñecer ós nenos/as de educación infantil as características máis salientables de algunhas profesións, características que en sucesivas etapas educativas irán desenvolvendo e ampliando para chegar con unha información profesional axeitada ó momento de ter que tomar unha decisión profesional.
- 2.3. Orientación persoal, no ámbito do desenvolvemento e reforzo da autonomía e da autoestima, como medios para conseguir que o alumno/a se desenvolva plenamente e actúe vitalmente en función das súas posibilidades e limitacións.

No segundo e no terceiro ámbitos é donde a Educación para a Saúde pode aportar a súa colaboración á acción orientadora. Na orientación pre-profesional dando a coñecer as profesións e os profesionais relacionados ca saúde, os accidentes infantís e a seguridade vial.

Na orientación persoal desenvolvendo e reforzando a autonomía e a autoestima.

Neste último ámbito é no que me vou centrar, xa que o programa que vou presentar é unha experiencia de desenvolvemento do autoconceito, elemento primordial para o autoconhecimento, a actuación autónoma, a independencia afectiva e para a consecución dun proxecto persoal de vida saudable.

3. O AUTOCONCEPTO NA EDUCACIÓN INFANTIL.

O autoconceito é a actitude valorativa que un individuo ten hacia sí mesmo, hacia a súa propia persoa.

En moitas investigacións ponse de manifesto a importancia da propia estima para unha axeitada conducta social, afectiva e intelectual. Observouse que si unha persoa non ten un autoconceito axeitado non pode estar aberto ás súas propias experiencias afectivas, non se mostra tal como é ós demais e todo isto inflúe moito no benestar espiritual, no grado de satisfacción e na propia saúde física e psíquica.

Na etapa da educación infantil o neno/a atópase nun momento de implantación e consolidación do seu "eu" e por tanto un programa de reforzo do autoconceito adquire moita relevancia nesta época. Os aspectos constitutivos do autoconceito na etapa da educación infantil son os seguintes:

1. AUTONOMÍA

O neno/a necesita, neste momento, conseguir unha clara diferenciación dos demais. Desexa lograr un sentimento de valía persoal, afianzar a súa individualidade.

1.1. Sentimento de Independencia

Independencia nos actos diarios como atarse os zapatos ou poñer a roupa só.

1.2.Autovalía

O sentimento que posúe da súa valía persoal pode reflectirse na súa percepción de como lle saiu o monco que dibuxou.

1.3.Sentimento de Posesión.

A autonomía hai que entendela neste período tamén como un sentimento de posesión de máis cousas,de cousas máis bonitas e incluso de máis amigos.

2.CONFIANZA

Ó mesmo tempo que o neno loita pola súa independencia,busca seguridade,confianza na súa familia,no propio medio e necesita dun lugar onde refuxiar os sentimentos propios.

2.1.Seguridade.

O neno/a pode sentir seguridade diante do medio no que se move ou ben polo contrario sentir temor por ese mesmo medio.

2.2.Familia.

O neno/a busca a confianza na súa propia familia e polo tanto é necesario coñecer si se sente querido ou non.

2.3.Sentimentos.

Hai que coñecer si o neno/a se sente alegre ou triste,querido por outros ou rexeitado.....

3.EVOLUCIÓN FÍSICA.

O neno/a é moi consciente dos cambios físicos que lle están ocorrendo,da súa aparencia e da súa competencia física en comparación ca dos seus compañeiros.

3.1.Aspecto físico.

O neno/a pode sentirse gordo ou delgado,sucio ou limpo,alto ou baixo... .

3.2.Competencia física

O neno sabe si é hábil fisicamente ou non e eso tamén é importante para o seu autoconceito.

4.MUNDO ESCOLAR E SOCIAL.

Co comenzo da súa asistencia á escola o neno/a empeza a abrirse a un novo mundo,o escolar en concreto e o social en xeral.

4.1.Escolar

É importante coñecer si o neno/a se reconece como hábil no traballo escolar

4.2.Social

Hai que coñecer como percibe a relación con outros nenos/as,si o aceptan,si o rexeitan.

En función destes aspectos vou desenvolver un programa de mellora do autoconceito que tente incidir neses catro apartados apuntados anteriormente,para conseguir que os nenos/as logren unha idea de sí mesmos/as o máis positiva posible.De calquer xeito antes de pasar á descripción da experiencia considero moi importante facer unha serie de actualizacións sobre o autoconceito que deben ser tidas moi en conta no desenvolvemento da experiencia.

1.É posible modificar o autoconceito,e os pais e os profesores xogan un papel moi importante nesta variación.

2.Si ben é certo que os adultos poden favorecer o desenvolvemento do autoconceito positivo tamén poden crear no neno/a unhas percepcións pobres sobre a súa valía persoal.

3.Non é doado modificar o autoconceito.É un proceso lento,pero que non debe descuidarse.

4.O mellor é tratar de modificar as creencias centrais do suxeito,a pesar de ser máis difíciles de cambiar que os aspectos

superficiais. Por exemplo de nada serve cambiar o rendimento dun neno/a si non logramos modificar a pobre percepción que ten da súa capacidade intelectual.

5. Para mellora o autoconceito é necesario que o neno teña moitas experiencias de todo tipo a tódolos niveis.
6. Para o desenvolvemento do autoconceito é importante contar ós demais os éxitos, grandes ou pequenos, que tivo o suxeito.

4. PROGRAMA DE MELLORA DO AUTOCONCEPTO NA EDUCACIÓN INFANTIL.

4.1. DATOS IDENTIFICATIVOS

O programa realízase nun centro de mediana dimensión do interior da provincia de Lugo. O nivel socioeconómico do alumnado é medio-baixo. Os alumnos obxecto do estudo pertencen a un aula de Educación Infantil de 5 anos e realízase ó longo dun trimestre do curso escolar. O número de alumnos ós que lles foi aplicado o estudo é de 13.

O programa foi realizado en tres fases:

- Medición inicial do autoconceito.
- Actividades de mellora do autoconceito.
- Medición final do autoconceito.

4.2. MEDICIÓN INICIAL DO AUTOCONCEPTO.

Nun primeiro momento foilles pasado a tódolos nenos/as un instrumento de medición do autoconceito, en concreto o elaborado polo ICE da Universidade de Deusto do que son autores Aurelio Villa Sánchez e Elena Auzmendi Escribano, consistente na presentación de 34 debuxos basados nos catro rasgos do autoconceito infantil tratados anteriormente. Sobre cada un dos debuxos realízase unha pregunta á cal ten que responder o neno/a. Segundo a resposta dada o alumno/a obtén unha puntuación entre 1 e 4 que reflicta respectivamente o menor e o maior grado de

autoconceito positivo. Polo tanto como é evidente a menor puntuación posible a acadar é de 34 puntos e a máxima é de 136 puntos.

4.3. ACTIVIDADES DE MELLORA DO AUTOCONCEPTO.

A continuación aplicouse ó grupo-clase un programa de exercicios que pretendía a mellora do autoconceito nos nenos e que consistiu nas actividades que a continuación vou a explicitar, diferenciandoas segundo os catro rasgos nos que se subdividiu o autoconceito na etapa infantil:

4.3.1. AUTONOMÍA.

- Sentados na alfombra ó principio ou ó remate da xornada contan respectivamente o que lles saíu ben na casa ou na aula respectivamente. A cada relato correspóndese cun aplauso ou algunha expresión de aprobación.
- Procurar non mandar mensaxes negativas ó neno/a cando unha cousa lle sae mal, senón que deben converterse en mensaxes positivas (por exemplo é convinte substituír a expresión “todo o fas mal” por “a próxima vez sairá ben”).
- Informar ó resto da clase dos traballos ben realizados por alguén con baixa autoestima.
- Repetir en grupo cos ollos pechados frases do tipo de :
 - ”Son moi boa persoa”
 - ”Vou facer ben os traballos”.
 - ”Esta vez vaime saír”.

4.3.2. CONFIANZA

- Falar cos nenos/as individual e colectivamente sobre asuntos como:
 - ¿Gustaríache ter un irmao/á?
 - ¿Que sintes pola túa irmá/ao?.
 - ¿Xogas moito co teu irmao/á?

-Provocar ós nenos para que falen nas conversas individuais e colectivas daquelas cousas das que se sente orgulloso (por exemplo do que corre, do ben que pinta, do ben que fala, do ben que respecta o turno ó falar.....).

-Xerar confianza no neno/a con frases durante a realización dos traballos (inténtao, segue así que vai moi ben.....).

-Evitar as comparacións con outros nenos/as, facéndolle reconecer a súa propia singularidade que

provoca a mellor realización dalgúns traballos e a menos boa realización doutros traballos.

-Evitar na medida do posible falar diante dos adultos das súas carencias e si en cambio animalo a superarse continuamente (por exemplo cambiar frases do tipo de “con este neno/a non hai nada que facer” por “este neno/a vaino acabar facendo ben si se esforza un pouquiño máis”).

4.3.3. EVOLUCIÓN FÍSICA

-Facer que os nenos se miren ó espello e digan cousas positivas do seu aspecto físico. Si non as dicen hai que axudarlle decindo nós elementos positivos do seu aspecto físico.

-Evitar no posible as comparacións físicas entre nenos/as que descalifican sempre a un deles/as.

-Facerlles observar que aínda que algún neno/a pode ser fisicamente máis agradable ca el, seguramente posuirá outros elementos nos que sexa superior.

-Axudarlles a aceptar a súa propia realidade física con frases como:

-Si el corre máis ti pintas mellor.

-Non che importe non gañar tódalas carreiras porque tes moitos amigos.

-Aquel é moi guapo, pero ti es moi boncos compañeiros.

-Dibuxar en papel a propia silueta, as propias mans, ó compañeiro.

-Grabalos falando diante da videocámara para que vexan a súa aparencia física.

4.3.4. MUNDO SOCIAL.

-Contar contos nos que a integración social sexa o elemento primordial.

-Non permitir na aula a discriminación de ningún neno e procurar que todos xoguen con todos.

-Dibuxar libremente o que lles gusta facer sós e cos outros.

-O xogo do lavado do cohe: facer dúas filas paralelas e que cada un dos nenos/as pase polo medio das dúas filas. Mentras vai pasando vánselle dando palmadas de ánimo na espalda.

-Procurar dentro da medida do posible ir variando a composición dos grupos de xogo.

-Animalos individual e colectivamente a prestar e compartir os elementos de xogo e traballo, usando a propia actividade da aula (por exemplo repartindo un só tubo de pegamento por mesa).

-Facerlles reconecer as ventaxas do xogo compartido e colectivo (explicando por exemplo que si eles algunha vez queren que lles presten algo teñen que empezar por prestar ós demais).

-Axudalos nas actividades de xogo, sin dirixismos, a repartirse papeles dentro do grupo.

Estas actividades foron repetidas ó longo de tres meses de xeito intensivo. Sin embargo as actividades non remataron ó realizarse a medición final do autoconceito, senón que se seguiron realizando durante todo o curso vendo que os resultados nese trimestre foron positivos. O ideal sería que as actividades tivesen continuación en etapas educativas posteriores xa que o autoconceito, como se dixo nun principio, non é algo doado de mudar, e ben ó contrario é un proceso longo no que hai que insistir.

4.4. MEDICIÓN FINAL DO AUTOCONCEPTO.

Ó remate das actividades de mellora do autoconceito realizadas durante os primeiros tres meses do curso ,procedín a facer unha medición final do nivel de autoconceito dos alumnos/as usando o mesmo instrumento de medida que se usou ó principio.

A comparación entre os resultados da medición inicial e a final quedan reflectidos na tabla seguinte:

5.CONCLUSIONES.

As actividades realizadas coa intención de mellora-lo autoconceito nos nenos/as de Educación Infantil 5 anos,deron como resultado,como se pode apreciar na tabla,un avance de puntuacións entre a medición inicial e a final, o que pon en evidencia que se está no camiño axeitado.Nalgúns casos,os de autoconceito inicial máis baixo,o avance é significativo,mentras que nos casos de autoconceito inicial alto,prodúcese un menor avance,o que confirma a idea de que modificar o concepto que o neno/a ten de sí mesmo non é doado e que se convirte nunha tarefa longa e constante.

En función destes resultados,as actividades de mellora do autoconceito,continúanse durante todo o curso , e sería desexable que se prolongasen nas seguintes etapas educati-

vas,xa que o traballo continuado neste campo podería traer como consecuencia unha mellora moi significativa no autoconceito ó remata-la escolaridade obrigatoria.

Si melloramo-lo autoconceito estaremos mellorando tamén a capacidade do alumno para desenvolver unha vida san tanto no seu aspecto físico como psíquico.Si logramos eso,probablemente teremos contribuído a facilitar a acción orientadora e tamén a conseguir un dos obxectivos primordiais da educación integral:o desenvolvemento armónico da personalidade dos alumnos/as.

6.BIBLIOGRAFÍA.

BISQUERRA, R.(1992).*Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo*.Barcelona.Boixareu Universitaria-Marcombo.

CUADERNOS DE PEDAGOGÍA. (1993). *Educación para la salud,Mayo-nº 214*.Barcelona.Fontalba

REYZABAL,Mª VICTORIA Y SANZ ,ANA ISABEL. (1995). *Los ejes transversales.Aprendizajes para la vida*.Madrid. Escuela Española.

VILLA SÁNCHEZ,AURELIO Y AUZMENDI ESCRIBANO,ELENA. (1992). *Medición del autoconceito en la edad infantil*.Bilbao. Mensajero

ALUMNO	PUNTUACIÓN INICIAL	PUNTUACIÓN FINAL
1	106	112
2	116	120
3	109	115
4	106	113
5	110	117
6	118	122
7	116	119
8	118	120
9	166	119
10	166	120
11	114	119
12	112	116
13	115	119