



GOBIERNO DEL ESTADO DE YUCATAN  
SECRETARIA DE EDUCACION  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
UNIDAD 31-A MERIDA



**“COMO INCIDE LA AUTOESTIMA EN LA  
PERSONALIDAD DEL ALUMNO”**

*Angda Rosa Bracamonte Moguel  
Rosa María Ojeda Moreno*

**TESIS PRESENTADA PARA OBTENER  
EL TITULO DE  
LICENCIADO EN EDUCACION BASICA**

ASESOR: PROFR. ZANONI AMEZCUA GOMEZ

MERIDA, YUCATAN, MEXICO

1996

**DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION**

Mérida, Yuc., 25 de mayo de 1996.

**C. PROFR. (A) AYDA ROSA BRACAMONTE MOGUEL.  
PRESENTE.**

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta  
Unidad y como resultado del análisis a su trabajo intitulado:

**"COMO INCIDE LA AUTOESTIMA EN LA PERSONALIDAD  
DEL ALUMNO"**

Opción TESIS (INVEST. DOCUMENTAL) a propuesta del C. Profr. (a)  
Ligia María Espadas Sosa Secretario (a) de esta Comi—  
sión, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos es-  
tablecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se Dictamina favorablemente su trabajo y se le-  
autoriza a presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE,

**MTRO. FREDDY JAVIER ESPADAS SOSA.  
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.**

FJES/LMES/mega



**GOBIERNO DEL ESTADO  
SECRETARIA DE EDUCACION  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 31-A  
MERIDA**

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Mérida, Yuc., 24 de mayo de 1996.

C. PROFR. (A) ROSA MARIA OJEDA MORENO.  
PRESENTE.

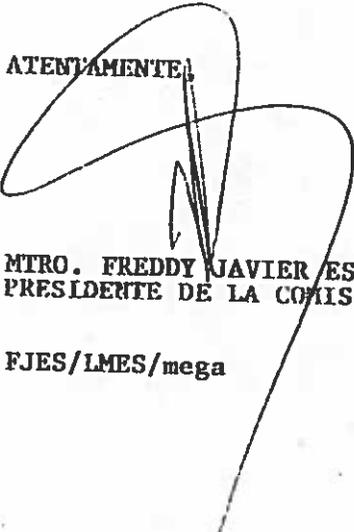
En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta  
Unidad y como resultado del análisis a su trabajo intitulado:

"COMO INCIDE LA AUTOESTIMA EN LA PERSONALIDAD  
DEL ALUMNO"

Opción TESIS (INVEST. DOCUMENTAL) a propuesta del C. Profr. (a)  
Ligia María Espadas Sosa Secretario (a) de esta Comi—  
sión, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos es-  
tablecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se Dictamina favorablemente su trabajo y se le-  
autoriza a presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

  
MTRO. FREDDY JAVIER ESPADAS SOSA.  
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.

FJES/LMES/mega



GOBIERNO DEL ESTADO  
SECRETARIA DE EDUCACION  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 31-A  
MERIDA

Para esas personas que han sido,  
son y serán nuestro motivo y  
orgullo: nuestros niños.

A nuestros Maestros y Asesores  
por su tiempo y sapiencia para  
que logremos nuestro preciado anhelo.

A nuestra familia y amigos  
por todo su amor, estímulo  
y apoyo para seguir adelante.





## I N D I C E

	Página
PROLOGO	VIII
PRESENTACION	X
INTRODUCCION .....	1
I. AMOR A SI MISMO, AMOR PROPIO.....	3
A.- Concepto .....	4
B.- La autoestima, fundamental en la etapa de la infancia.....	5
C.- La autoestima básica en el desarrollo de la personalidad.....	8
D.- Cómo se adquiere la autoestima.....	18
E.- Autoconcepto.....	21
F.- Autoevaluarse.....	22
II. LA AYUDA DE LA PSICOLOGIA.....	30
A.- El psicoanálisis en el desarrollo humano.....	31
B.- El psicoanálisis en la escuela.....	34
C.- El psicoanálisis en las relaciones familiares... ..	36
D.- La autoaceptación.....	47
E.- La necesidad de una actitud mental positiva.....	48
III. LA IMPORTANCIA DE LA AXIOLOGÍA.....	49
A.- Los principios y los valores.....	50
B.- La afectividad, la voluntad y los sentimientos - morales.....	58
C.- La verdadera prioridad.....	59
D.- La confianza en uno mismo.....	60
E.- Quererse a sí mismo.....	62
F.- El fatal sí al conformismo.....	63
G.- La competencia.....	65
H.- El reconocimiento.....	65

<b>IV.- APOYOS EN LA DOCENCIA.....</b>	<b>67</b>
A.- Condiciones evolutivas de la educación.....	68
B.- La educación afectiva como medio para lograr una autoestima favorable en los niños.....	71
C.- Relación entre educación - sentimiento.....	74
D.- Autoestima y sexualidad.....	77
E.- La disciplina como reflejo de la autoridad..	81
F.- Los derechos y obligaciones de los niños....	83
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>86</b>
<b>GLOSARIO.....</b>	<b>89</b>
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>92</b>

## P R O L O G O

### -MI DECLARACION DE AUTOESTIMA-

Yo soy yo.

En todo el mundo no existe nadie igual, exactamente igual a mí. Hay personas que tienen aspectos míos, pero de ninguna forma el mismo conjunto mío. Por lo consiguiente, todo lo que sale de mí es auténticamente mío, porque yo sola lo elegí.

Todo lo mío me pertenece, mi cuerpo y todo lo que hace; mi mente con todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo todas las imágenes que perciben; mis sentimientos cualesquiera que sean, ira, alegría, frustración, amor, decepción, emoción; mi boca y todas las palabras que de ella salen, refinadas, dulces o cortantes, correctas o incorrectas; mi voz fuerte o suave y todas mis acciones, sean para otros o para mí.

Soy dueña de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, -- mis temores.

Son mis triunfos y mis éxitos, todos mis fracasos y errores.

Puesto que todo lo mío me pertenece, puedo llegar a conocerme íntimamente. Al hacerlo puedo llegar a quererme y sentir amistad hacia todas mis partes. Puedo hacer factible que todo lo que me concierne funcione para mis mejores intereses.

Sé que tengo aspectos que me desconciertan y otros que desconozco. Pero mientras yo me estime y me quiera, puedo buscar

con valor y optimismo soluciones para las incógnitas e ir descubriéndome cada vez más.

Como quiera que parezca y suene, diga y haga lo que sea, - piense y sienta en un momento dado, todo es parte de mi ser. - Esto es real y representa el lugar que ocupo en este momento -- del tiempo.

A la hora de un examen de conciencia, respecto de lo que - he dicho y hecho, de lo que he pensado y sentido, algunas cosas resultarán inadecuadas. Pero puedo descartar lo inapropiado, - conservar lo bueno e inventar algo nuevo que supla lo descartado.

Puedo oír, ver, sentir, pensar, decir, hacer. Tengo los - medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser -- productiva, y para lograr darle sentido y orden al mundo de personas y cosas que me rodean. Me pertenezco y así puedo estructurarme.

Yo soy y estoy bien.

VIRGINIA SATIR.

## P R E S E N T A C I O N

La práctica docente es una actividad social encaminada a la formación de individuos útiles a la sociedad; a través del tiempo y el espacio se ha visto influenciada por el contexto económico, político y social imperante, de ahí que la práctica docente como expresión de la realidad se encuentra condicionada y sujeta a constantes cambios.

El proyecto educativo de la reformulación de los programas para la escuela primaria contienen un nuevo modelo, el cual busca la participación social, orientada a mejorar la calidad de vida y la labor de la escuela en el desarrollo del país desde cada comunidad; tomando en consideración el cambio de contenidos educativos basado en la detección de las necesidades básicas de aprendizaje, reestructuración de estrategias de formación docente, creación de nuevas normas operativas que reconocen la autonomía del maestro y la vinculación de la formación con la vida cotidiana, de tal manera que se eduque para la vida en la vida misma.

Uno de los perfiles de desempeño en el ámbito de desarrollo personal está definido por el efecto formativo de las relaciones que establece el individuo consigo mismo, al tomar en cuenta sus condiciones físicas, mentales, económicas, sociales y culturales. Todo ello determina su ubicación como sujeto histórico y propicia la formación de valores individuales que paulatinamente van configurando valores sociales. Este ámbito alude también al reconocimiento de las potencialidades del indivi-

duo, como medio para fortalecer la autoestima e interactuar positivamente creando un ambiente de justicia y equidad en el hogar, en la escuela y en la comunidad.

Los valores hacen referencia a cualidades de aprecio y reconocimiento, y son predominantemente parte de la relación con uno mismo, en cuanto que definen juicios y actitudes. Aunque referidos en parte importante a ámbitos externos, sea del mundo de las relaciones con otros o del mundo de la naturaleza, finalmente guían lo que uno quiere o no quiere, lo que aprecia o desecha, aquello por lo que uno está o no dispuesto a dar y darse. Sólo en un segundo momento salen al exterior, como orientadores de una relación y, en consecuencia, como parte de ella; pero lo hacen usando algún mensaje, que es el proporcionar el vínculo inmediato y como algo que reside en el yo interior.

En cualquier caso, los valores son la fuerza motriz de las actividades y decisiones, especialmente de las que son eficaces; planteados en el terreno educativo, son elementos imprescindibles para determinar metas y procedimientos de aprendizaje.

Cada vez que actúa, el niño fortalece la idea motivadora que inspira lo que ha hecho. Este es un principio fundamental que está en juego todos los días de su vida implícito en la creación de su personalidad.

Para la Psicología un trauma es cualquier factor nuevo en la vida que lo incita a uno a cambiar de manera de vivir, ya que, para muchos de nosotros la coincidencia más importante de la vida ha sido los padres que nos trajeron al mundo, porque en

respuesta a los padres se adoptan los primeros modos de conducta.

El docente debe asumir la responsabilidad de desarrollar - en sus alumnos las competencias que individual y socialmente se le exigen para que pueda desempeñarse satisfactoriamente en la - diversidad de situaciones que le presenta una sociedad en cons- tante transformación<sup>( 1 )</sup>.

Existe una inquietud entre los educadores por visualizar - la realidad conveniente y justa que se percibe en la concien--- cia, de maestros y alumnos, en sus necesidades y problemas. -- Los niños piden hoy, más que nunca, una escuela que les enseñe la forma de vivir, que les enseñe "cómo el hombre se convierte en humano". A lo largo de la historia del pensamiento se han ido cristalizando valores que no se pueden dejar al margen de - los procesos de formación en las escuelas.

En parte, la actitud de no comprometerse con determinados valores procede de la reacción que se ha dado en el campo peda- gógico contra los excesos de la autoridad y de la norma, y en - favor de la autonomía y de la libertad<sup>( 2 )</sup>.

De ahí que para alcanzar los fines del sistema educativo - se deben tener en cuenta tanto los valores que se desea realizar como el respeto al proceso de valoración personal, que implica la ayuda para el logro de la autonomía y para la conquista de - la libertad. En este sentido la práctica docente contribuye a

---

( 1 ) Modernización Educativa. México 1989-1991. págs. 77-97-113.

( 2 ) Antonia V. Pascual Marina. Clarificación de valores y desarrollo. p.24

la obtención de los objetivos de la educación.

El equipo docente, deseoso de superar esta práctica educativa en favor del desarrollo humano de los sujetos cognoscentes plantean el siguiente problema:

¿Cómo incide la autoestima en la personalidad del alumno que asiste a la escuela primaria durante el proceso de enseñanza-aprendizaje?

## I N T R O D U C C I O N

En la práctica de la educación surgen constantemente problemas que requieren atención inmediata. La complejidad de la educación y en especial de la educación escolar, hacen necesario que los profesores tomen conciencia de la problemática que su práctica docente conlleva.

El presente trabajo se basa en un proyecto de investigación documental con contenidos teóricos, obras de profesionales en el campo de la Psicología, la Pedagogía, la Sociología, la Religión que apoyan la reflexión del maestro, del padre de familia y del alumno, tomando en consideración la concepción del desarrollo y aprendizaje del niño, la influencia del medio familiar y socio-cultural y los intereses de los alumnos.

Este documento no pretende en modo alguno resolver de una manera acertada todos los problemas tanto docentes como sociales, sino tiene como finalidad presentar aspectos que obstaculizan la labor educativa, de los cuales surge de manera directa en nuestras comunidades la necesidad de buscar estrategias que favorezcan la autoestima de los alumnos en la escuela primaria como parte del cimiento formativo de su individualidad como ser humano.

Esta grata experiencia educativa se vió enriquecida con los aportes de : maestros, pedagogos, psicólogos, sociólogos, religiosos, doctores, quienes con sus esfuerzos forman parte

del cimiento indispensable para comenzar, conocer y participar en una vida armónica y plena.

El texto está integrado por cuatro capítulos: el primero - nos habla de la importancia de la autoestima en las personas y especialmente en los niños, cómo la reconocemos y la forma para estimularla.

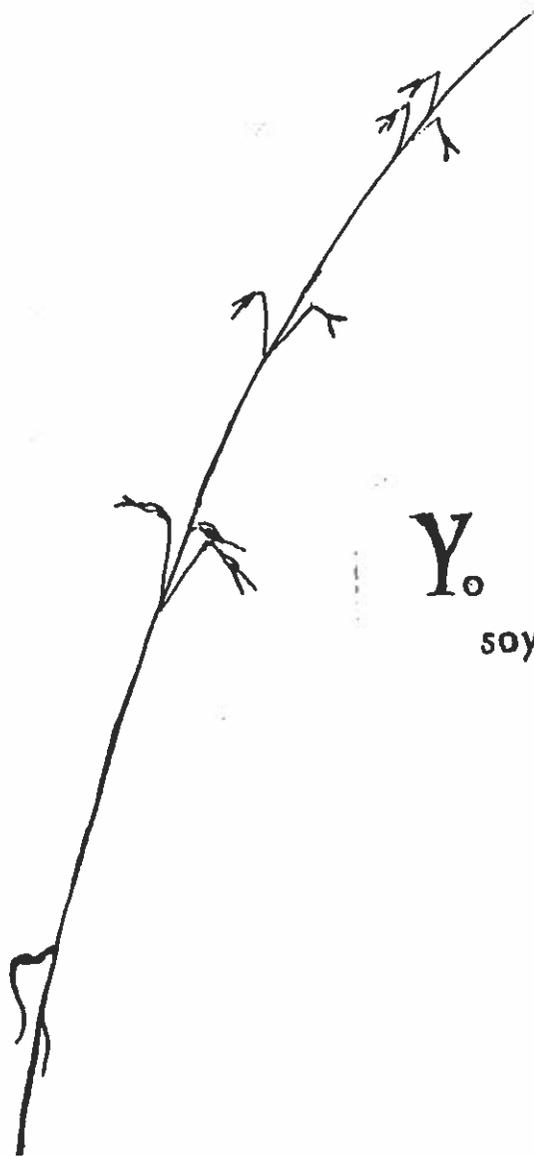
El segundo nos muestra como la psicología influye en el desarrollo integral de los niños desde sus primeros años de vida como base perdurable, que sostenga sus actitudes en la adultez.

El tercero nos menciona la labor formativa fundamental de los valores universales y humanos y su reflejo en la actitud de las personas, el beneficio de la práctica de ellos para el bien propio y común.

El cuarto habla de la aportación de la afectividad y la estimulación de la misma en la práctica de la docencia, lo indispensable que es el afecto en el ser humano y lo trascendente -- que resulta ser una persona que se sabe y es amada.

CAPITULO I

AMOR A SI MISMO, AMOR PROPIO



Yo

soy...

En el  
mundo  
no hay nadie  
como yo

A.- Concepto.

El amor a sí mismo o amor propio son dos expresiones que se usan a veces como sinónimo, el amor propio es el que tiene uno por sí mismo. Puede sin embargo, distinguirse entre ellas -como entre otros pares similares de expresiones en otros idiomas- Selbstliebe y Eigenliebe, amour de soir o amour de soi-même y amor prope. En ciertos casos o en ciertas lenguas, ha habido una sola expresión -como en griego: *φιλαυρία*, en latín: amor sui, en inglés: self-love pero entonces o se ha distinguido entre dos sentidos de la expresión o se ha buscado en alguna otra (como el inglés benevolence).

"La *φιλαυρία* es, literalmente: el amor de o a sí mismo. En principio parece ser reprobable, porque el *φιλαυτος* esto es, el que se ama a sí mismo actúa como si hiciera lo que se hace por amor de sí mismo, para servir sus propios intereses, lo cual es egoísmo. Sin embargo *φιλαυτος* puede recabar para sí todo lo bueno, cosa que no es reprobable sino más bien recomendable, sobre todo si pone esta bondad al servicio de otro. La distinción entre *φιλαυρία* como benevolencia y *φιλαυτος* como egoísmo se halla en Aristóteles, el cual se inclina por dar a *φιλαυρία* un sentido favorable"(3).

Dentro de un espíritu similar entendieron muchos escolásticos la expresión amor sui. Pero como siempre parece haber una

---

(3) José Mora. Diccionario de Filosofía de Ferrater. p. 50.

ambigüedad en esta expresión se acuñó otra: amor privatus. El amor sui o amor a sí mismo fue juzgado favorablemente, no así el amor privatus. Este último se encamina a la persona que lo tiene; el primero es la estima que uno se tiene a sí mismo y -- gracias al cual posee fuerza suficiente para comportarse "moralmente".

En la época moderna, no siempre se distinguió claramente entre amor a sí mismo y amor propio o en francés amour de soi o amor de soi-meme y amour propre; cada uno de ellos podía dar lugar a las dos interpretaciones distintas y opuestas mencionadas anteriormente. Sin embargo hubo la tendencia a considerar que el amor a sí mismo es un amor natural y equivale al respeto que uno tiene por sí mismo; lo cual es fuente de bienes, para uno mismo y para los otros.

En cambio el amor propio fue considerado muy a menudo como el equivalente al egoísmo. En las definiciones usuales de esta expresión en español ello se manifiesta en las frases "inmoderada estimación de sí mismo", "excesivo engreimiento o pundonor".

Para algunos autores de tendencia ascética y quietista --- (Quietismo) ni siquiera el sentido favorable de "amor a sí mismo" puede compararse al verdadero amor, que es el amor puro.

#### B.- La autoestima, fundamental en la etapa de la infancia

"Cada individuo es la medida de su amor a sí mismo; su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyecta. Este no es tema nuevo, y la Biblia enseña: "Ama a tu prójimo como a tí mismo". En todas las épocas, religiones y filosofías,

así como a las ciencias humanas, se ha llegado siempre a esta -  
verdad" ( 4 ).

La infancia es la etapa esencial en el desarrollo del indi-  
viduo, donde no deben faltar la AUTOESTIMA y la SOCIALIZACION,  
que constituyen los cimientos para formar a una persona feliz.  
La infancia tiene una importancia primordial en el desarrollo -  
de la personalidad y hace notar que los errores más graves en -  
la educación consisten en fomentar la baja autoestima, la inse-  
guridad y la dependencia.

Torna al niño infeliz y lo condiciona para que al paso de  
los años se convierta en una persona que sólo critica a los de-  
más y a sí mismo, con sentimientos de frustración, con la idea  
de que haga lo que haga no puede cambiar su destino y cuya úni-  
ca motivación radica en la limitación. Esto propicia que la --  
persona huya constantemente de todo tipo de situaciones, porque  
carece de motivación para el desarrollo, que es la característi-  
ca de quien tiene una alta autoestima, que acepta retos, que --  
siente que puede cambiar su destino y ayudar a los demás. So--  
bre todo es capaz de disfrutar y de ser feliz, dos característi-  
cas elementales de quien se aprecia a sí mismo.

"Los adultos somos los espejos de los niños, de manera que  
la autoestima se fortalece con la alabanza a los pequeños, -

reconociendo sus logros y sin recalcar lo que hace falta" (5), sobre todo cuando se incurre en anteriores prácticas tradiciona listas como el autoritarismo, los golpes y regaños, o por el ex tremo opuesto, como la tolerancia de cualquier comportamiento, la inconsistencia, pues son normas que varían de acuerdo con -- las circunstancias y el estado de ánimo, y la abdicación, cuando por ejemplo, el padre considera sólo su papel de proveedor y delega en la madre el cuidado y educación de los hijos.

Estos errores en la educación tienen serias repercusiones en los hijos, quienes al crecer, tienden a adoptar en sus vidas un esquema repetido de su infancia, de forma que vuelven a incu rrir en los mismos errores porque los consideran como un patrón de conducta. La persona que no tenga la plena conciencia de lo que vivió en la infancia está propensa a mantenerse en los mis mos errores, incluso al buscar pareja tratará de encontrar a al quien cuyo comportamiento sea similar al del padre o al de la - madre.

Como Maestros, de acuerdo a los estudios sobre el desarrollo de la biogenética de J. Piaget, sabemos que las etapas de - la infancia varían en función del desarrollo del niño. De cero a tres años, los aspectos fundamentales se centran en los len-- guajes y en el control de los esfínteres, de un año y medio a - tres el niño es capaz de elegir entre dos opciones. Entre los tres y cinco años, aparece en el niño la necesidad de indepen--

---

(5) Margarita Patrón Casares. Tomado del Diario de Yucatán, sección Niños, el 28 de abril de 1995.

dencia y el período es oportuno para comenzar a fomentar hábitos como el orden, que en forma básica debe establecerse entre los tres y siete años.

Los hábitos adquiridos durante este lapso perdurarán para toda la vida, así como la independencia, socialización, respeto a los demás, arreglo personal e higiene, etc., que se hayan estimulado en ese lapso. Generalmente se espera que el niño tenga seis o siete años de edad para comenzar a formar hábitos, en esos casos los padres de familia deben supervisarlo durante lo que le queda de infancia y en la adolescencia para verificar su cumplimiento.

Hay otros factores que influyen en el desarrollo del niño en función del lugar que éste ocupa entre los hermanos. Así -- puede ser el mayor y ser considerado el centro de dos tendencias: la sobreprotección o la exigencia de comportarse como un adulto chiquito; el mediano o llamado "sandwich" y sea considerado el más descuidado, al que se le presta menos atención y afecto, aunque también demuestra más independencia, y el hijo pequeño y ser considerado como el sobreprotegido y con el que los padres son demasiado tolerantes.

#### C.- La autoestima básica en el desarrollo de la personalidad

La mayor parte de los problemas emocionales, sin tener en cuenta los causados por desequilibrios químicos, se deben a sentimientos injustificados de subestimación.

"Para obtener una adaptación óptima a la realidad, se requiere una correcta percepción de la realidad. Si no percibimos al mundo tal como es, la adaptación no resultará correcta. Y si nos consideramos menos de lo que somos, nuestra adaptación también será defectuosa ya que, después de todo, cada persona forma parte de su propia realidad"(6)

Las personas menos dotadas tal vez no tengan mayor dificultad. Podrán encontrar una posición conveniente a la que pueden amoldarse fácilmente y donde se sientan cómodas. El problema surge cuando nos subestimamos sin darnos cuenta de nuestra potencia y de nuestras cualidades. Esta situación nos conduce a percibir nuestra realidad de modo equivocado; y este error puede acarrearlos diversos problemas de personalidad.

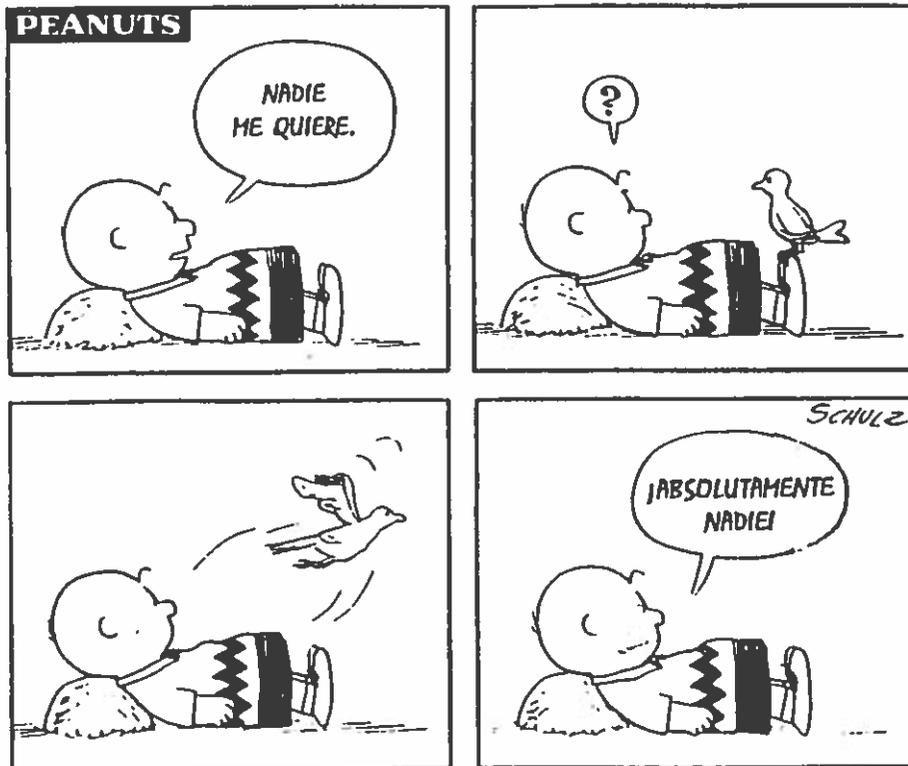
El menosprecio por uno mismo es tan común, que todos, de una forma u otra, nos sentimos identificados. Tal vez sea por eso que todos comprendemos a Charlie Brown, que representa a todos los que se consideran perdedores. ¿Pero es Charlie Brown un perdedor? ¿Aceptaríamos a un personaje de historieta que fue se incapacitado física o mentalmente, y que tuviera dificultad para desenvolverse? Sería divertido? ¿Se reiría usted de su torpeza?

No, Charlie Brown no es una persona inepta. Charlie Brown es una personalidad inepta. El se siente incompetente y, por lo tanto, se desenvuelve de esa manera; así todos lo consideramos incapaz.

---

(6) Abraham J. Twerski, ¿Cuándo empezarán a ir bien las cosas? p. 31.

Charlie Brown nos presenta el círculo vicioso de una persona que se siente negativa en todos los aspectos y, por lo tanto, se convierte en lo que él cree ser. En la figura siguiente podemos tomar mejor el mensaje.



"Las personas que se infravaloran suelen interpretar muchas situaciones a la luz de su convicción de que son ineptas, inútiles y despreciables"<sup>(7)</sup>. Cuando ocurren cosas malas resulta muy penoso. Pero eso es todo. Sin embargo, si suele menospreciarse, es probable que interprete todas las situaciones como pruebas de que usted es incompetente. Si se siente despreciable, tal vez no sólo se crea incapaz para desenvolverse en el mundo, sino también para vivir consigo mismo.

(7) Op cit. p. 33.

Las personas que se subestiman olvidan por completo las cosas que les salen bien. De hecho, lo único cercano al éxito que creen poder lograr es un fracaso de menor magnitud.

"El hombre tiene la capacidad de elegir la actitud personal ante cualquier reto, o un conjunto de circunstancias y así elegir su propio camino. Lo que el hombre llega a ser lo tiene que ser por sí mismo. Se ha llamado a la Autoestima la clave del éxito personal, porque ese "sí mismo", a veces está oculto y sumergido en la inconsciencia o en la ignorancia".(8)

Hay quienes intentan huir de la depresión que les causa su sentimiento de inferioridad introduciendo cambios en sus vidas. Cambian de empleo, se divorcian o se mudan a otra ciudad. Sin embargo, a menos que la distorsión de su imagen sea superada, es probable que continúen tan deprimidos como al principio.

Cuando ocurra algo que lo lleve a pensar mal de usted mismo deténgase y medite. ¿Estas cosas me muestran realmente a mí? Si pudiera llegar a ver todo de una manera más objetiva, notaría que muchas de las cosas que le ocurren no son en absoluto una medida de su personalidad.

En contraste con el carácter de baja autoestima condensado en Charlie Brown, Schulz creó a Lucy, otra personalidad fácilmente reconocible, la alta autoestima. Este tipo de personas suelen considerarse muy buena gente y se creen autoridades máximas en todo. Sus errores no parecen preocuparles en absoluto; y poseen un modo singular de ver hasta sus defectos como virtudes, como lo apreciamos en la siguiente figura.

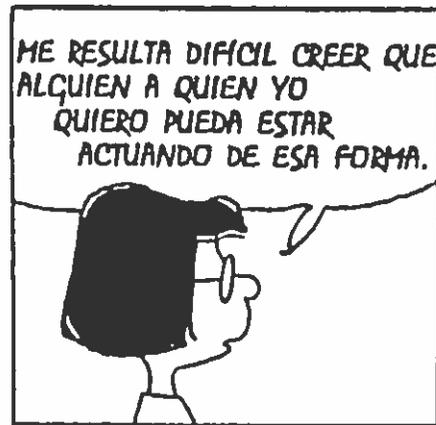


En realidad, los que actúan como si fuesen un obsequio de Dios para la humanidad son, básicamente, personas con sentimientos de inferioridad. Actúan con superioridad para defenderse de la aceptación de este sentimiento. Esto no significa que se consideren inferiores y simulen ser superiores. Ellos realmente creen en su superioridad. No están actuando. De hecho pueden ser personas excelentes, aunque no tanto como ellas creen. Sin embargo, esta firme creencia de que son superiores surge como reacción a un sentimiento implícito, y generalmente inconsciente, de que en realidad son incapaces. Su necesidad constante de criticar y menospreciar a los demás es una técnica de reforzar su autoestima.

Las personas que se sienten realmente capaces y felices internamente no necesitan agredir o criticar a los demás, y pueden aceptar las críticas y discernir acerca de ellas.

En cambio, las que actúan con superioridad en reacción a sentimientos implícitos de inferioridad, no soportan las críticas. Se inclinan por golpear. En lugar de enfrentarse a las críticas, atacan la personalidad del otro.

Algunas veces, las personas seguras de sí mismas son sorprendidas con la guardia baja, y los sentimientos implícitos - de inseguridad y el temor a no ser amadas salen a la luz. En tales ocasiones, estas personas se asemejan mucho a Charlie -- Brown, quien abriga tan pocas esperanzas de que lo amen que no le es posible aceptar el amor ni siquiera cuando se lo ofrecen, el siguiente ejemplo nos lo muestra.



Así como Charlie Brown es incapaz de aceptar una observación positiva dirigida a su persona, es posible que las personas a quienes Lucy representa no crean en los elogios que les prodiguen a pesar de su vanidad, por ejemplo.



"Los buenos amigos pueden ayudarnos a superar los sentimientos de baja autoestima mostrándonos lo que poseemos; y de hecho lo hacen. El problema reside en aprender a distinguir entre la valoración honesta de los amigos verdaderos y los comentarios casuales de los conocidos. Los intercambios sociales no siempre son de fiar".( 9 )

De los dos tipos descritos de personalidades que se subestiman, el tipo de Charlie Brown es el más aceptado. Si bien recibir afecto por lástima no es lo ideal, siempre es mejor que lo que recibe Lucy como respuesta a su agresividad, con esta ilustración señalamos mejor lo anterior.



En nuestra cultura, la amabilidad es muy apreciada y por eso creemos que debemos decirle a la gente lo que quiere oír, sin tener en cuenta si es la verdad. Ahora bien, si alguien que no lo aprecia dice algo bueno sobre usted, ese comentario puede ser tomado en cuenta, y seguramente lo hará sentirse mejor. A quien no le ha sucedido alguna vez lo siguiente:



D.-Cómo se adquiere la autoestima.

Existen tres causas principales para la falta de auto-estima. La primera es la serie de conceptos, creencias y valores derrotistas que aceptamos de nuestros padres. La segunda es el conjunto de etiquetas que recibimos en los años escolares, debido a los conceptos falsos y distorsionados de algunos adultos, a los análisis de orientación vocacional y a las mediciones de coeficiente intelectual. La tercera causa es el condicionamiento religioso negativo, que destaca los sentimientos de culpa e inadecuación. Existen muchos otros factores para la falta de auto-estima pero estos tres son los más importantes.

"El factor que contribuye con más fuerza a nuestra falta de auto-estima es la pobre auto-estima de nuestros padres, y sobre todo de nuestras madres, con las que pasamos los años más impresionables de nuestra vida. La mayoría de los adultos actúa de acuerdo con estos falsos conceptos, valores y creencias, que pasan a sus hijos a través de sus actitudes, acciones y reacciones como si se tratara de una enfermedad contagiosa"(10).

Todo comienza cuando el niño o la niña cometen un error por primera vez y le dicen que es "malo" o "mala". El niño interpreta literalmente lo que le dicen y piensa que es "malo", cuando en realidad sólo sus actos son "malos". La verdad es que no existen "niños malos". Lo único "malo" que tienen es su inconsciencia sobre qué produce los mejores resultados.

(10) Anthony Roberts. Claves para una personalidad íntegra y segura. págs. 45-46.

Obviamente, existe una serie de cosas que un niño no debe hacer, y que exigen la explicación de una disciplina razonable. Pero nada de esto hace que el niño sea "malo". Si le dicen que es "malo" lo están identificando con sus actos, en lugar de reconocer que los actos no son sino los medios que uno elige para satisfacer sus necesidades dominantes, y que en algunos casos la elección no es acertada. Si no se explica esto al niño, y éste cree que es esencialmente malo, adquirirá sentimientos de inadecuación e inferioridad que quedarán programados en su subconsciente, y que después se manifestarán como -- vergüenza, auto-censura, remordimiento y, lo que es peor, culpa.

"La autoestima pobre o negativa se refuerza con la mala costumbre de las comparaciones. Cuando los padres lo comparan a uno con el hermano, la hermana o, con alguien que no es de la familia, le refuerzan el sentimiento de inferioridad"<sup>(11)</sup>. El niño a la luz de los defectos que ha llegado a aceptar como parte de su ser, se compara con otros niños que admira, de su misma edad; cree que son más fuertes, capaces, populares y seguros: entonces lo abruma el sentimiento de inferioridad. Si los padres moderan sus críticas con frases alentadoras como: "Eres demasiado bueno para dejar que pase esto", evitan esta clase de reacciones.

Otro error de los padres consiste en no reconocer o apreciar la singularidad de sus hijos. La mayoría presta muy poca

---

(11) Op cit. p.47.

atención a los sentimientos, deseos y opiniones de sus hijos, y los rechaza con frases como "¡los niños son encantadores, -- mientras no hablan!", "¡...porque soy tu padre (o tu madre)!". Los padres toman los desacuerdos de sus hijos como una afrenta personal o como una falta de respeto.

Los analistas más eminentes concuerdan en que esta acti-- tud se debe a la falta de autoestima, que se manifiesta en la necesidad de tener siempre la razón. Estos padres piensan que sus hijos tienen un problema, pero en realidad se trata de un problema mutuo que concierne tanto a los padres como a los hi-- jos.

Un hecho perturbador es que muchos padres viven a través de las vidas de sus hijos. Deciden que sus descendientes se-- rán todo lo que ellos no fueron y quisieron ser, y lo presio-- nan demasiado. Tratan de realizar sus sueños a través de sus hijos, a costa de sus hijos. Lo que no reconocen es que sus - hijos no pueden alcanzar sus metas, irracionalmente altas, sim ple y sencillamente porque no han desarrollado -y quizá no po-- seen- la capacidad emocional, mental o física para ello.

La falta de autoestima tiene muchas manifestaciones y pro duce muchas dependencias que pueden describirse como los recur<sup>u</sup> sos y hábitos de que echamos manos para evadirnos de las res- ponsabilidades de la vida diaria.

## E. Autoconcepto

El autoconcepto es el conjunto de creencias que una persona tiene acerca de lo que es ella misma. Cada persona se forma, a lo largo de su vida, una serie de ideas o imágenes que la llevan a creer que así es. Hay personas que creen firmemente en su capacidad para ganar dinero o para vencer en la vida y también, por desgracia, existen las que se han formado un autoconcepto negativo, de manera que están convencidas de su incapacidad para triunfar o para aprender a progresar. Si una persona cree que no es apta para las matemáticas, aunque tenga cualidades para ellas será inútil.

"El manejo del autoconcepto y su variación influyen poderosamente en el cambio de conducta de una persona. Los ejemplos se pueden multiplicar en forma indefinida: Una madre que trata a su hijo como tonto y se lo repite con frecuencia, acaba por convertirlo en un verdadero tonto, aún cuando las potencialidades permanezcan en ese niño. En el momento en que cambia esa idea, poco a poco puede cambiar su conducta y su salud física"(12).

Es benéfico llegar a comprender que con una autoestima satisfactoria: se establece un equilibrio de capacidades, actitudes, circunstancias y sentimientos para una proyección de vida adquirida y reflejada en constante evolución; se halla el justo medio de realización humana trascendente, que por naturaleza el hombre tanto persigue; y se logra la conciencia de saber que se ha cumplido con el trabajo de haber llegado a la plenitud de la vida.

(12) Mauro Estrada Rodríguez. Autoestima: Clave del éxito personal. p. 31.

"El yo profundo es el sí mismo, la esencia o centro de la persona, núcleo de identidad. Es aquí -- donde la autoestima debiera residir y no en valores intermedios y periféricos que la harán débil y vulnerable. "El vivir sólo con estos valores periféricos nos lleva a la alineación, es decir al despojo que de sí misma hace la persona".(13)

En el Yo profundo están todas las capacidades del espíritu, toda la energía psíquica, los valores universales: belleza, bondad, justicia, amor, etc.; lo que el ser humano es y para lo que fue creado en potencia.

#### F.- Autoevaluarse

¿Alguna vez se ha preguntado la razón de que a pesar de todos los esfuerzos realizados para que la humanidad progrese a lo largo de tantos siglos de historia, no parece que hayamos avanzado mucho?

Ni siquiera las grandes enseñanzas religiosas, los grandes movimientos humanísticos, las grandes filosofías, han logrado eliminar o disminuir el derramamiento de sangre, la codicia y el odio, no han hecho del mundo un lugar mejor para vivir. Quizás el problema consiste en que todos se preocupan por las necesidades materiales propias y por las necesidades espirituales ajenas.

La gente tiene muchos defectos. Pero yo también soy "gente"; por lo tanto, sería mejor comenzar por corregir mis propios defectos. Si realmente intentáramos hacerlo nos encontraríamos con un trabajo que nos ocuparía todo el tiempo. Quizá -

(13) Raúl Gutiérrez Sáenz. Introducción a la Antropología Filosófica. p.51.

ni siquiera nos quedaría tiempo para buscar defectos en los demás. Es posible convertir el mundo en un sitio mejor; sólo deberíamos dirigir nuestros esfuerzos en la dirección correcta: - hacia nosotros mismos.

Es necesario decir, que no es fácil hacer un análisis, un inventario de nuestro ser, pero cuando se logra resulta efectuarse un proceso personal.

Es natural sentir miedo de descubrir los errores cometidos, esto nos puede provocar una depresión profunda. Sin embargo, la reflexión nos puede llevar a aprender de esa experiencia y servirnos para no volver a cometer los mismos errores. Aún más, nos podemos dar cuenta de que poseemos cualidades que nos singularizan de los demás y por los cuales nos reconocen como - personas únicas; pero, cuidado, podemos también cometer el error de sobre estimarnos y considerarnos seres superiores inéditos.

"Muchas personas no se valoran correctamente. Algunas tienen un concepto demasiado elevado de sí mismas. Creen ser el obsequio de Dios a la humanidad y piensan que todos deben reconocerlas y apreciarlas. Otras se consideran muy poca cosa, y tal vez no --- sean conscientes de sus habilidades y talentos"(14).

En esta imagen apreciamos un ejemplo:



(14) Abraham J. Twerski. ¿Cuándo empezarán a ir bien las cosas? p. 15.

Para conseguir una buena adaptación a la realidad es necesario tener una correcta percepción de la realidad. Los conceptos falsos sobre nosotros mismos, tanto los que nos describen como superiores como los que nos minimizan, impiden una buena adaptación.

Aunque resulte extraño, las personas que creen ser más inteligentes de lo que en realidad son, a veces, pero no siempre, cuando ocurre algo que refuta su superioridad, pueden verse sacudidas por la realidad. Pero el que está convencido de que es inferior, no alterará su auto-imagen negativa aunque tenga una prueba rotunda que indique lo contrario.

Una mujer de estas características creía sinceramente que había sido elegida para formar parte de Phi Beta Kappa (Sociedad de estudiantes con altos méritos académicos), por error. Manténgase alerta para evitar su tendencia a subestimarse. Probablemente usted sea mejor de lo que se figura.

Algunas personas inician una terapia y logran progresar. Pero así que toman conciencia de que el tratamiento alterará su conducta, abandonan la terapia por temor a los cambios.

Siempre que se intenta algo, caben dos posibilidades: el éxito o el fracaso.

Si bien el fracaso nunca es placentero, algunas derrotas resultan tolerables, y por lo tanto, estamos dispuestos a arriesgarnos.

A veces nos arriesgamos aunque estemos virtualmente seguros de que fracasaremos, siempre que exista una leve posibilidad de triunfo. El hecho de no tratar de cambiar va más allá del mero acto de desechar una oportunidad de triunfar. Puede resultar deprimente y afectar nuestra manera de desenvolvernó.

La ilustración que a continuación se presenta nos clarifica lo anterior.

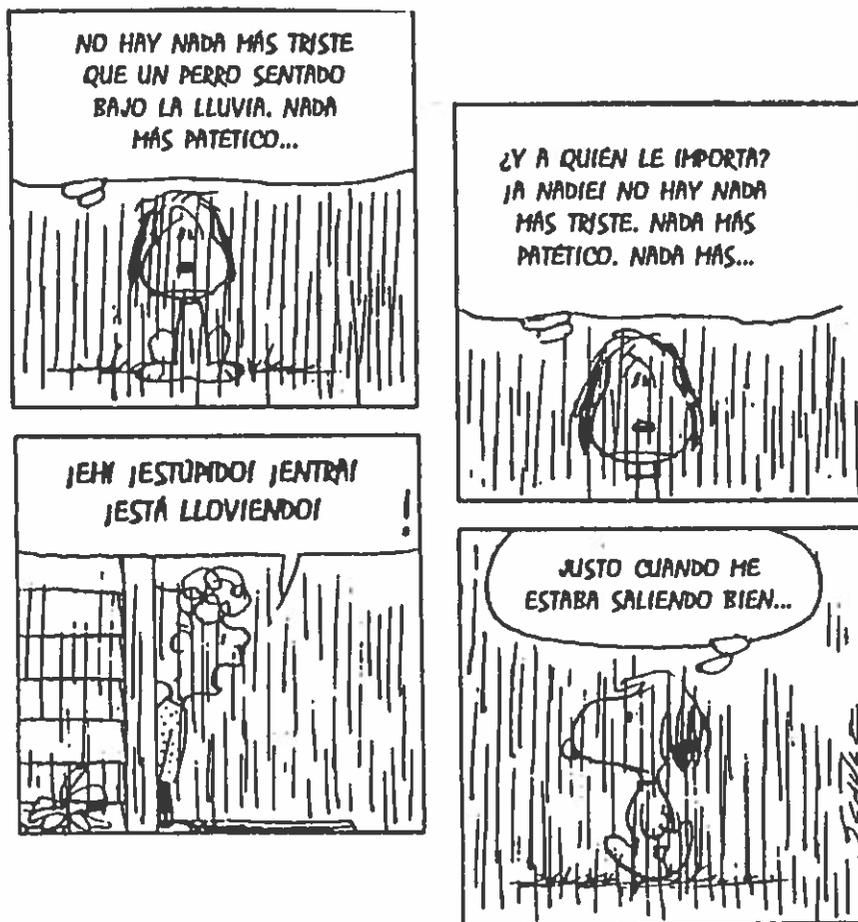


Hay quienes que si no piensan en algo, esto simplemente no existe. No se haga una falsa imagen de bienestar ignorando la realidad. Si acepta la realidad tal como es, puede optar por - cambiarla o adaptarse a ella. Pero no tendrá ninguna de las -- dos posibilidades si desconoce su existencia.

Aunque no tenemos memoria consciente de esta etapa de nuestra existencia, parece dejar una huella dentro de nosotros, ya que, cuando atravesamos circunstancias desagradables, tendemos a quedarnos en cama con la cabeza bajo las mantas y hasta acurrucados en posición fetal. Retroceder a la posición fetal significa un error básico: en realidad ya no tenemos un cordón umbilical para satisfacer nuestras necesidades vitales con el fin de sobrevivir y crecer. No huya de la realidad no da buen resultado.

La mayoría de nosotros puede recordar cómo nos autocompadecíamos en la infancia. Esta información permanece almacenada - durante años y décadas en el banco de memoria de esa computadora personal que se encuentra dentro de nuestras cabezas y es posible que asociemos estrechamente la autocompasión con la gratificación que nos produce el ser confortados. Abandonarse a la autocompasión es una actitud juvenil.

Si no se tiene confianza, puede optar por quedarse donde está y autocompadecerse. Tal vez tenga la fortuna de que algún amigo o familiar lo arrastre fuera de su desgracia. Pero no -- cuente con ello. Es mejor librarse de ella por sí mismo, el si guiente modelo aclara lo antes citado.



Algunas personas sufren reveses en la vida. Otras se quejan de que toda su vida ha significado un gran contratiempo. -- El problema es que algunas personas tienen fantasías acerca de lo que debe ser la vida, y se sienten frustradas si la realidad no está a la altura de sus fantasías.

Es muy difícil que algo las conforme. Hogar, trabajo, matrimonio, vacaciones, automóvil, hijos; nada está a la altura de sus expectativas irreales. Si siente que nunca ha sido feliz, existe una gran posibilidad de que en realidad la felicidad no le haya sido negada, sino que, por alguna razón, no sea capaz de sentirse feliz con las mismas cosas que hacen felices a los demás, veamos esta imagen.



No sea desgraciado toda su vida por sentir que sus fantasías no se han cumplido. Procure que alguien capacitado lo asesore y coloque sus expectativas en su lugar.

CAPITULO II

LA AYUDA DE LA PSICOLOGIA

**H**ay cosas en mí  
que me confunden



y otras  
que no conozco

## A.- El psicoanálisis en el desarrollo humano

"La teoría psicoanalítica precisa las nociones -- del principio del placer, tendencia a la satisfacción inmediata de las necesidades y el principio de la realidad, sumisión a las exigencias culturales. Estos dos principios rigen el funcionamiento psíquico y su balance irá determinando la formación del carácter. A lo largo de la vida, el sujeto aprende a aplazar la realización de algunos deseos y a tolerar la incertidumbre"(15 ).

En otras palabras, las pulsaciones, que designan al límite entre lo psíquico y lo somático, van hallando diversas formas de satisfacer su fin -la reducción de la tensión- y diversos objetos en los cuales deriva su impulso.

A los 5 ó 6 años de edad el interés sexual entra en estado de latencia. Las experiencias vividas han pasado a constituir al inconsciente. El niño dirige toda su atención e interés hacia actividades productivas, aprende cosas nuevas, adquiere nuevas habilidades que lo enriquecen. Deriva gran placer - en estas habilidades. Esta etapa se denomina período de latencia.

Para dar cuenta del funcionamiento psíquico, Freud cons--truyó un modelo conceptual que en una segunda formulación, establece tres instancias: el ello, el yo y el súper yo. Las características del ello, es que sus contenidos son inconscien---

---

(15) Sigmund Freud. Apuntes teóricos. p. 93-96.

tes, provienen de aquello que alguna vez fue consciente y sucumbió a la represión. Además incluye factores hereditarios.

El yo se hace cargo de las funciones que corresponden al control motor, la percepción y las demás características de la vida diurna. El yo evoluciona gradualmente en la medida que el niño adquiere mayor dominio sobre sí mismo y el mundo.

El super yo comprende los preceptos morales de la cultura propia, así como las aspiraciones e ideales sociales. En este sentido, es de suma importancia la influencia que ejercen los padres, maestros, tradiciones familiares y populares así como las demandas del medio sociocultural, elementos a partir de los cuales se forma esta instancia psíquica.

"Siento como si flotara en la corriente de la vida, temerariamente y siendo yo mismo. A veces me siento derrotado, otras herido, pero estoy aprendiendo que esas experiencias no son fatales. No sé exactamente quien soy, pero puedo percibir mis reacciones en cualquier momento y, al parecer, -- ellas son en cada caso una base excelente para mi conducta. Quizás esto sea lo que significa ser -- yo" (16 ).

El docente debe valorizar al niño como un ser emocional-afectivo y evitar que se etiquete como "niño problema", que en forma consciente manifestará "conductas no adecuadas". El niño es producto de la dinámica entre su vida psíquica y el mundo externo, es decir las vivencias de su familia, la relación con sus padres, hermanos y educadores, esencialmente.

La educación primaria no puede perder de vista su carácter individualizado. Las particularidades de cada educando --

---

(16) Carl R. Rogers. El proceso de convertirse en persona . p. 71.

son indicadores para que el docente encauce los anhelos e intereses particulares, sin detrimento de la colectividad. En la vida anímica del individuo el otro cuenta como modelo, como objeto de amor, como auxiliar y como enemigo. El trabajo educativo consiste entonces, en propiciar la formación afectiva de cada individuo, a partir de la inclusión de lo particular en - lo colectivo y del reconocimiento de los efectos de lo colectivo sobre lo particular.

Lo expuesto , pone en evidencia la importancia de la educación en los primeros años de vida. En una educación excesivamente severa, o demasiado permisiva, se encuentra el origen de muchos trastornos psicológicos.

Es de utilidad para el docente, saber que las aportaciones de la teoría psicoanalítica le proporcionan un doble beneficio; por una parte, tener en cuenta que las experiencias infantiles son relevantes en la formación de los individuos, y - por otra parte, reconocer el motivo por el cual su papel con - los niños tiene importancia. Así cada educador podrá meditar respecto al porqué de su elección profesional y a su actitud como docente.

El papel de la escuela, no consiste en enseñar muchas cosas a los niños, sino en darles seguridad a partir de un trato firme, basado en un real interés y preocupación por su deve---nir.

"La seguridad se adquiere en tanto uno se siente amado"<sup>(17)</sup>

---

(17) Ibid

## B.- El psicoanálisis y la escuela.

"Si los padres pudieran querer antes a la maestra y alegrarse de confiarle a su hijo se daría un -- gran paso en la adopción de esta nueva madre por - el niño. Si estuvieran convencidos de que la entra da a la escuela es una gran suerte para su niño o niña, se habría dado otro gran paso. El niño que confía en sus padres se entregaría muy pronto a su nuevo medio, a su nueva madre en primer lugar. -- Puede suponerse que estas condiciones no siempre - se realizan. Supongamos ahora que se realizan; el niño transferirá rápidamente a su maestra el afecto que siente por su madre, idealizándola todavía más. Hará gustosamente lo que ella le proponga, le pida o le imponga, siempre que esto responda a una necesidad o a una posibilidad (¿que no hará un niño por alguien a quien quiere y a quien admira?). Aceptará también las renunciaciones que ella le imponga, siempre por amor. Esto es el cebo afectivo, fa miliar si puede decirse, indispensable"(18).

Para el trabajo de educación y de instrucción en la escuela. Se comprende que pueda ser anulado, sea porque el nuevo educador no sea capaz de favorecer la transferencia de los sentimientos de amor de los padres en él, o no sepa favorecerla, o incluso que no vea la importancia de ello, sea porque el niño transfiera en él más sentimientos hostiles que afecto. --- Pues la maestra no hereda siempre, de la relación padres-hi---jos, los sentimientos positivos que necesita para que la colaboración con el niño pueda desarrollarse de modo armonioso y fructífero.

Hay maestros en los que un chico rebelado encuentra finalmente un padre mejor, y chicas incomprendidas que descubren -- por fin en su maestra la madre ideal con la que soñaban. Esta

---

(18) G. Richard. "Psicoanálisis y educación" Cuadernos de Pedagogía U.P.N. págs. 101-102.

situación afectiva favorece ciertamente la educación y el trabajo escolar. No es, sin embargo la más deseable, incluso desde el punto de vista escolar. Pues si el maestro es por ello demasiado idealizado pueden producirse graves decepciones cuando el niño descubre sus defectos y se siente decepcionado en su admiración.

El maestro no es el único ser con que el niño entra en relación afectiva en la escuela. Sus pequeños camaradas son un elemento importante en su nueva vida. Como que son de maneras de ser muy diferentes, se forman simpatías y antipatías naturales, que podrían ser llamadas objetivas, porque dependen de las cualidades y de los defectos reales de estos niños. Se trata de una cuestión de psicología consciente.

Al lado de estas simpatías y antipatías naturales, existen también simpatías y antipatías de concurrencia, o de rivalidad, por lo menos en las escuelas en que el espíritu de rivalidad es cultivado por la actitud del maestro, o simplemente por un sistema de apreciación o de rangos que compara a los alumnos entre sí.

Esta cuestión de la comparación entre alumnos puede muy bien considerarse únicamente desde el punto de vista de la psicología consciente. Si se reflexiona acerca de las ventajas e inconvenientes psicológicos de estas comparaciones, se observan muy pronto los defectos: la comparación entre dos seres constituidos diferentemente, favorecidos o desfavorecidos por la vida familiar, aparecerá muy pronto como injusta; desde este momento la estimulación que se desprende de la comparación

aparece como algo poco sano moralmente; recompensar con un --- buen sitio a un niño que está mejor dotado o que se limita e-- esencialmente a aprender bien, es de nuevo una injusticia. --- Mientras que la comparación del alumno consigo mismo para to-- mar conciencia de su valía en tal o cual campo, y de los pro-- gresos realizados o no, es equitativo y puede ser un estimulante de buena ley. Hay que recordar que muchas convicciones de inferioridad, de no valer, provienen de la idea inconsciente de no ser amado, o de ser menos amado que otro; en aquellos ca--- sos, pues, no se atacarán las ideas de inferioridad, por lo menos mediante el razonamiento (se intentará más bien llevar al alumno a éxitos que lo revaloricen a sus propios ojos), sino - el problema afectivo, que es primeramente un problema familiar antes que convertirse en problema escolar y social.

El maestro no puede ignorar a la familia. Al contrario, -- tendría que conocer la de cada uno de sus alumnos. Y esto no es tal vez difícil como parece a primera vista; una buena preparación psicológica permite a menudo intuiciones rápidas con sólo ver un interior o hablando un momento con los padres. La solución de muchos problemas escolares está en el conocimiento de las relaciones afectivas familiares, incluso cuando no hay dramas ni situaciones visiblemente malsanas.

### C.- El psicoanálisis en las relaciones familiares

En los comienzos de sus trabajos sobre el análisis conciliatorio Berne, observó que "si miramos y escuchamos a las personas las veremos cambiar ante nuestros ojos. Se trata de una

especie de cambio total. Se producen cambios simultáneos de la expresión facial, del vocabulario, de los gestos, de la postura y de las funciones corporales, que pueden arrebolan el rostro, acelerar los latidos del corazón o agitar la respiración" (19).

El individuo que sufre estos cambios sigue siendo la misma persona en cuanto a estructura ósea, piel y atuendo. Así pues, ¿qué es lo que cambia en su interior? Y, en su cambio, ¿de qué a qué pasa?.

Berne en sus primeros trabajos de creación del análisis conciliatorio mediante la observación continua ha apoyado el supuesto de que existen tres estados en todas las personas. Es como si en cada persona existiera la misma criatura que ésta fue cuando tenía tres años. También hay en ella sus propios padres, en forma de grabaciones en el cerebro, de auténticas experiencias de acontecimientos interiores y externos, los más importantes de los cuales se produjeron durante los primeros cinco años de vida. Hay un tercer estado, diferente a esos dos. A los dos primeros los llamamos el Padre y el Niño y al tercero el Adulto, es decir el P.A.N. Estos estados del ser no son papeles sino realidades psicológicas. El Padre, el Adulto y el Niño no son conceptos como el Súper yo, el Yo y el Ello, sino realidades fenomenológicas. El estado es producido por la reproducción de datos registrados de acontecimientos --

---

(19) Thomas A. Harris. Yo estoy bien, tú estas bien. p. 45.

del pasado, que se refieren a personas reales, tiempos reales, lugares reales, decisiones reales y sentimientos no menos reales.

El Padre. Está constituido por una enorme colección de grabaciones en el cerebro de acontecimientos indiscutidos o impuestos, de tipo externo, percibidos por una persona en los -- primeros años de su vida, período que podemos fijar de manera aproximada en los cinco primeros años de su vida. Este es el período anterior al nacimiento social del individuo, antes de -- que abandone el hogar e ingrese en la escuela, en respuesta a las exigencias de la sociedad. El nombre de Padre resulta sumamente adecuado para describir esos datos por cuanto las grabaciones más importantes son las proporcionadas por el ejemplo y las decisiones de los verdaderos padres del niño o de sus -- sustitutos. Todo lo que el niño ve hacer a sus padres y todo lo que les oye decir se graba en el Padre. Y todo el mundo -- tiene su propio Padre, puesto que todo el mundo ha experimentado estímulos externos en los primeros cinco años de su vida. El Padre es específico para cada persona, puesto que es la grabación de un juego de primeras experiencias, únicas para él.

En el Padre se graban toda clase de advertencias, normas y leyes que el niño oyó brotar de labios de sus padres o pudo advertir en su manera de obrar. Reglas interpretadas sin palabras (implícitas) y reglas verbales (explícitas), se graban -- los "no hagas eso", el terror del abandono, los arrullos de placer y las miradas de orgullo, se graban como verdades emanadas de la fuente de toda seguridad. Es una grabación permanente.

Nadie puede borrarla. Y está a punto para ser reproducida durante toda la vida. La grabación de las órdenes de los padres es una ayuda indispensable para la supervivencia, tanto en el sentido físico como el social.

Otra característica del Padre es la fidelidad de las grabaciones de las faltas de consistencia; esto es, los padres dicen "no mientas" pero ellos mienten, proclaman su adhesión a una ética religiosa pero no viven de acuerdo a ella, entonces al niño le resulta intranquilizador discutir esa falta de consistencia, y ello le confunde y atemoriza y se defiende desconectando la grabadora.

Si pensamos que millares de esas simples normas prácticas se hallan grabadas en el cerebro de todas las personas, empecemos a comprender la vastedad y el alcance de los datos incluidos en el Padre que hay en nosotros. Muchos de esos edictos se hallan apoyados y reforzados mediante imperativos adicionales como "nunca". "siempre", y "no olvides jamás qué", y cabe sospechar que predominan en ciertas conexiones funcionales primarias de neuronas que proporcionan los datos necesarios para nuestras transacciones actuales. Esas reglas se hallan en el origen de las compulsiones, las rarezas y las excentricidades que aparecen en el comportamiento ulterior. Los datos del Padre serán una carga o un beneficio según resulten apropiados para el presente o no, o según hayan sido superados o no por el Adulto.

El Niño. Al mismo tiempo que los acontecimientos externos se graban para constituir el conjunto de datos que llama--

mos Padre, se produce simultáneamente otra grabación. Es la grabación de los acontecimientos internos, las respuestas del niño ante lo que ve y oye.

Este conjunto de datos "vistos, oídos, sentidos y comprenidos" es lo que definimos como el Niño.

Dado que el pequeño no posee vocabulario durante sus primeras experiencias, las más críticas, la mayoría de sus reacciones son sentimientos. Debemos tener presente su situación en esos primeros años. Es pequeño, es dependiente, es inepto, es torpe, no tiene palabras con las cuales construir significados. Emerson dice que "debemos aprender a estimar una mala mirada". El niño es incapaz de hacerlo. Una mala mirada dirigida hacia él sólo puede producir sentimientos que aumentan su reservorio de datos negativos acerca de sí mismo. Es culpa mía. Otra vez. Siempre lo es. Siempre será así. Eternamente.

Durante esta época de indefensión existe un número infinito de exigencias totales e inflexibles que pesan sobre el niño. Por una parte, siente una serie de necesidades imperativas (grabaciones genéticas), como la de vaciar sus intestinos a su capricho, la de explorar, la de saber, la de aplastar y de golpear para que algo suene, la de expresar sentimientos y la de experimentar todas las sensaciones placenteras asociadas con el movimiento y el descubrimiento. Por otra parte existe la exigencia constante de lo que lo rodea, especialmente los padres, para que renuncie a esas satisfacciones básicas a cambio de la recompensa de la aprobación paterna. Esta aproba---

ción , que puede desaparecer con la misma rapidez con que aparece, constituye un misterio insondable para el niño, quien todavía no ha establecido una relación segura entre causa y efecto.

El principal producto secundario del proceso frustrador y civilizador son los sentimientos negativos. Basándose en esos sentimientos, el niño llega muy pronto a la siguiente conclusión: "No estoy bien, no soy como se debe ser". Llamamos a esta autovaloración general el estar mal o el Niño que está mal. Esta conclusión y la experiencia continuada de sentimientos de infelicidad que conducen a ella y la confirman, se graban de manera permanente en el cerebro y es imposible borrarlas. Esta grabación permanente es el residuo de haber sido un niño. Es la situación de infancia y no la intención de los padres lo que crea el problema.

Cuando los hijos de "buenos" padres llevan sobre sus hombros el peso de estar mal, cabe empezar a imaginar cuál debe ser la carga que llevan sobre sí los hijos cuyos padres son -- culpables de graves negligencias, de abusos y de crueldad.

Como en el caso del Padre, el Niño es un estado al cual puede verse transferida una persona casi en cualquier momento de sus transacciones corrientes y actuales. A menudo podemos encontrarnos en situaciones en las cuales nos vemos ante alternativas imposibles, en que nos sentimos acorralados, aunque -- tal vez no lo estemos realmente. Estas situaciones suscitan -- en nosotros la aparición del Niño y provocan una reproducción de los sentimientos originales de frustración, de abandono, o

de rechazo, y vivimos de nuevo una versión actual de la depresión primaria del niño. Así pues, cuando una persona se halla presa de sus sentimientos, decimos que su Niño domina la escena. Cuando su ira predomina por encima de su razón, decimos - que el Niño ha tomado el mando.

No todo es tan negro, sin embargo. También hay en el Niño un vasto depósito de datos positivos. En el Niño residen la creatividad, la curiosidad, el deseo de explorar y de conocer, la necesidad de tocar, sentir, experimentar, y las grabaciones de los sentimientos exaltados, prístinos, suscitados -- por los primeros descubrimientos. En el Niño se hallan grabadas las innúmeras primeras experiencias agradables que se producen en la vida de todo ser: la primera vez que se acaricia - al suave gatito, la primera vez que se aferra en la posición - adecuada el pezón materno, la primera vez que las luces se encienden cuando hace girar el interruptor, la primera pesca submarina del jabón, y la constante repetición de tan deleitosas experiencias, una y otra vez. También estos sentimientos placenteros se graban en el niño. Juntamente con todas las grabaciones del no estar bien, hay un contrapunto, el estar bien. - Sin embargo, nuestras observaciones efectuadas sobre los niños y sobre nosotros mismos, los adultos, nos han convencido de -- que los sentimientos de estar mal superan en mucho a los de estar bien. Por eso creemos estar en lo cierto al afirmar que - todo el mundo lleva en sí un Niño que está mal.

En cuanto a ulteriores grabaciones en el Niño, se hace di fícil imaginar alguna nueva emoción que no haya sido experimenta

tada ya en su forma más intensa por el niño antes de alcanzar los cinco años de edad. Las teorías psicoanalíticas así lo -- sostienen.

El Adulto. Hacia los diez meses de edad empieza a ocu--- rrirle al niño algo notable. Hasta aquel momento su vida ha - consistido en reacciones irreflexibles e inevitables a las de- mandas y los estímulos esgrimidos por los que lo rodean. El pequeño ser tiene un Padre y un Niño. Lo que no ha poseído -- hasta entonces ha sido la capacidad para elegir sus respuestas o para manejar lo que le rodea. No podía dirigirse a sí mismo ni salir al encuentro de la vida. Debía limitarse simplemente a tomar lo que se le daba.

A los diez meses, en cambio, empieza a experimentar el po-- der de la locomoción. Puede manejar objetos y empieza a tras- ladarse, liberándose de la prisión de la inmovilidad. Ciertamente que ya antes, hacia los ocho meses, el niño puede llorar a me- nudo y pedir ayuda para salir de una situación apurada, pero - es incapaz de salir de ella por sí mismo. A los diez meses se concentra en la inspección y la exploración de los juguetes. - Según los estudios realizados por Gesell e Igl, el niño de --- diez meses se divierte jugando con una taza y finge beber, se - lleva objetos a la boca y los muerde. Goza de su burda actividad motora.

El niño de diez meses ha descubierto que es capaz de ha- cer algo que brota de su propia conciencia y de su pensamiento original. Esta autorrealización es el principio del Adulto. - Los datos del Adulto se acumulan como resultado de la capaci--

dad del niño para descubrir por sí mismo, en la vida, lo que difiere del "concepto enseñado" de la vida, propio del Padre que hay en él, y del "concepto sentido" de la vida, propio del Niño. El adulto elabora un "concepto pensado" de la vida basado en el acopio y ordenación de datos.

La motricidad que da nacimiento al Adulto pasa a convertirse en un elemento tranquilizador en la vida posterior, cuando una persona se siente turbada y sale a dar una vuelta para "despejarse". Pasear arriba y abajo, se considera asimismo como una manera de aliviar la ansiedad. Existe una grabación en la mente que nos dice que el movimiento es algo bueno, algo que posee una cualidad aisladora, algo que nos ayuda a ver con más claridad los problemas. En la mayoría de las personas, el Adulto, a pesar de todos los obstáculos que se interponen en su cambio, sobrevive y continúa funcionando con eficacia progresiva a medida que avanza el proceso de maduración.

El Adulto se ocupa principalmente de transformar los estímulos en elementos de información, y de ordenar y archivar esta información basándose en la experiencia adquirida. Difiere en esto del Padre, que es dictaminante de manera imitativa y quiere imponer conjuntos de normas tomadas a préstamo, y del Niño, que tiende a reaccionar más abruptamente sobre la base del pensamiento prelógico y de percepciones escasamente diferenciadas o distorsionadas. A través del Adulto el niño puede empezar a distinguir las diferencias entre la vida tal como le fue mostrada y enseñada (Padre), la vida tal como la sentía, o la deseaba, o la imaginaba (Niño), y la vida tal como la ve por -

sí mismo (Adulto).

El Adulto es una calculadora, una calculadora de datos, - que elabora decisiones después de ordenar la información recibida de tres fuentes: el Padre, el Niño y los actos que el Adulto ha reunido y está reuniendo.

Una de las funciones más importantes del Adulto consiste en examinar los datos del Padre, averiguar si son o no ciertos y si conservan actualmente su validez, y aceptarlos finalmente o rechazarlos; y en someter a examen al Niño para comprobar si sus sentimientos son o no adecuados al presente o si son arcaicos y son una reacción o respuesta ante los datos arcaicos del Padre. El objetivo no consiste en prescindir del Padre y del Niño, sino en ser libre para examinar esos conjuntos de datos. El adulto, como dice Emerson, "no debe ser obstaculizado por el nombre de la bondad, sino que debe examinar si es bondad realmente", o maldad para el caso, como en la decisión original: "Estoy mal".

La revisión de los datos del Padre por parte del Adulto -- puede empezar a una edad muy precoz. Si las directrices de -- los padres se apoyan en la realidad, el niño, a través de su -- propio Adulto, llegará a experimentar un sentimiento de inte-- gridad, de totalidad, lo que ha sometido a prueba resiste la -- prueba . Los datos que acopia en su experimentación y su exa-- men empiezan a constituir unas "constantes" en las cuales pue-- den confiar. De la misma manera pone al día los datos del niño para determinar qué sentimientos pueden expresarse sin peligro. El adulto mantiene la expresión emocional dentro de los lími-- tes adecuados.

Otra de las funciones del Adulto es el cálculo de probabilidades. Función que se desarrolla muy lentamente en el niño pequeño y constituye una ardua tarea durante toda la vida. La capacidad para el cálculo de probabilidades puede aumentarse - mediante un esfuerzo consciente, como los músculos del cuerpo, el Adulto crece y aumenta su eficiencia mediante el adiestramiento y el uso. Las fronteras entre el Padre, el Adulto y el Niño son frágiles, a veces borrosas, y vulnerables ante las señales que tienden a crear de nuevo situaciones que ya experimentamos en los días de nuestra infancia desvalida y dependiente. La tarea normal del Adulto consiste, pues, en comprobar -- los viejos datos, confirmarlos o invalidarlos, y archivarlos - de nuevo para su futuro empleo. Si esta tarea se desarrolla - sin obstáculos y hay una relativa ausencia de conflictos entre lo que ha sido enseñado y lo real, la calculadora puede consagrarse a una nueva e importante tarea: la creatividad. La --- creatividad tiene su origen en la curiosidad del Niño, como ocurre con el Adulto. El niño aporta el "deseo de" y el Adulto el "cómo hacerlo". Para la creatividad es esencial que la calculadora tenga tiempo. Si la calculadora se halla ocupada con viejos asuntos le queda poco tiempo para dedicarse a cosas nuevas. "El individuo más creador es el que descubre que gran -- parte del contenido del padre se ajusta a la realidad"<sup>(20)</sup>.

---

(20) Thomas A. Harris. Yo estoy bien, tu estas bien. p. 71.

D.- La auto-aceptación.

"Es aconsejable inculcar en el niño desde su tierna edad lo importante que él es como ser humano; -guiarlo a que comprenda que posee todo lo necesario para que pueda triunfar en la vida, y que su -compromiso con su familia, la sociedad y sobre todo con él mismo consiste en utilizar todos esos re cursos con que fue dotado y que nunca debe dudar -de su potencial, aun cuando sus padres o cualquier otra persona lo llame tonto e inútil por cualquier error que cometa en su camino, él tiene la capaci--dad suficiente para poder salir adelante y que --cuando menos lo espere estará en el camino correcto hacia el éxito"(21).

Otro factor esencial para adquirir seguridad, en nosotros mismos es el reconocimiento de nuestro propio valor como personas. Prácticamente todos nuestros problemas son el resultado -directo de lo que sentimos por nosotros. Se ha demostrado que NADIE ES MEJOR QUE SU AUTOESTIMA; esto, es, en cómo se siente -en relación con los demás, basándose en su auto-aceptación. Es tos sentimientos son inconscientes y han sido programados en el subconsciente desde la infancia.

→ La autoestima positiva no es la aceptación intelectual del talento que uno tiene o de sus logros; es la aceptación de uno mismo. Lograr estimarnos a nosotros mismos no significa que --nos dediquemos a halagar nuestro ego; ni que nos enamoremos e--goístamente de nosotros mismos. Es simplemente, darnos cuenta de que somos personas únicas y valiosas, y de que no tenemos ne cesidad de impresionar a los demás con grandes hazañas ni posi--ciones materiales. De hecho, quien fanfarronea y presume cons-

(21) Luis Castañeda Martínez. El niño triunfador. p. 4.

tantemente posee uno de los síntomas clásicos de una auto-estima negativa.

**E.- La necesidad de una actitud mental positiva.**

"Todos los triunfadores tienen una actitud mental positiva (AMP). La AMP es una manera de pensar que permite a las personas resolver cualquier tipo de problema en la vida con menos esfuerzo. Quien tiene AMP puede lograr casi cualquier cosa, porque -- cree ciegamente en hacer realidad cuanto se propone. No existen obstáculos que no pueda vencer; --- siempre ve la vida con optimismo y ayuda a otros - a triunfar"(22 ).

La actitud mental positiva es más valiosa que el oro, porque una persona con AMP puede transformar en oro todo lo que toca, ya que es capaz de hacer cosas que le puedan proporcionar - esa riqueza interior que estimula y engrandece la calidad humana generada de una autoestima cultivada desde temprana edad.

La actitud mental positiva se basa en el siguiente lema: - Lo que la mente del hombre pueda concebir y creer la mente puede realizar. Si se cree firmemente en esta frase se está dando el primer paso para adquirir AMP.

La AMP es contagiosa, todos queremos imitar a las personas optimistas y entusiastas porque uno se siente bien cuando está con ellas, quiere ser como ellas y ser partícipe de esa energía que atrae como un imán. Si en verdad se quiere triunfar en la vida hay que poner en práctica la AMP y en la medida que ésta - se vaya desarrollando tendremos a nuestro alcance como educadores mayores posibilidades de propiciar una autoestimación y autoconocimiento en los pequeños.

CAPITULO III  
LA IMPORTANCIA DE LA AXIOLOGIA

Tengo herramientas  
para sobrevivir



## A.- Los principios y los valores

¿Sabes qué son los valores y los principios?: Son reglas que ayudan a las personas a tener una vida recta y feliz.

"Una persona con principios y valores siempre trata de guiarse por ellos cuando toma decisiones importantes. Si lo hace de este modo podrá estar seguro que está actuando en la forma correcta"<sup>(23)</sup>.

A pesar de su corta edad, un niño, es necesario que comience a formar sus valores y principios, ello le permitirá empezar a actuar como persona de éxito.

A temprana edad algunos de los valores y principios fundamentales pueden ser: no mentir, no robar, no emplear palabras soeces, obedecer a los mayores, tener buena conducta, no criticar y no perder el tiempo inútilmente.

Con el paso de los años se adquieren otros valores y principios que serán adecuados a la edad y responsabilidades. Sin embargo, se sugiere se empiece a aplicar desde ahora los que ya están definidos. Usarlos como guía para una vida sana, puede comprobar que nunca abandonan el largo camino hacia el éxito.

Los filósofos y teólogos han escrito abundantemente acerca

---

(23) Luis Castañeda Martínez. El niño triunfador p. 68.

del sentido de la vida. Los racionalistas han buscado encontrar el sentido de la vida basados en la razón pura sin valerse de un poder sobrenatural. Los trascendentalistas sólo han hallado sentido invocando un ser ajeno al mundo conocido.

Para muchas personas, el significado de la vida no tiene relación con esto. Ellas operan a un nivel en el cual la privación de sus necesidades y deseos hace que la vida carezca de sentido, y todo el sentido de su búsqueda yace en la satisfacción de sus deseos.

Todos somos libres de atribuir a cualquier concepto el significado que deseamos. Sin embargo, sería positivo no engañarnos. Si lo que realmente se desea es estar satisfecho físicamente, no hay que simular interesarse por ideas más elevadas. Los conceptos que tienen algunas personas de significado y propósito, no se extiende más allá de sus estómagos.

La mayoría de los defensores sinceros tienen posiciones que apoyar. No hacen mucho alboroto. Cuando se cuenta con una buena razón y evidencia para defender alguna posición, no es necesario gritar. Las personas responsables, en general, también defienden temas que conocen. Los charlatanes inician una pelea por cualquier motivo.

"El viejo principio moral que permite más libertad al hombre que a la mujer, ha existido desde tiempo inmemorial. Los códigos éticos más antiguos nos advierten acerca del conflicto de interés, ya que nuestro interés personal está en juego, nuestro juicio puede sufrir una transformación drástica"(24)

---

(24) Abraham J. Twerski. ¿Cuándo empezarán a ir bien las cosas? p. 119.

Desafortunadamente, el beneficio personal no sólo afecta - nuestros juicios sino que puede hacerlo de tal manera que impida reconocer que estamos actuando por nuestro propio interés y no por el interés de la verdad y la justicia.

Debemos poseer la fortaleza suficiente para expresar nuestras opiniones, el secreto resulta fuera de lugar, ya que si no se posee dicha fortaleza para sostenerse en pie, será que nuestras convicciones no son muy fuertes.

Las personas que se subestiman carecen de confianza en sus propias convicciones, no es el caso de llegar a ser un obstinado pero al menos debemos tener un poco más de fe en nuestras opiniones y respetarlas como toda persona que tiene derecho a opinar sobre cualquier otra opinión.

"Para que las personas puedan convivir, deben existir pautas fidedignas sobre el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto; y estas normas deben servir para los ricos y los pobres por igual"<sup>(25)</sup>.

Cuando una sociedad comienza a aplicar un grupo de reglas a algunos de sus integrantes y otro grupo a otros, su sistema de justicia se quiebra. Al igual que cuando se quiere dominar a otros o sacar provecho de los demás, se encuentra uno con problemas de conciencia. Tal vez nos atormente nuestro propio sentido de la decencia o nos enfrentemos con aquellos que se oponen a nuestra conducta. El caso es que una cosa es realmente cierta se debe tener una clara concepción de lo que es un valor.

(25) Op. cit. p. 125.

puesto que cada día se toman decisiones morales, sociales, a--  
fectivas, familiares, laborales, etc.

La realidad es el instrumento más importante en nuestro --  
tratamiento, es la herramienta con la cual construimos un sistema  
ético válido. No somos razonables, sin embargo si damos por  
supuesto que la única realidad acerca del hombre es la que se -  
halla contenida en nuestra experiencia personal o en nuestra --  
comprensión; la realidad, para unas personas es más amplia que  
otras, porque han visto más cosas, han vivido más, han leído --  
más, tienen más experiencia y han reflexionado más, o simplemente  
su realidad es diferente a la de otros.

Una de esas realidades es la necesidad de un sistema de va  
lores morales y la existencia de ese sistema.

Muchos científicos de la Psicología consideran el estable-  
cimiento de juicios morales como una desviación abominable del  
método científico, de la que hay que prescindir a toda costa: -  
"Eso es un juicio de valor por tanto, no se puede examinar. --  
Eso entra en el dominio de las creencias, por tanto, no podemos  
reunir datos plausibles" ( 26). Nathaniel Branden dice: "El punto  
central de la ciencia de la Psicología es la cuestión o proble-  
ma de la motivación". La clave de la motivación reside en el -  
reino de los valores. La psicoterapia eficaz requiere de un có  
digo de ética consciente, racional, científico; un sistema de -  
valores basado en los hechos de la realidad y adaptados a las -  
necesidades de la vida del hombre en la tierra.

---

(26) Thomas A. Harris. Yo estoy bien. tú estas bien. p. 327.

Aun los existencialistas como Sartre, que rechazan la idea de que existe un orden moral objetivo deben detenerse a considerar las dificultades que extraña ese rechazo. El hombre debe aceptar la responsabilidad de todos sus actos, no sólo ante sí, sino ante todos los hombres. Si no existe una moral universal, resulta imposible afirmar que tal o cual acto de conducta humana sea valorado éticamente.

Por otro camino encontramos a la religión que ha sido analizada por diversos puntos de vista como el que la define de -- dogmática, con ideas y conceptos buenos y juiciosos, aunque el dogma sea considerado malo en sí mismo porque se le acepta como bueno sin ser examinado, nos atrevemos a decir que quienes piensan así pueden estar en un error porque no han considerado el valor de los actos de fe como la certeza plena y conciente de la instrucción y práctica del bien común. La iglesia facilita un lugar donde pueda acudir la gente a oír la verdad y ponerla en función. "La verdad es un conjunto de datos de lo que observamos que es cierto"<sup>(27)</sup>.

Considerando el punto de vista religioso el concepto de valor "es lo que le damos a las personas y a las cosas por el beneficio, afecto o satisfacción que de ella obtenemos en favor del bien común".

La palabra valor tiene diversos significados como: juicio, aprecio, estimación, virtud; y también significa valentía, arrojo, osadía.

---

(27) Op. cit. p. 349.

Max Schler dijo: "los valores no se inventan ni se acuñan, son simplemente descubiertos; van apareciendo con el proceso de la cultura"<sup>(28)</sup>.

La capacidad moral del ser humano lo lleva a buscar y elegir el bien integral que lo lleva ser mejor persona en su totalidad y no en un solo aspecto.

Valor es, pues, todo lo que ayuda al hombre a crecer y a "ser más" como persona orientándolo en una vida más auténticamente humana.

El antivalor es aquello que de alguna manera destruye a la persona o la hace menos en su calidad de ser humano.

Al hablar en el campo de la moral, como la capacidad natural e innata del hombre para juzgar algunas cosas como buenas o positivas y otras como malas o negativas, la moral nos ayuda a interpretar unas cosas como valores y otras como antivalores.

Familia y Maestros formadores de los valores en el individuo no son suficientes para transmitir dichos valores en una actual sociedad que parece de muy poco le sirve el tener prodigiosos inventos, descubrimientos y progresos cuando no ha aprendido a ser realmente más humano, más persona, tal parece que se ha olvidado de lo moral.

Desde el campo social también tenemos un concepto de valor: "es el aprecio que le damos a las personas como seres úni-

---

(28) Apuntes sobre Paternidad Responsable.

cos que piensan, sienten y actúan en forma particular y diferente en favor del bien y de la vida".

Todos tenemos un concepto de nuestra persona, éste casi -- siempre es agradable, positivo y aunque nos juzgamos con benevolencia sabemos con precisión lo que pretendemos con cada acción y que tenemos un impulso natural que nos orienta hacia un mejoramiento progresivo y aunque esta idea no corresponde a la realidad nos ayuda a entender los motivantes de nuestro comportamiento. Los que nos conocen nos ven de manera distinta y esta imagen tampoco reproduce fielmente lo que realmente somos y --- cuando por alguna circunstancia sabemos lo que opinan de nosotros y lo comparamos con nuestra opinión entonces, podemos acercarnos a una idea más coherente y significativa de nuestra personalidad. Así nosotros somos y proyectamos nuestros valores. "Nuestra autoimagen y lo que los demás perciben son valores ---- transformados en comportamientos y actitudes que indican lo que pensamos , sentimos y creemos" (29 ) .

Todo lo que proyectamos nos coloca en la posición de ser -- aceptados o rechazados por las demás personas en razón de las -- semejanzas y diferencias que pueden captar y que consideren como atractivas o indeseables, según sea en cada caso, ya que lo que a alguien le parezca interesante y motivador, conveniente y grato, a otro le puede producir aversión o antipatía.

Los valores considerados como universales son: el amor, la --

---

(29) José P. Berrum de Labra. Educación Cívica. 6o. Grado. p. 40.

belleza, la bondad, la honradez, la justicia, la libertad, la -  
verdad y la paz. Ahora bien, aunque son valores que se consider  
ran absolutos, los conceptos de los mismos pueden variar de a--  
cuerdo a la época y el lugar, convirtiéndose en valores relati-  
vos.

La adquisición de un valor es un proceso evolutivo que tien  
e como base a la autoestima, luego se forma una escala de valor  
es que resulta en la aplicación de los mismos y posteriormente  
son comunicados y transmitidos estos valores.

Una jerarquía de valores la podemos considerar de acuerdo  
al desarrollo humano como nos indica la siguiente tabla:

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| - Por ser animal.   | - Valor físico.                       |
| - Por ser racional.   | - Valor intelectual.                  |
| - Por ser generador de amor.  | - Valor afectivo.                     |
| - Con un anhelo y capacidad de dar<br>sentido a la existencia de su vi<br>da.                                       | - Valor trascendental.<br>espiritual. |
| - Con voluntad libre que le permi-<br>ta elegir un bien para la reali-<br>zación de su propia misión en la<br>vida. | - Valor moral.                        |
| - Por tener necesidad de vivir en<br>sociedad en interdependencia.  | - Valor social.                       |
| - Por pertenecer a un mundo mate--<br>rial.   | - Valor económico.                    |
| - Por tener la necesidad de procu-<br>rar belleza.  | - Valor estético.                     |

La adquisición de un valor es un proceso evolutivo que -- tiene como base a la autoestima, luego se forma una escala de - valores que resulta en la aplicación de los mismos y posterior- mente son comunicados y transmitidos.

Es innegable que existe una gran confusión, el hombre ha - perdido la conciencia de su identidad, de su dignidad como ci-- miento de su auténtica autoestima, quizás, se ha endiosado, se ha materializado, y considera que la jerarquía de valores es va riable, cree que la moral es una moda y no reflexiona ni tiene discernimiento, ha confundido la moral con la decencia.

Como formadores de generaciones llenas de energía debemos ser capaces de devolverles esa identidad, o cuando menos ayudar les a encontrarla con programas educativos claros y coherentes al igual que un concepto de vida congruente, es decir, enseñar con el ejemplo.

#### **B.- La afectividad, la voluntad y los sentimientos morales.**

Para Piaget la afectividad, de los siete a los doce años - se caracteriza por la aparición de nuevos sentimientos morales y, sobre todo, por una organización de la voluntad, que desemboca en una mejor integración del yo y en una regulación más efi- caz de la vida afectiva.

Los primeros sentimientos morales derivan del respeto uni- lateral del niño pequeño hacia sus padres y hacia el adulto, y cómo ese respeto comporta la formación de una moral de obediencia o de heteronomía. El sentimiento nuevo, que interviene en función de la cooperación entre niños y de las formas de vida -

social a que da lugar consiste esencialmente en un respeto mutuo. Hay respeto mutuo cuando los individuos se atribuyen recíprocamente un valor personal equivalente y no se limitan a valorar tal o cuál de sus acciones particulares.

El respeto mutuo conduce a nuevas formas de sentimientos morales, distintas de la obediencia exterior inicial. Pueden citarse, en primer lugar, las transformaciones relativas al sentimiento de la regla, de la regla que une a los niños entre sí tanto como de la que une al niño con el adulto.

Los niños han constituido todas las reglas del juego, por una especie de contrato entre los jugadores. Aquí encontramos aplicado el respeto mutuo: la regla es respetada no ya en tanto que producto de una voluntad exterior, sino como resultado de un acuerdo, explícito o tácito.

Un producto afectivo particularmente notable del respeto mutuo es el sentimiento de la justicia, sentimiento que es muy fuerte entre camaradas y que marca las relaciones entre niños y adultos hasta modificar a menudo el trato hacia los padres.

### C.- La verdadera prioridad

La verdadera prioridad de todo ser, es su propio bienestar y el desarrollo de su conciencia. Al adquirir una conciencia más amplia se deshará de las "falsas convicciones" que le impiden ser la persona llena de confianza en sí misma que desearía.

"El auténtico sí mismo se descubre naturalmente en las experiencias propias, sin pretender imponerse a ellas". "De ésta manera llega a ser él mismo, no una fachada conformista con los demás, ni una negación cínica de todo sentimiento o una apariencia - de racionalismo intelectual, sería un proceso vivo que respira, siente y fluctúa; en resumen, llega a ser una persona" (30).

No es posible tener una personalidad llena de seguridad -- sin una sólida confianza en uno mismo. Muchos piensan que una persona segura de sí tiene que ser distante y fría; esto es falso. Al no ser dependiente, las personas pueden relacionarse -- con los demás con calidad y empatía. Al mantener su equili--- brio, no sienten la necesidad de manipular a los demás.

El principal freno para la confianza en uno mismo es la -- falsa idea de que los demás son más listos, juiciosos o inteligentes que nosotros, y así, esperamos que de ellos nos venga la felicidad o el bienestar. Una persona así de dependiente está a merced de algo externo. Desea que los demás, las circunstan--- cias, la situación en que se encuentra o Dios, hagan lo que debería hacer por sí misma. Esto hacer que se vuelva más depen--- diente, que sea manipulado y conformista, que se compare con -- los demás y compita con ellos.

#### D.- La confianza en uno mismo

"La actitud del individuo hacia sí mismo y el apre--- cio de su propio valer, juegan un papel de primer orden en el proceso creador". "La autoaceptación - es admitir y reconocer todas las partes de sí mis--- mo como un hecho, como la forma de ser y sentir, - ya que sólo a través de la aceptación se puede --- transformar lo que es susceptible de ello(31).

(30) Carl R. Rogers. El proceso de convertirse en persona. p. 152.

(31) Mauro Estrada R. Autoestima: Clave del éxito personal. p. 11.

La confianza en uno mismo no consiste sólo en creer que po demos hacernos cargo de las cosas y triunfar; es algo más. Es tener el valor de escuchar la voz interior que nos indica la -- clase de éxito que personalmente necesitamos. Significa que, - encontramos la clave de lo que somos y sin escuchar lo que nos digan los demás, nos hagamos una idea de lo que podríamos ser. Cuando aprendamos a descifrar correctamente estos "signos" y -- llevemos la clase de vida que nuestro talento y temperamento -- nos exigen, seremos felices y alcanzaremos el éxito; seremos no sotros mismos, seremos más fuertes.

La dependencia es la esclavitud por mutuo acuerdo. Es degradante, tanto para la persona dependiente como para aquella - de quien se depende. Ambas carecen igualmente de confianza, ya que su relación se basa en la mutua explotación.

Lo peor de la dependencia es que cuando alguien se pregunta si depende de otro individuo, es que así es. Ha dejado de - desarrollar la confianza en sí mismo que le permita salir al paso de sus problemas y resolverlos.

Cuando usted era niño, no sabía qué sucedía en el mundo ni le importaba; lo único que le preocupaba era su bienestar. El ser desvalido lo hacía depender de los demás; su mayor felici--dad era que lo alimentaran, lo mimaran, y arrullaran; lo más importante era obtener toda la atención posible.

Pronto descubrió que, cuando lloraba, acudía un adulto y - lo atendía. Aunque sólo llorara de aburrimiento, aparecía al--guien para consolarlo. Sonreír también le daba resultado así - que pronto aprendió a sonreír cuando alguien lo tomaba en bra--

zos y a llorar cuando lo dejaba.

Este sencillo ejercicio de manipulación le marcó la pauta para el resto de su vida. Pasó toda la niñez ingeniándose las - para causar buena impresión en los demás y lograr que le pusieran atención. En un niño, este comportamiento es excusable.

En nuestra cultura cada vez se hace más por los niños y se espera menos de ellos. Los padres que así proceden le cortan - las alas a sus hijos, al permitirles ser dependientes en cosas que podrían hacer por sí mismos.

#### E.- Quererse a sí mismo.

Es muy importante querer a los padres, hermanos y amigos, pero es más importante quererse a sí mismo.

Cuando te quieres a ti mismo, te respetas y haces que los demás te respeten. Nunca haces cosas que te dañen y cuidas de tu salud, tu aseo personal y tu imagen y desde luego la de los demás.

"Para querer a otra persona, es absolutamente necesario -- quererse a sí mismo"<sup>(32)</sup>, de otra manera nos volvemos personas volubles a quien nadie querrá brindar afecto ni confianza.

Cuando uno aprende a quererse a sí mismo se sabe apreciar - mejor los defectos y se hace todo lo que sea necesario para corregirlos.

Hay que quererse a sí mismos porque somos los seres más importantes del universo.

---

(32) Luis Castañeda M., El niño triunfador. p. 8.

El mejor regalo que un padre puede darle a sus hijos es el de ayudarlos a sentirse seguros de sí mismos para que sean independientes. Los niños deben tener las responsabilidades que su edad les permita. ¡Sólo la independencia les producirá la alegría, el honor y el orgullo de mantenerse con los pies bien --- puestos en la tierra!.

A los padres les toca ayudar a sus hijos a pasar sin sobresaltos de la dependencia a la independencia. Durante el proceso de transición es comprensible que los niños se equivoquen, - no debe sobreprotegerseles, hay que permitir que tropiecen, la experiencia les servirá. Derramar un vaso de agua no es una -- catástrofe; si lo exagera, cuando tengan que valerse por sí mis mos, dirán ";no puedo!. Se negarán a emprender cualquier cosa si no están seguros de que saldrá bien, cuando sus padres los - sobreprotegen y les allanan el camino.

Cada vez que usted hace por alguien, algo que esa persona puede hacer por sí misma, literalmente le está robando su lu--- gar. Mientras más le interese alguien, más cuidado deberá te-- ner de no privarlo de la oportunidad de pensar y hacer las co-- sas por sí mismos.

F.- El fatal sí al conformismo,

"Dale a un hombre una autoimagen pobre y acabará siendo un siervo"<sup>(33)</sup>.

El autoconcepto es una serie de creencias acerca de sí mis

(33) R. Schüller. Amor a sí mismo. p. 53.

mo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto; si se cree inteligente o apto, actuará como tal.

Casi todos creemos sin tomar decisiones significativas; -- los adultos las tomaron por nosotros, privándonos de responsabilidad. Cuando, tratábamos de decidir algo o de dar nuestra opinión, le restaban importancia. Nuestros padres eran la autoridad decisiva: nosotros sólo acatábamos sus órdenes o, si nos parecía, tratábamos de salirnos con la nuestra.

Cuando llegamos a la adolescencia, se hizo evidente que -- pronto tendríamos que decidir qué era mejor para nosotros. Esta puede llegar a ser una experiencia terrible, ya que los jóvenes entran al mundo de los adultos con muy poca preparación para lo que los espera. Tanto la educación en el hogar como en el sistema escolar se debe tomar mayor interés en esta parte vital y necesaria de la formación.

En esta etapa de nuestras vidas le damos el fatal sí al -- conformismo. Cuando niños nos enseñaron a obedecer o sufrir -- las consecuencias, así que no es raro que, cuando adultos, elijamos el conformismo como la manera más fácil y ventajosa de -- conducirnos en la vida.

El conformismo es uno de mayores peligros psicológicos del género humano. Quien es presa de este hábito destructivo nunca hace nada que valga la pena con su vida. Aunque quiera ser una gran persona, aunque desee ser independiente y hacer cosas importantes, no podrá. Su inclinación a buscar siempre la aprobación de los demás se lo impedirá.

El conformista tiene una gran necesidad de aprobación, y nunca recibe la suficiente. Va de persona en persona buscando halagos y el visto bueno por su comportamiento y sus actos. -- Cuando niño lo busca en sus padres y maestros. Necesita estar siempre cerca de alguien que le dé palmaditas en la espalda y le diga que está haciéndolo bien, para reforzar su pobre autoestima.

#### G.- La competencia,

Toda competencia es hostil. Sus formas pueden parecer amistosas, pero su motivación es la de ser o hacer las cosas "mejor" que los demás. Nosotros vinimos a este mundo para crear, no para competir; por lo tanto, si nuestra principal motivación es la competencia, ésta literalmente conspirará en contra nuestra y nos traicionará todo el tiempo.

Si nos obsesiona ganar siempre o tener siempre la razón, - es porque padecemos la necesidad desesperada de afirmarnos ante quienes nos rodean, y tratamos de conseguirlo a través de nuestras victorias. Siempre nos motiva el recibir la aceptación y aprobación general. Nuestra idea es la de ser de alguna manera, "mejores" que el de junto.

#### H.- El reconocimiento,

"Las personas que se autorrealizan tienen la maravillosa capacidad de apreciar una y otra vez de manera fresca e ingenua, las bondades básicas de la vida con temor, placer, maravilla y aun con éxtasis, independientemente de lo viciadas que estas experiencias aparezcan ante los ojos de otras personas"(34)

(34) Carl R. Rogers. El proceso de convertirse en persona. p. 158.

Hay un mundo de diferencia entre el elogio y el reconoci-- miento. El reconocimiento, es una observación objetiva. No se trata de un cumplido ni de un juicio de valor, sino, como lo - dice la palabra, del reconocimiento de que alguien se ha esfor- zado cuanto ha podido, según el nivel de su conciencia.

La principal diferencia entre el elogio y el reconociemien- to está en que el elogio es un juicio de valor. Si su hijo le regala flores, no le diga: "Eres bueno por traerme flores"; es- to implica que, de no traérselas, sería "malo". Mejor dígame: "Gracias por las flores; me encantan". De esta manera el reco- nocimiento que recibe el niño es por su acto, sin que se haga - un juicio de valor a su persona.

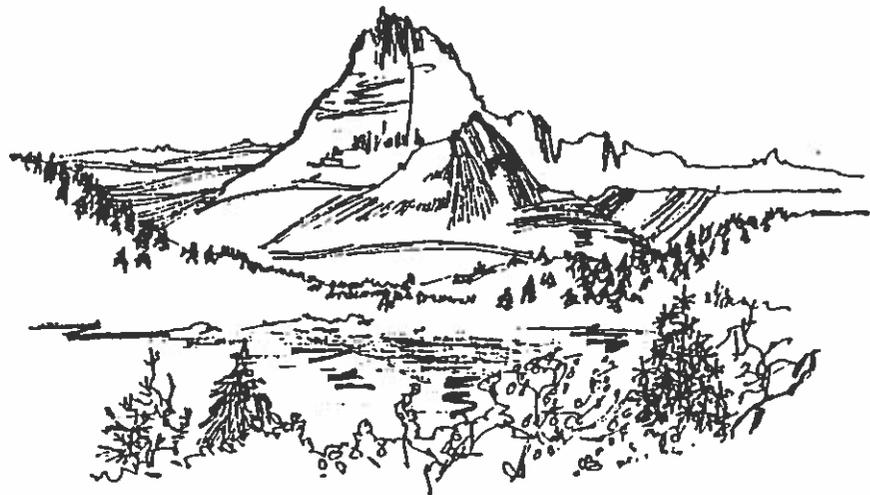
Los adultos, los jóvenes, y sobre todo los niños, respon-- den mucho más al reconocimiento que los elogios enmielados. Ne- cesitan saber que ocupan un lugar muy especial en la vida de -- quienes los rodean. Quieren que los traten como personas, que los acepten por lo que son, no por lo que "deberían" ser. Si - se reconoce lo que hacen según sus propias capacidades sienten que se les acepta como personas, no que se les valora según sus actos; sienten que son únicos y que valen sin importar si están o no a la altura de las expectativas de los demás.

La diferencia entre el elogio y el reconocimiento puede -- ser sutil, pero tiene su importancia en el desarrollo de una -- personalidad positiva e independiente. Cuando la gente no reci- be el reconocimiento necesario para sentirse aceptada como la - persona única que es, recurre a la búsqueda de elogios y se con- vierte en su prisionera.

CAPITULO IV

APOYOS EN LA DOCENCIA

Puedo  
ver,  
oir,  
sentir,  
pensar,  
hablar,  
actuar,  
inventar



#### A.- Condiciones evolutivas de la educación.

"Uno de los caracteres definitorios de la concepción evolutiva de Henry Wallon es su preocupación por la totalidad del niño, por el conjunto de los factores que integran su personalidad. Opuesto a los reduccionismos, a la abstracción de un solo aspecto del desarrollo. Wallon se preocupa por la totalidad infantil porque está convencido de la mutua interdependencia e interinfluencia de los distintos factores que integran la personalidad y porque sabe que el organismo actúa siempre como un todo; entiende, por ello, que "estudiar al niño" fragmentariamente es ir contra la naturaleza" (35).

Consecuente con esta convicción y esta actitud metodológica, Wallon concibe al niño como una unidad bio-psico-sociológica, es decir, como el punto de encuentro de las determinaciones biológicas, de los caracteres psicológicos y de las influencias sociales.

La importancia de las bases biológicas no necesita ser subrayada, pues constituye el auténtico cimiento y armazón de la conducta. La constitución biológica del niño no es la única ley que rige su destino ulterior, pues los efectos de esa constitución pueden ser ampliamente influenciados por las circunstancias sociales de su existencia. Quiere ello decir, que, aparte de las limitaciones invariables del programa genético -- que son fundamentalmente las mismas para todos los miembros de la especie- el niño puede definirse, como un conjunto de posibilidades que las circunstancias ambientales (sociales) de su --

---

(35) Jesús Palacios. Cuadernos de Pedagogía UPN. págs. 112-113.

existencia desarrollarán -o no lo harán- en una dirección u o---tra.

Posibilitados por las bases madurativas, los factores psicológicos se desarrollan según Wallon, de acuerdo con ciertas - constantes. Cada momento evolutivo está caracterizado por di--versos problemas de los cuales uno es siempre central para la - etapa de que se trate; en cada período del desarrollo el niño - se esfuerza por dar solución a un conflicto específico (motor, afectivo, intelectual), conflicto que define el período, De es ta forma, y sin olvidar que todos los factores actúan en todos los períodos, habrá momentos del desarrollo fundamentalmente a-fectivos, otros intelectuales, etc.

Quedan, finalmente, los factores sociales, factores que se introducen en el niño merced a la capacidad del sistema nervio- so superior humano para ser afectado y moldeado por los estímu- los que proceden del medio. Wallon trata de explicar al niño - no tanto por sí mismo cuanto por las condiciones que sobre él - actúan, pues cree que el niño, lejos de ser un sistema cerrado, carece de cohesión propia y está siempre abierto y determinado por influencias externas a él. El entorno social actúa incesan temente sobre el niño y moldea su personalidad, la orienta, la encausa, la define. El niño es, en consecuencia, un ser esen-- cialmente social, necesariamente social; de ahí que, tal y como Wallon lo sostiene, la importancia de los colectivos sociales a los que el niño pertenece (clase social, barrio, familia, escue la) sea crucial; de ahí también el papel decisivo que en la con cepción pedagógica Walloniana se otorga al otro, es decir a las

personas que pueblan el entorno infantil y constantemente actúan sobre el niño. Es necesario señalar, por fin, que la relación entre el niño y el medio no es estática ni uniforme, pues las formas y los caracteres de la interacción varían según la edad del niño y los cambios del entorno, y, además, determinadas capacidades y actitudes infantiles se ven potenciadas o inhibidas según la naturaleza de un medio que es diferente para cada niño.

La labor educativa se realiza, por tanto, sobre un sujeto en el que las bases orgánicas y madurativas, las características de su evolución psicológica y las determinaciones ambientales se condicionan e interpretan constantemente. En esa interpretación se asientan las enormes posibilidades de la educación, pues ésta deberá basarse en las características de cada uno de los factores analizados para comprender cuál es su papel, cuáles son sus objetivos y cuáles los procedimientos más pertinentes para lograrlos.

"La coherencia del docente facilita el aprendizaje".

Esto significa que aquél debe ser una persona auténtica y estar conciente de las actitudes que utiliza frente a sus alumnos, aceptando sus errores y sus sentimientos; para que de esta manera se demuestre como una persona real al contacto con ellas; una persona que se enoja pero que también puede ser sensible y simpática; una persona, no la materialización sin rostro de las exigencias educativas, ni un guía estéril transmisor de conocimientos de generación a generación(36 ).

---

(36) Carl R. Rogers. El proceso de convertirse en persona . p.160.

**B.- La educación afectiva como medio para lograr una autoestima favorable en los niños**

Los problemas de conducta y emocionales que se reflejan en el hogar o la escuela son los trastornos psicológicos que se presentan con más frecuencia en nuestra sociedad.

En el caso de los niños los trastornos afectan su aprendizaje y desarrollo del lenguaje, motriz o de lectura y escritura.

Los desórdenes de desarrollo, por lo general, se acompañan de problemas emocionales (padres separados o bajo rendimiento en la escuela). Los niños con problemas emocionales sufren depresión y ansiedad, son antisociales y no demuestran afecto, en esos casos, la terapia puede incluir sólo al niño o también a sus padres.

"La prevención para este tipo de trastornos en los menores, consiste en fomentar en los pequeños la autoestima (un sano amor propio) a fin de que se acepten como son y gocen de libertad plena"<sup>(37)</sup>.

La educación es un conjunto de acciones relacionadas con el desarrollo integral de las personas, cuyo fin es que éstas -

---

( 37) María Rosado Rosado de Ramírez. Tomado del Diario de Yucatán, sección Salud, el 23 de enero de 1996.

se formen y aprovechando el asombroso potencial de mediaciones y posibilidades que tiene todo ser humano, lleguen a su plena realización.

Todo ser humano tiene derecho a ser convenientemente educado, por ello, es deber imprescindible de los padres educar a sus hijos y en su propios ámbitos del Estado educar a los ciudadanos, ya que una educación equivocada e insana genera trágicos trastornos en la existencia de las personas y fatales desviaciones en la sociedad.

Así pues, la educación constituye una gran tarea para quienes la dan y para quienes la reciben. Es obra común de educadores y educandos. Para los unos y para los otros implica paciencia, sacrificios, confianza, respeto y perseverancia. Por ser tarea común, se excluye, por parte del educador el querer imponerle todo y por parte del educando, el querer rechazarlo todo.

La tarea educativa es un proceso continuo en la vida. La persona siempre es capaz de un mejor desarrollo, y de hecho, -- llega el tiempo en que el educando deberá seguir educándose a sí mismo: seguir por sí solo en el buen crecer, aprendiendo en su niñez y juventud de sus padres y de sus maestros.

"La educación está en función del desarrollo armónico, integral y concreto de las personas y su cometido es que los formados crezcan en ciencia y sabiduría. En ciencia para abrirse un camino acertado en la vida y en sabiduría para que recorran ese camino con dignidad, honradez e integridad"(38).

---

(38) P. Alejo. Educación, un reto de hoy y siempre. p. 55.

Para lograr este buen crecer se necesitan abarcar muchos - aspectos con un criterio educador que resulten en un individuo con una personalidad íntegra. Entre estos aspectos a alcanzar no debemos descuidar los que se refieren a: la afectividad, la inteligencia, la sexualidad, la fe y vida religiosa, la salud, la comunicación, el trabajo, la profesión, el convivir social.

Hay personas de una afectividad equilibrada y armónica; -- son las personas finas, agradables, correctas y tiernas que tienen nobles sentimientos, que dominan sus instintos y emociones y que poseen un buen temperamento. Y hay personas de una afectividad visceral y caótica; son las personas groseras, agresi--vas, volubles e insensibles, que tienen pobres sentimientos, -- que no controlan sus instintos y emociones y que poseen un mal temperamento.

La diferencia entre ambas radica, fundamentalmente, en su educación afectiva, en una educación donde los valores humanos, morales y sociales, son base importante para el desarrollo au--téntico y que puede tener el hombre como ser integrador de sí - mismo y su alrededor.

La educación afectiva requiere de la superación del egocentrismo característico en la niñez que encierra a la persona en sí misma y obliga su afectividad a permanecer en un nivel infantil y primitivo; también la superación del elitismo, típico racismo familiar; el rechazo de la violencia, negación del orden y el respeto a los demás; el control de las pasiones, fuerzas - poderosas que maduran afectivamente a la persona; el acatamiento de los verdaderos valores de la existencia, supremas normas

de conducta; y la adquisición de las virtudes, en especial del verdadero amor.

Dentro de la creación, el hombre es el único ser que tiene el poder de contemplar su vida, actividad y el privilegio de la conciencia; ésta lo lleva a buscar, transformar, escoger y decidir lo -- que para él es significativo, pero "el que no se ama no puede ser libre, no tiene confianza en sí mismo para atreverse a serlo"(39).

### C. Relación entre educación - sentimiento.

Hoy más que nunca, la dimensión social del maestro debería tener una perspectiva clara y alentadora.

Es la escuela donde se perfilan las generaciones hacia la construcción permanente de una nueva sociedad, construcción que se va haciendo a partir del profundo respeto por la integridad y dignidad humana.

"Toca a la escuela, pues, formar hombres críticos, honestos, cultos, sensibles a la problemática actual, con visión del futuro y entereza para la lucha cotidiana por ser cada vez mejores. Ello significa la consolidación de códigos éticos y principios humanos sólidos, por encima de los intereses y designios individuales"(40)

Esta transformación de la sociedad implica, en primera instancia, una transformación individual, la formación de un hombre nuevo.

La educación debe integrar sentimientos y razón para que el vivir tenga un alto significado humano.

La educación no puede consagrarse a fomentar exclusivamen-

(39) R. Schüller. Amor a sí mismo. p. 58.

(40) Comunicación Educativa No. 6 p. 18 Mayo de 1995.

te la eficiencia externa y descuidar la naturaleza interna del hombre. Tal pareciera que la educación, más que liberar la mente y el espíritu del hombre ha contribuido a su domesticación.

"En una sociedad donde el móvil de su existencia es la competitividad y el éxito, no se fortalece la relación afectuosa, más bien, se generan el odio y la envidia, la escuela primaria está llena de ejemplos donde se fomenta el éxito de unos con el consiguiente fracaso de los otros" (41).

¿Para qué nos sirve hacer científicos, si los conocimien--tos los usamos para destruirnos?. El saber y la eficiencia son necesarios, pero no desprovistos de la "Comprensión justa de -- los fines de la vida". (Bertrand Russell).

"El único propósito válido para la educación en el mundo - moderno es el cambio y la confianza en el proceso y no en el conocimiento estático" (42).

Sólo así la inteligencia y la creatividad surgirán como -- una fuerza renovadora de viejas estructuras hacia una sociedad abierta al porvenir donde deposite el hombre su grandeza.

NECESIDAD DE LA AUTOESTIMA PARA FUNCIONAR EFICAZMENTE Y SER FELIZ: Todo ser humano, ya sea niño, joven o adulto necesita de -- una alta autoestima para funcionar eficazmente, es decir, sentir que puede ante la vida y que es aceptado y reconocido. Si un niño recibe atención, confianza, respeto, apoyo y estímulo, tendrá las herramientas necesarias para la vida y se sentirá -- competente y hábil ante los problemas que enfrentará en la convivencia diaria.

---

(41) Ibid.

(42) Carl R. Rogers. El proceso de convertirse en persona. 165.

C O N F I A N Z A  
+  
R E S P E T O A M I M I S M O  
+  
A U T O E S T I M A  
S E N T I R Q U E . . .  
V A L G O C O M O P E R S O N A P O R L O Q U E S O Y  
P U E D O H A C E R A L G O U T I L  
S O Y C O M P E T E N T E  
T E N G O D E R E C H O A S E R F E L I Z  
S E D I S F R U T A R  
N O S Q U E R E M O S R E A L M E N T E  
L A A U T O E S T I M A E S U N L O G R O  
P E R S O N A L

E F É C T O  
D E L A  
C R I T I C A

- . no ayuda
- . crea resentimiento.
- . propicia ira.
- . deseo de venganza.
- . autocondena.
- . minimiza el valor de los demás.
- . vive con desconfianza.

---

E F E C T O  
D E L A  
A L A B A N Z A

- . contribuye a la confianza.
- . aumenta la seguridad.
- . estimula la positividad
- . motiva el aprendizaje.
- . genera buena voluntad.
- . mejora las relaciones humanas.
- . autenticidad.
- . aprecio y reconocimiento a los demás.

El nivel espiritual ha sido muchas veces descuidado, menospreciado o ignorado. Sin embargo las últimas aportaciones científicas más importantes, demuestran que sólo cuando el hombre reconoce este nivel, puede llegar al núcleo de su identidad y reconocerse un ser único, capaz y valioso con cualidades propias que le permiten descubrir y realizar su misión en la vida. Naturalmente que el desarrollo de todos los niveles (físicos, afectivo, intelectual y espiritual) es importante y de su equilibrio y armonía depende también la madurez de la persona.

"Nuestra tarea como educadores es crear el ambiente propicio para que los niños y adolescentes descubran lo importante que son y esto sólo se logra con el amor y la aceptación que le brindamos. Así es como se propicia el camino a la madurez"<sup>(43)</sup>.

#### D.- Autoestima y sexualidad

Todo el proceso necesario para lograr la identidad sexual está íntimamente ligado con la autoestima.

En problemas como la homosexualidad, transvestismos, sado-masquismo, etc., la mayoría de los psicólogos y psiquiatras están de acuerdo en que tienen su origen en la primera infancia, por múltiples factores pero en los que una carencia fuerte de amor verdadero y atención por parte de los padres o quienes ocuparon el lugar de éstos parece ser la principal causa.

En el aula de clases el maestro que detecta algún comportamiento extraño en la sexualidad del niño debe ser cuidadoso en

---

(43) Mauro Estrada Rodríguez. Autoestima: Clave del éxito personal. p.13.

su trato hacia él y cuidar que no sea objeto de burla entre sus compañeros.

Es importante no "etiquetar" al niño(a) y tratar de no confundir comportamientos normales según la etapa del desarrollo - del niño con algunas que pudieran ser signos de un posible problema.

La autoestima, en cualquier nivel, es una experiencia íntima: reside en el núcleo de nuestro ser. Es lo que hoy pienso y siento sobre mí mismo, no lo que otros piensan o sienten sobre mí.

Cuando somos niños los adultos pueden nutrir o mirar nuestra confianza y respeto por nosotros mismos, según que nos respeten, nos amen, nos valoren y nos alienten a tener fe en nosotros mismos, o no. Pero aún en nuestros primeros años de vida nuestras propias elecciones y decisiones cumplen un papel crucial en el nivel de autoestima que finalmente desarrollamos. - Estamos lejos de ser meros receptáculos pasivos de las opiniones que los demás tengan de nosotros. Y de todos modos, cualquiera que haya sido nuestra educación, como adultos el asunto está en nuestras manos.

Cuando apreciamos la verdadera naturaleza de la autoestima, vemos que no es competitiva ni comparativa. La genuina autoestima no se expresa por la autoglorificación a expensas de los otros, o por el afán de ser superior a los otros o de rebajarlos para elevarse uno mismo. La arrogancia, la jactancia, la sobreestimación de nuestras capacidades refleja más bien una autoestima equivocada y no, como imaginan algunos, un exceso de autoestima.

Una de las características más significativas de la autoestima saludable, es que es el estado de una persona que no está en guerra ni consigo mismo ni con los demás.

La importancia de una autoestima saludable reside en que es la base de nuestra capacidad para responder de manera activa y positiva a las oportunidades que se nos presentan en el trabajo, en el amor y en la diversión. Es también la base de esa serenidad de espíritu que hace posible disfrutar de la vida.

-ALGUNAS CARACTERISTICAS DE LA AUTOESTIMA:

BAJA	MEDIANA	ALTA
tristeza.	timidez.	se siente bien.
pienso mal.	del montón.	piensa antes.
no se halla.	conformista.	confía en sí mismo.
inseguro.	inconstante.	se adapta.
se compara.	aburrido.	responsable.
irresponsable.	no planea.	lleva las riendas.
insatisfecho.	borrego.	acepta sus errores y aprende de ellos.
no revisa su vida.	apático.	controla su agresividad y sus instintos.
agresivo.	sale del paso.	no lastima.
critica.	tibio.	activo.
no se relaciona.	barco sin timón.	

FRACASO

MEDIOCRIDAD

EXITO

La imagen que tenemos de nosotros mismos se formó en la infancia con nuestros Padres, Maestros y compañeros, la cual puede estar clasificada en la tabla como baja, pues nos criticaron

negativamente, nos agredieron física y verbalmente, nos despreciaron, nos tildaron de tontos; o en el caso de la medianía don de nos enseñaron a ser conformistas, a hacer las cosas porque no quedaba más remedio; o puede ser alta porque fuimos respetados, valorados, amados, nos dieron confianza y nos enseñaron a estimar a los demás.

Nadie debe hacernos sentir inferiores, no podemos permitirlo, somos personas que valemos y que estamos luchando por hacer algo útil y de provecho con nuestra vida. Sí, somos nosotros - mismos quienes debemos esforzarnos por conseguir nuestra realización plena, pues no hay nadie en la vida que no tenga una gota de Autoestima, ni nadie que no pueda mejorarla, es asunto de grados y siempre podemos mejorar.

Analícemos: si la imagen que tengo de mí se formó en la infancia y ocurrió que no se nutrió del amor y respeto necesarios, ya sea por cualquier motivo, puedo dejar que ocurran dos cosas, que me deje compadecer por los demás, que finalmente me llevará al fracaso, o puedo sacudirme esa lástima y comenzar a trabajar para conseguir la ansiada estimación valorándome a mí mismo por las innumerables cualidades que poseo y que los demás no conocen, solamente es cuestión de cultivarlas y enseñarlas.

Con este propósito podemos formar una lista personal de actitudes para mejorar nuestra Autoestima, como por ejemplo:

Valorarnos: No hay otro ser igual a mí en todo el mundo, ni ha habido, ni habrá, soy único, exclusivo y valioso. Por tanto debo procurar ser y hacer siempre lo mejor.

Autoconcepto. Tratar de sentirse bien tanto interior como exteriormente, ser agradables y presentables, alegres y limpios, seguros y sanos.

Emprendedor. Sólo las personas que se atreven a actuar positivamente tienen éxito.

Optimismo. Una sonrisa es la llave para abrir corazones. Decir algo agradable con sinceridad a los que nos rodean, nos hacen sentir bien.

Solidaridad. El prestar ayuda a los demás cuando más la necesitan, nos produce una satisfacción interior y mucho más cuando ésta no es esperada.

Discernimiento. Descubrir cómo son las personas en realidad para poder encontrar en ellas lo positivo y no dejarnos influenciar por lo negativo.

Autoevaluarse. Hacer una lista de nuestras cualidades y pulirlas, acrecentarlas, alimentarlas, mantenerlas en condiciones óptimas.

Conciencia. Darnos cuenta de lo que hacemos y responsabilizarnos de nuestros actos, reconocerlos ante los demás.

Convivencia. Hallar un grupo con afinidad acordes a nuestra personalidad para crecer compartiendo.

#### **E.- La disciplina como reflejo de la autoridad**

La palabra disciplina frecuentemente se mal interpreta, muchos creen que se relaciona con fuerza, castigo o pegar.

Sin embargo esta palabra tiene las mismas raíces que la palabra discípulo que significa alumno o aprendiz. El propósito

de la disciplina es enseñar de manera tal que el niño pueda aprender y ayudar a desarrollar una guía interior que le permita funcionar responsablemente por sí mismo. Los niños necesitan aprender autodisciplina en los detalles pequeños para que ellos tengan la fortaleza de actuar con disciplina en asuntos mayores más adelante. La meta de la disciplina a corto plazo es una guía de comportamiento en una base diaria y protege a los niños de lastimarse y lastimar a otros.

La autoridad requiere por parte del educador.

- Amor.
- Respeto.
- Criterio.
- Congruencia.
- Firmeza.

El niño no responde si no recibe cariño e interés genuino por su persona.

El autoritarismo o imposición provoca dos actitudes por parte del educando:

- a) rebeldía
- b) sumisión

El miedo paraliza y bloquea la inteligencia y los sentimientos del niño, produce represión.

El autoritarismo impide o retrasa la madurez de la persona.

El niño manejado con autoritarismo durante la infancia, es más propenso a tener conflictos durante su adolescencia.

#### F.- Los derechos y las obligaciones de los niños

Hay que luchar siempre por los derechos. Ninguna persona por muy adulta que sea tiene derecho a menospreciar a los demás.

Los niños tienen todo el derecho de ser atendidos con la misma gentileza y corrección que a un adulto. Cuando un adulto subestime a un niño se le pedirá de la manera más atenta que le preste más atención.

Los niños tienen derecho a negarse cuando lo que les piden u ofrecen no conviene a sus intereses por cualquier razón. Deben aprender a usar su valor para reclamar algún abuso, adquirir ese hábito desde temprana edad evita muchos problemas cuando son mayores. No hay cosa más triste que ver cómo se abusa de muchas personas que no tienen el valor de decir ¡basta!

"Al hecho de saber exigir que se respeten los derechos se le conoce como asertividad y a la persona que la practica se le llama asertiva"<sup>(44)</sup>.

Como maestros formadores de conductas y criterios futuros es necesario enseñar la asertividad con el ejemplo todos los días de la vida, en todo momento y en todo lugar.

Practicar la asertividad en cualquier ocasión, cuando se está en un restaurante, en una oficina, en una tienda, pregun--

---

(44) Luis Castañeda Martínez. El niño triunfador. p. 74.

tar a los empleados toda la información necesaria para dejar sa tisfechas las interrogantes y si no se recibe la atención ade--cuada, hay que exigir y de ser necesario quejarse ante los su--pervisores o jefes administrativos, con el tiempo se logrará un alto grado de asertividad que resultará muy útil durante el res to de la vida.

Un niño que crece con el sentido de la asertividad será un adulto responsable, justo y exitoso.

La ASERTIVIDAD, es el manejo positivo de la agresividad, -entendiéndose ésta como fuerza, valor, empuje, intención, que -impulsa a obtener lo que se desea, necesita, anhela o sueña, --sin agredirse ni lastimarse a sí mismo a a los demás.

El manejo de la asertividad en la persona es mediante una autoestima alta, el autoperdón y el uso de la razón. Ser aser-tivo es ser consciente de sí mismo, de la realidad de sus sentimi entos y conducta.

El ser asertivo se caracteriza por pedir lo que necesita, decir lo que gusta o no, expresar lo que siente cuando es neces-ario.

La no asertividad se maneja por medio de una autoestima po bre y baja, con autodevaluación, tristeza y depresión, con senti-mientos de culpa y remordimiento que llevan a explicaciones -y disculpas, provocando enfermedades y autodestrucción<sup>( 45)</sup>.

El autoestimarse lleva a estimar a los demás y que sólo a través de los demás se puede lograr la autorrealización.

Aquí el yo social se manifiesta a través de la relación -- con otros y con el medio. Nadie se realiza solo, sino a través de otro, de razonar frente a otro y con otro; sin él no habría espejo, reflejo, ni quién mostrara otra forma de ver la realidad. Es aquí donde se ve más claro ese darse cuenta del que se habló. Es más fácil ver las fallas en el otro que en sí mismo. Es más fácil "culpar" al otro, que darse cuenta y preocuparse - por lo propio.

"La autoestima es un silencioso respeto por uno mismo"<sup>(46)</sup>. Sólo en la medida de este autorespeto se entenderán las necesidades y valores de los demás; no se hará daño, juzgará y culpará. Se valorarán gracias a las propias necesidades y valores, se entenderá que así como uno tiene los suyos y los necesita, - así el otro tiene los suyos y los necesita.

---

(46) Dr. Elkins D. Teaching People to Love Themselves. 72.

## CONCLUSIONES

La tarea magisterial es quizá de las únicas profesiones en la cual necesariamente tienen que estar presente en cada educador: la capacidad del talento, la profundidad del alma y la sensibilidad del corazón.

Consideramos que esta tesis que realizamos en opción al título de Licenciatura en Educación Básica, es un instrumento valioso en nuestra formación, puesto que nos ha permitido valorar la importancia de la autoestima en las relaciones entre Maestros, alumnos, padres e hijos y ampliar nuestros conocimientos sobre el equilibrio emocional en la personalidad del niño, para su desarrollo autónomo y para que adquiriera confianza y seguridad en sí mismo, ya que una de las prioridades en la formación de un ser integral y productivo debe tener cubiertas las necesidades básicas y de crecimiento en su desarrollo. Al satisfacer las necesidades de alimentación, de libertad, de aceptación, de saberse y sentirse amado logrará una autorrealización llegando a la plenitud y trascendencia.

Como Maestros es ineludible el compromiso moral y social -- que tenemos para con nuestros alumnos.

El tema de esta investigación, la autoestima, surgió de una de las necesidades que actualmente se manifiestan con más notoriedad en nuestra práctica docente y en la relación que existe de los padres de familia con sus hijos.

La autoestima es el amor, la confianza, la seguridad que se

tiene uno mismo, esto se maneja a diario y a cada momento.

Es importante que tanto educadores como padres de familia favorezcan la afectividad del niño durante su infancia, ya que los valores que se obtienen en esta etapa de la vida son fundamentales en el ser y hacer del adulto.

El ejemplo positivo que el adulto proporcione al niño en edad escolar necesita ser congruente con sus palabras, así obtendrá seguridad, confianza y apoyo en sus acciones y decisiones.

Las relaciones interpersonales positivas son necesarias - en la vida del niño porque a través de ellas va adquiriendo experiencias que lo impulsan a crear, inventar, ser independiente y desenvolverse mejor en su medio social y natural.

Sembrar valores positivos en la conciencia y en el alma - de un niño es una tarea ardua y de toda la vida, es una necesidad que afirma sus creencias, su vocación y el significado de su vida u objetivo para la cual fue creado.

Con el conocimiento del desarrollo biopsicosocial del niño el educador se ayuda a detectar cuándo un pequeño presenta algún descontrol en su personalidad.

La falta de autoestima ocasiona algunos trastornos en la conducta, que lesiona su integridad y la de las personas que lo rodean. Un ambiente favorable de armonía y firmeza lo guiarán hacia una conducta de reciprocidad y conciencia.

La realización de esta tesis nos ha dado una gran satisfacción personal, que tomamos como un peldaño más en la superación

ción comprometida de nuestra vocación, ya que ha sido una experiencia vivida y no solamente una investigación, así mismo la ofrecemos con respeto y complacencia al servicio de aquellos -- que la consideren de utilidad y provecho.

Esperamos no defraudar la confianza con la que hemos sido distinguidas y responder satisfactoriamente a esas expectativas.

Las autoras.

## GLOSARIO

- Ascética.- Relativo al Ascetismo.
- Ascetismo.- Vida consagrada a los ejercicios piadosos. Doctrina que prescribe una vida austera, - la renuncia a las cosas terrenas y a los - placeres.
- Asertividad.- Afirmativo: proposición aséptica.- Contra- rio a la negación.
- Autoridad.- Poder legítimo: autoridad paterna // perso- na revestida de poder, mando o magistratu- ra.
- Autoritarismo.- Carácter, sistema autoritario. // Dogmatis- mo político, filosófico.
- Axiología.- Ciencia de los valores, en especial de los valores morales.
- Discernir.- Distinguir: no saber discernir un color de otro. (sinón. del v. percibir).
- Disciplina.- Conjunto de leyes o reglamentos que rigen ciertos cuerpos, como la magistratura, el ejército, la iglesia.
- Dogmática.- Dícese del filósofo que profesa el dogma- tismo.
- Dogmatismo.- Filosofía que admite la certidumbre. // -- Disposición para creer o afirmar.
- Escolástico.- Que se enseña según el método de la esco- lástica: Teología escolástica. // Relativo a las escuelas.
- Esfínter.- Anillo muscular que cierra un orificio.
- Ética.- Parte de la filosofía que trata de la mo- ral y de las obligaciones del hombre.
- Explícito.- Que expresa clara y formalmente. (contr. - implícito).
- Existencialismo.- Sistema filosófico que tiene por objeto el análisis y descripción de la existencia -- concreta, considerada como el acto de una libertad, que se afirma así misma, creando la personalidad del individuo.

<u>Fenomenológicos.-</u>	Perteneiente a la fenomenología. Estudio de los fenómenos.
<u>Heterónomo.-</u>	Sometido a un poder o ley extraña.
<u>Implícito.-</u>	Que se incluye en una proposición sin que haya necesidad de explicarlo.
<u>Incidir.-</u>	Incurrir en falta.
<u>Independencia.-</u>	Estado de una persona o cosa independien- te. // Entereza, firmeza de carácter.
<u>Innúmeras.-</u>	Que no puede contarse, incontable, muy -- considerable.
<u>Integro.-</u>	Completo, entero.
<u>Moral.-</u>	Ciencia que enseña las reglas que deben - seguirse para hacer el bien y evitar el - mal. // Conjunto de facultades del espíri- tu.
<u>Neurofisiología.-</u>	Fisiología del sistema nervioso.
<u>Personalidad.-</u>	Individualidad consciente. Carácter perso- nal y original.
<u>Prístino.-</u>	Primitivo original, antiguo. // Puro sin igual.
<u>Psicología.-</u>	Parte de la filosofía que trata del alma, sus facultades y operaciones.
<u>Psíquico.-</u>	Relativo al alma.
<u>Quietismo.-</u>	Doctrina preconizada por el Teólogo espa- ñol Miguel de Molinos acerca de la efica- cia del puro amor de Dios para nuestra -- salvación.
<u>Quietista.-</u>	Partidario del quietismo.
<u>Racionalismo.-</u>	Doctrina filosófica que rechaza la revela- ción y pretende explicarlo todo por medio de la razón.
<u>Racionalista.-</u>	Relativo al Racionalismo o que lo profe-- sa.
<u>Reservorio.-</u>	Hidrol. Embalse donde se almacena el agua para su utilización posterior.

- Somático.- Que pertenece al cuerpo.
- Trascendentalismo.- Escuela filosófica norteamericana, representada por Emerson y caracterizada por un cierto misticismo panteísta.
- Trascendental.- Que pertenece a la razón pura.
- Ulterior.- De la parte de allá, respecto de un punto // Que se ha de hacer o decir después de otra cosa.
- Verdad.- Calidad de lo que es cierto (Sinón. axioma, altruismo) // conformidad de lo que se dice con lo que existe.

## B I B L I O G R A F I A

### APUNTES SOBRE PATERNIDAD RESPONSABLE

- BERRUM de Labra, José P. "Educación Cívica" 6º Grado. Fernández Editores, México 1993.
- CASTAÑEDA Martínez, Luis. "El niño triunfador. Editorial Poder. México, 1995.
- COMUNICACION EDUCATIVA no. 6, SEP. México 1995.
- DR. ELKINS, D. "Teaching People to love the selves". N. York. -- 1978.
- ESTRADA Rodríguez. Mauro. "Autoestima:Clave del éxito personal".
- FREUD, Sigmund. "Apuntes teóricos" México 1986.
- DR. GUTIERREZ Sáenz, Raúl. "Introducción a la Antropología Filosófica".
- HARRIS, Thomas A. "Yo estoy bien, tú estas bien". Edit. Grijalvo. México, 1993.
- MODERNIZACION EDUCATIVA. SEP. México 1991.
- MORA, José. "Diccionario de Filosofía de Ferrater".
- PALACIOS, Jesús. "Cuadernos de Pedagogía" U.P.N.
- PASCUAL Marina, Antonia V. "Clasificación de valores y desarrollo".
- PATRON Casares, Margarita.
- P. ALEJO "Educación, un reto de hoy y de siempre". Ediciones Paulinas, S.A. de C.V.
- RICHARD, G. "Psicoanálisis y educación" Cuadernos de Pedagogía - UPN.
- DR. ROBERT, Anthony. Claves para una personalidad íntegra y segura". Edit. Diana. México 1993.
- ROGERS, Carl R. "El proceso de convertirse en persona". Edit. -- Paidós. Buenos Aires 1977.
- ROSADO Rosado, María.

SATIR, Virginia. "Autoestima" Edit. Pax México, Mex. 1995.

SCHÜLLER, R. "Amor a sí mismo. Edit. V Siglos. México 1981.

TWERSKI, Abraham J. "¿Cuándo empezarán a ir bien las cosas?" ---  
Edit. Paidós Mexicana, S.A. 1993.