

CONOCIMIENTO, EDUCACIÓN Y VALORES

Silvia Colunga Santos, Nivia Álvarez Aguilar, Carmen Marín Rodríguez, Yulima Valdés Bencomo

Universidad de Camagüey

silvia.colunga@reduc.edu.cu

AUTOESTIMA, VALORES Y DESARROLLO HUMANO.

Resumen: El presente trabajo está referido a la necesidad de favorecer una pedagogía y una didáctica del aprender a ser, como una de las condiciones imprescindibles para la formación humana en el actual milenio. Se realizan reflexiones en torno a los constructos desarrollo y crecimiento humano, autoestima, autoconcepto, autoconocimiento, competencias sociales, competencias ciudadanas y valores. Se valora el papel de la comunicación y las relaciones interpersonales en los aprendizajes para la vida que requiere el hombre de nuestro tiempo y se exponen experiencias de trabajo que dan cuenta de cómo estimular el desarrollo personal y grupal en contextos educativos.

Palabras Clave: *Autoestima, valores, desarrollo humano.*

Introducción

Aunque en el enfoque histórico-cultural se ha destacado la necesidad de la formación multilateral y armónica de la personalidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, las investigaciones realizadas aportan datos relativos al desarrollo de aspectos particulares dentro de la personalidad, más que al desarrollo integral de esta.

Es únicamente en la concepción humanista donde se encuentra un énfasis marcado en el desarrollo personal del sujeto como finalidad del cualquier proceso de aprendizaje, solo que esta teoría el crecimiento personal está determinado por tendencias innatas a la autoactualización y autorrealización del individuo, y la educación apenas aporta las condiciones para que estos procesos se desplieguen, para que se haga realidad lo potencialmente existente. El enfoque del aprendizaje formativo que defendemos, de una enseñanza y una educación que promuevan desarrollo humano, es diferente en esencia a esta concepción.

Desde la concepción humanista, lo importante en el aprendizaje es lograr que el sujeto alcance sus metas de autorrealización personal, independientemente de las necesidades sociales o del contexto histórico concreto de que se trate. En nuestra concepción acerca del aprendizaje formativo, no se separa lo individual de lo social, sino que se busca la conciliación e integración de ambos elementos.

Lorenzo Pérez Martín asume una concepción del crecimiento personal partiendo del enfoque histórico-cultural. Así, considera que el crecimiento personal se produce cuando, en los contenidos psicológicos de la personalidad, ocurren cambios funcionales que lo afectan como un todo, dando como resultado un nivel superior de autonomía, de responsabilidad, de autoconciencia, de autodeterminación; una mayor confianza en sí mismo; un papel más activo en el medio u una interrelación más positiva con los demás, que le garantice una autorregulación más efectiva de su comportamiento, en correspondencia con las exigencias que la sociedad le plantea.

Estos cambios pueden ser estudiados a partir del modo en que se integran en cada sujeto los indicadores siguientes (2):

1. Autodeterminación
2. Enriquecimiento de los contenidos psicológicos
3. Confianza en sí
4. Relación activa con el medio
5. Interrelación positiva con los otros.

En el evento Hóminis' 2002 (3), dio una versión más actual de estos **indicadores**, que nos parece está mejor elaborada.

1. **Interrelación positiva con los otros.**
2. **Relación adecuada consigo mismo.**
3. **Relación activa con el medio.**

Al margen de que no estamos de acuerdo con que se “signen” los indicadores para el estudio de una variable, coincidimos con esta nueva propuesta de indicadores, al considerar que el desarrollo personal es una resultante del equilibrio, armonía o consistencia entre la exterioridad y la interioridad del sujeto psicológico. El hacerse persona es un proceso dinámico que se extiende a través de toda la vida y que implica que una persona se autoconozca y acepte y que esté abierta no solo a sí misma y a su interior, sino también a su entorno exterior. La apertura deviene en una condición esencial para el crecimiento humano.

El autor vincula el crecimiento personal a una personalidad sana, un sujeto activo y autorrealizado.

En el marco del evento antes mencionado, definió el **crecimiento personal** como el proceso de cambio y transformaciones que se produce en la personalidad como sistema, que le permite al sujeto un nivel superior de regulación y autorregulación comportamental e implica una mejor relación con el medio, con otras personas y consigo mismo (4).

Para Silvia Colunga, el desarrollo personal es el proceso de formación de cada ser humano como personalidad, lo que lo sitúa como sujeto transformador de la realidad circundante y de sí mismo, lo cual implica una mayor efectividad de la función reguladora de la personalidad como sistema (5).

En ocasiones es considerado que en la Educación Superior, lo que puede hacerse en materia del crecimiento personal de los discentes es muy limitado, ya que los estudiantes, de acuerdo con sus edades, han completado en lo fundamental, el proceso de configuración de su personalidad. Nada más erróneo que este supuesto. El proceso de configuración de la subjetividad humana se extiende a través de toda la vida del hombre, de forma tal que a los profesores universitarios nos corresponde un rol esencial en la promoción de ese desarrollo humano en cada uno de nuestros educandos, proceso que no puede estar, en modo alguno, segregado de su formación profesional.

A la luz de las nociones de aprendizaje formativo y de crecimiento personal, hay una nueva comprensión del proceso de enseñanza-aprendizaje, como proceso de interrelación entre profesores y alumnos, mediante el cual el profesor dirige el aprendizaje por medio de una adecuada actividad y comunicación, facilitando la apropiación de la experiencia histórico-social y propiciando crecimiento personal en los estudiantes.

Esta nueva comprensión, nos conduce a redimensionar los **roles** de los docentes y los alumnos dentro del proceso:

Profesor

Dirige el aprendizaje, facilitando el proceso de apropiación y el crecimiento personal del alumno

Alumno

Sujeto de su aprendizaje y desarrollo en un proceso de construcción personal y colectiva

Requisitos planteados a los docentes y a los alumnos (a partir de esta concepción)

- Autenticidad, comprensión empática y aceptación incondicional.
- Compromiso con el cambio y con el crecimiento personal.
- Nuevo estilo de facilitación: Cooperativo (en los humanista es no directivo). No hay verticalismo, no se impone, pero el profesor mantiene su rol directriz, facilitando que el alumno participe, decida y crezca.

Esto implica, entre otras cosas:

- Un docente problematizador, que dé espacio a diálogo y que sea un modelo de ser humano.
- Un alumno motivado para aprender, con una postura activa y positiva hacia el aprendizaje, cuestionador, reflexivo y que se autovalore sistemáticamente y evalúe su desempeño (transformación de sí a partir de su autoconocimiento)
- Una adecuada comunicación pedagógica docente-alumno (dialógica, empática y asertiva)
- Un clima psicológico positivo en la clase.
- La comprensión del valor heurístico del error.
- Expectativas positivas del educador respecto al aprendizaje y al crecimiento personal.

El hecho de que una persona “crezca psicológicamente”, se expresa a partir del enriquecimiento de los contenidos psicológicos de su personalidad, es decir, en la aparición de nuevos móviles del comportamiento, intereses, ideales; la asunción de nuevos valores o la modificación de los ya existentes, las transformaciones de sus criterios autovalorativos y de su autoestima, las nuevas actitudes adoptadas frente a la realidad y las demás personas.

Por otra parte, la persona “plenamente humana” es un sujeto que cree en sus fuerzas y sus potencialidades, aunque no ignora sus defectos y limitaciones, una persona que se autoacepta, que toma

© Conocimiento, Educación y Valores. Toda reproducción parcial o total, utilizando cualquier medio, deberá realizarse citando la autoría del trabajo.

decisiones de manera autónoma y que se hace responsable de las consecuencias de sus actos y de su vida en general.

La caracterizan, además, unos vínculos positivos con sus semejantes y una actitud positiva frente a la realidad y todo cuanto le acaece. En algunas fuentes se les acuña como personas con energía positiva, pensamiento positivo, autoestima positiva y/o comunicación positiva. Suelen ser personas asertivas, tolerantes, empáticas y autoafirmativas.

Su capacidad resolutoria se desarrolla en gran medida, ya que ante cualquier evento o contingencia moviliza los recursos psicológicos necesarios conducentes al logro de sus metas y a la resolución de los problemas que se le presentan. Esto se relaciona con la postura de activismo y con la efectividad reguladora de su personalidad.

El crecimiento personal es a la vez proceso y un resultado. Esta categoría apunta a ambos elementos. Veamos:

La noción de crecimiento personal	Un proceso	El proceso del crecer (contradictorio, que supone avances y retrocesos, momentos de crisis). Es un proceso en espiral, de movimiento general ascendente, a menudo doloroso (en el sentido de que plantea retos elevados al individuo relacionados con el abandono de su zona de seguridad, de sus deseos de gustar y otros).
	Un resultado	Que se traduce en el nuevo nivel alcanzado en el desarrollo integral de la personalidad (metafóricamente hablando: en nuestra "talla de persona").

En el aprendizaje formativo, el crecimiento personal está contextualizado, es decir, se relaciona con las exigencias que en cada nivel de enseñanza se plantea el egresado.

En tal sentido se apunta que en las instituciones educacionales de formación profesional, el crecimiento del alumno se produce en los límites de su formación como profesional (una cosa conlleva a la otra), lo que permite prepararse para la vida laboral futura de manera competente, lográndose con ello: éxito, bienestar emocional, salud mental y realización profesional y personal.

El proceso de apropiación es individual, único y específico para cada sujeto. La experiencia que cada cual incorpora a su mundo interno, se transforma de modo peculiar según la historia de cada persona y

© Conocimiento, Educación y Valores. Toda reproducción parcial o total, utilizando cualquier medio, deberá realizarse citando la autoría del trabajo.

su interactuar con la realidad, no obstante, el aprendizaje individual se produce en el grupo y los fenómenos grupales (el grupo es un mediador) marcan pautas que pueden favorecer o entorpecer el proceso de cambio y transformación del sujeto. Conocer la dinámica grupal nos ayuda a comprender el proceso de crecimiento personal en las condiciones del grupo escolar.

Los autores humanistas han caracterizado el desarrollo personal desde su producto como una persona plenamente humana (A. Maslow) o como una persona que funciona plenamente (C.Rogers). El desarrollo personal alcanzado se traduce en una cierta armonía entre la exterioridad y la interioridad de un sujeto (J. Powell)(6).

Señala Luis Ribeiro que las personas tenemos el poder de escoger y producir las condiciones más favorables para nuestro desarrollo personal y que la autoestima es el ingrediente más importante de éste (7).

Rosa Ma. Badillo considera la autoestima como uno de los valores esenciales para afrontar la vida (8).

Torroella expresa que la primera y más importante tarea de la vida y de cada cual es conocerse y dirigirse a sí mismo. Aprender a conocernos y a comprendernos es una tarea indispensable para asumir las riendas de nuestra existencia y alcanzar nuestras metas y proyectos vitales (9). Desafortunadamente, la educación tradicional, esencialmente externalista, se centra en la enseñanza del mundo exterior (objetos, fenómenos, hechos) y deja fuera el estudio y comprensión del hombre como sujeto, como subjetividad humana.

La educación de la emocionalidad humana (si es que cabe el término), el desarrollo personal, suponen desde nuestro punto de vista:

- El desarrollo de sentimientos.
- La educación en valores.
- El desarrollo de la autoestima y el autoconcepto.
- El desarrollo de habilidades comunicativas, entre otros aspectos.

La escuela, en cualesquiera de sus niveles de acción, necesita preparar al hombre para la vida, contribuir al desarrollo de competencias socioafectivas y habilidades para la vida indispensables: tomar decisiones, afrontar situaciones de estrés, jerarquizar tareas y motivos, solucionar tareas y conflictos, comunicarnos empática, asertiva y positivamente con los demás y conocernos, autoaceptarnos y actuar en consonancia con nuestros proyectos y aspiraciones esenciales (sentido de la vida).

La autoestima y el desarrollo personal

Se ha dicho que el crecimiento personal implica un equilibrio entre interioridad y exterioridad. La interioridad implica que una persona se ha explorado y experimentado a sí misma. La interioridad implica autoaceptación y autoestima.

La exterioridad implica que la persona está abierta no solo a sí misma y a su interior, sino también a su entorno exterior. La exterioridad se manifiesta en la apertura y tiene su máxima expresión en la capacidad de dar amor libremente. La apertura y la autoestima devienen condiciones esenciales para el crecimiento personal.

La autoestima ha sido considerada la clave del éxito personal y la expresión más acabada, suprema, del desarrollo personal. Una persona con elevada autoestima es una persona con una apertura profunda y significativa ante la realidad. No solo se conoce, sino que se acepta y entra en contacto permanente con la realidad, se pone en el lugar de los otros y se entrega en ese proceso de encuentro con los demás.

La autoestima ha sido considerada como un valor y en muchos casos como valor de valores, porque es el valor que designa nuestra propia valía, nuestro sentido de competencia, dignidad psicológica en la que predomina la esfera inductora de la regulación psíquica, por su carácter impulsor del comportamiento humano. Dentro de sus componentes intervienen funciones cognitivas como el pensamiento y la percepción, pero la autoestima las trasciende, al implicar autoaceptación y amor incondicional hacia nuestra persona y nuestros comportamientos y autenticidad como seres humanos.

Algunos autores la han definido como conjunto de sentimientos y de actitudes referidos a nuestro comportamiento y nuestra personalidad.

S. Colunga señala que es “una formación psíquica prevalentemente afectivo-motivacional, pero a la vez conformada por elementos intelectuales, de carácter metacognitivo (auto percepción y autoconcepto), que constituye una fuente de autoafirmación y autorrealización permanentes para el ser humano. Basada en la percepción evaluativa de sí mismo, la trasciende, e implica una actitud positiva o negativa hacia la propia personalidad y sus actuaciones, expresada en un determinado grado de confianza, respeto, consideración, aceptación y amor incondicional hacia nuestro yo”.(18)

El nivel de autoestima afecta todas las esferas de la vida del sujeto. Así, influye en...

- ✚ La manera en que funcionamos en el estudio y el trabajo.
- ✚ Nuestras relaciones con otras personas y la manera en que nos comunicamos con ellas.
- ✚ Los estados de ánimo que más nos identifican.
- ✚ La salud integral de que disfrutamos.
- ✚ Nuestra capacidad y disposición para crear.

- ✚ Los valores y convicciones que orientan nuestra conducta y lo consecuente que seamos con su puesta en práctica.
- ✚ Nuestra calidad de vida, nuestra plenitud, felicidad y manera de progresar o triunfar.

El nivel de autoestima de las personas no es estático, sino móvil. La autoestima se desarrolla a través de la vida y en virtud de las experiencias de cada ser humano, de sus relaciones comunicativas con las otras personas.

Entre las influencias educativas nocivas para el desarrollo de nuestra autoestima, se destacan las siguientes:

- Ⓜ Ambientes educativos permisivos, rechazantes, rígidos, sobreprotectores, inconsistentes.
- Ⓜ Educación culpabilizante.
- Ⓜ Expectativas negativas, pesimismo, desconfianza.
- Ⓜ Uso excesivo de sanciones y castigos. Exceso de prohibiciones y regaños. Crítica inobjetiva.
- Ⓜ Favoritismo. Uso de etiquetas. Comparaciones.
- Ⓜ Sarcasmo, burla, ironía.
- Ⓜ Posesividad, limitación del espacio individual, carácter dogmático de las reglas, estilos comunicativos “aplastadores de ideas”.
- Ⓜ Cultivo de la obediencia robótica más que de la responsabilidad como valor.

Para el desarrollo de una autoestima sana y positiva en nuestros discentes, pueden resultar de utilidad las siguientes recomendaciones:

- Ⓜ Es necesario brindar al educando un modelo de padres y educadores caracterizado por una autoestima elevada.
- Ⓜ Se requiere de un estilo educativo orientado más al éxito que al fracaso.
- Ⓜ Es imprescindible confiar en el potencial de las personas. El educador debe tener expectativas favorables relativas al educando.
- Ⓜ Se requieren disciplina y control, sin amenazas ni exposición al ridículo.
- Ⓜ Se precisa propiciar al educando libertad de elección y libertad para cometer errores.
- Ⓜ Es necesario el respeto a la individualidad y autenticidad de cada ser humano, el respeto a las diferencias.

- ④ Se requiere asertividad, empatía, saber escuchar, mostrar atención e interés por la persona. De igual manera, la dialogicidad en la relación comunicativa con ella.
- ④ Se sugiere el uso de elogios, estímulos, exhortaciones y la exaltación de los avances alcanzados, aun cuando sean discretos.
- ④ Es preciso el reto. Proponer metas altas, pero alcanzables por la persona.
- ④ Debe aceptarse a la persona como integridad y solo juzgar sus actos, no en modo alguno al ser humano íntegro, siempre merecedor de respeto y consideración.
- ④ Hacer autoafirmaciones. Cultivar el “pensamiento positivo” y estimular el autocuidado.
- ④ Emplear la crítica positiva, realista, constructiva y amorosa.
- ④ Incentivar la búsqueda de apoyos, de buenas compañías.
- ④ Propiciar la delimitación pasado / presente.
- ④ Proporcionar afecto, amor, comprensión.

El amor y la aceptación incondicional del educando como persona, es probablemente el factor que impacta de manera más positiva la promoción de una autoestima elevada en el estudiantado. Esta consideración coloca, entre una de las exigencias más importantes para el proceso pedagógico, la presencia de la función afectiva de la comunicación en los vínculos interpersonales docente-alumnos.

Referencias Bibliográficas

- (1) Raquel Bermúdez y otros (2002). Dinámica de grupo en educación: su facilitación, pág. 98.
- (2) Ídem, págs. 101-102.
- (3) Lorenzo Pérez (2002). Crecimiento personal en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ponencia presentada en Hóminis' 02.
- (4) Ibídem.
- (5) Silvia Colunga (2003). El desarrollo personal. Cómo promoverlo a través del proceso docente-educativo. El profesor como modelo de desarrollo personal. Material en formato electrónico.
- (6) Ibídem. También, J. Powell (1993), Plenamente humano, plenamente vivo.
- (7) Lair Ribeiro (1997). Aumente su autoestima.
- (8) Rosa María Badillo (2000). Cuentos para delfines.

© Conocimiento, Educación y Valores. Toda reproducción parcial o total, utilizando cualquier medio, deberá realizarse citando la autoría del trabajo.

- (9) Gustavo Torroella (2001). Aprender a vivir.
- (10) Nancy Chacón (1998). La formación de valores morales. Retos y perspectivas, págs. 7-8.
- (11) Ll. Carreras y otros (1995). Cómo educar en valores, págs. 1-2 del Prólogo.
- (12) Ibídem, págs. 21-22.
- (13) Ibídem, pág. 51.
- (14) Fernando González (1998). Los valores y su significación en el desarrollo de la persona. En Revista Temas, número 15 de 1998, pág. 5.
- (15) Antoine de Saint-Exupéry. (1986) El principito, pág. 86-93.
- (16) Fernando González. Op. cit., págs. 5-6.
- (17) M. Terezinha Correa (1999). Intervención en el II Taller de Servicio Social y Trabajo Social.
- (18) Silvia Colunga (2000). Intervención educativa destinada al incremento de la autoestima en escolares con dificultades para aprender. Tesis doctoral, pág. 34.

Bibliografía

- Badillo, R. M. Cuentos para delfines. Narcea S.A. de Ediciones. Madrid, 2000.
- Báxter, E. La formación de valores: retos y perspectivas. Una tarea pedagógica. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 2002.
- Bermúdez, R. y otros. Dinámica de grupo en educación: su facilitación. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 2002.
- Bonet, J. V. Sé amigo de ti mismo. Manual de autoestima. Editorial Sal Terrae, Santander, 1994.
- Branden, N. Los seis pilares de la autoestima. Editorial Paidós. México, 1997.
- Carreras, Ll. y otros. Cómo educar en valores. Narcea S.A. de Ediciones, Madrid, 1995.
- Chacón, N. La formación de valores morales. Retos y perspectivas. Editora Política, La Habana, 1998.
- Colunga, S. Intervención educativa destinada al incremento de la autoestima en escolares con dificultades para aprender. Tesis doctoral en Ciencias Pedagógicas. Universidad de Camagüey, 2002.
- Correa, M. T. Intervención el II Taller de Servicio Social y Trabajo Social. Universidad de Camagüey, marzo de 1999.

Goleman, D. La Inteligencia Emocional. Javier Vergara Editor, Argentina, 1996.

González, F. Los valores y su significación en el desarrollo de la persona. En Revista Temas, número 15 de 1998, pp. 4-10. C. Habana, 1998.

Mc. Kay, M. Y P. Fanning. El amor a sí mismo. Selector actualidad editorial, México, 1999.

Pérez, L. Crecimiento personal en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ponencia presentada en Hóminis' 02. Palacio de las Convenciones de La Habana, noviembre del 2002.

Powell, J. Plenamente humano, plenamente vivo. Editorial Sal Terrae, Santander, 1993.

Ribeiro, L. Aumente su autoestima. Ediciones Urano, Barcelona, 1997.

Saint-Exupéry, Antoine. El principito. Gente Nueva, La Habana, 1986.

Torroella, G. Aprender a vivir. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 2001.

Turner, L. y B. Pita. Pedagogía de la ternura. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 2002.