



VALORES Y AUTOESTIMA CONOCIÉNDOSE A SÍ MISMO EN UN MUNDO DE OTROS

*Dra. María Guadalupe Ramos**
mramos@uc.edu.ve

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN
UNIVERSIDAD DE CARABOBO
VALENCIA-EDO. CARABOBO, VENEZUELA

*Doctora en Ciencias de la Educación. Maestría en Planificación Curricular. Profesora Especialista en Lengua. Profesora Asociado de la Universidad de Carabobo. Directora Editora de las Revistas Ciencias de la Educación de la FACE y Educación en Valores de la Catedra Rectoral de Educación en Valores. Ejerce la Docencia en la Facultad de Ciencias de la Educación en Pregrado y Postgrado. Coordinadora Académica de la Cátedra Rectoral de Educación en Valores. Investigadora, Líneas: Educación en Valores y Creatividad. Publicaciones en Revistas y Autora de libros. Conferencista.

RESUMEN

Una experiencia vivida y compartida académicamente, como ha sido el proceso iniciado sobre la educación en valores en la Universidad de Carabobo, a partir de la creación de la Cátedra Rectoral Educación en Valores, es motivo de nuevos planteamientos que conducen a otra investigación centrada en este caso en el Método Antropológico, el cual supone en su desarrollo la utilización de una metodología activa, de reflexión y crítica compartida que permite llegar a reestructuraciones cognitivas sobre la visión del mundo, la vida personal, el sí mismo y la proyección hacia el futuro; supone también, la aproximación en profundidad a niveles de autodesvelamiento y autodescubrimiento. Para su desarrollo se sigue una metodología específica que suscita y fomenta la creatividad aportando soluciones personales a los diversos problemas éticos y filosóficos en los que se descubre - según Martínez, 1997), "...un mundo -con-otros. ".De acuerdo con la investigación que se realiza en la actualidad, tres son los temas que abarca el estudio: Autoestima, Valores y Método. Los dos primeros conceptos están inmersos en el desarrollo del método, el cual incluye implícitamente la vivencia de la creatividad. Para conocer su alcance, se lleva a cabo una investigación de campo mediante la aplicación de cuestionarios y realización de entrevistas a los actores involucrados en el proceso educativo sistemático como son los profesores y alumnos, estos últimos, con edades comprendidas entre los 16 y 18 años de edad. Tanto el marco teórico como los resultados que se obtengan de la investigación de campo, conformarán el marco referencial para la aplicación a futuro, del Método Antropológico. El objetivo principal de este trabajo, es abrir espacios metodológicos en los cuales la educación conduzca a la formación en profundidad de la personalidad total de los individuos, para lograr una sociedad en la que tengan cabida los patrones éticos, como fruto del descubrimiento de los propios valores.

Palabras clave: Método Antropológico, Valores, Autoestima.

VALUES AND SELF-ESTEEM KNOWING YOURSELF IN A WORLD WITH OTHERS

ABSTRACT

A lived and shared academically experience, like it has been the started process about Education in Values of the Carabobo University, since the creation of the Department of Education in Values, it's the cause of new approach that takes to another research based in this case in the Anthropological Method, which has in its development the utilization of a active, reflexive and shared critique methodology that allows to get cognitive concepts about the vision of the world, the private life, of being yourself and the projection to the future; it's supposed also, the approximation in deepness to levels of self-discovering. For its development, it has a specific methodology that supports the creativity giving personals solutions to several ethic and philosophical problems, which means –Martínez, 1997-, "...a world –with others-“. According to the actual investigation, three are the topics of this research: Self-esteem, Values and Method. The first two concepts are into the development of the method, which has indirectly the creativity experience. In order to know its range, a field research carry out with the application of tests and interviews to the involved actors in the systemic educational process such as teachers and students, these ones, with ages between 16 and 18 years old. As the theoretical frame as the results of the field research will make the referencial frame in order to apply it for a future, the Anthropological Method. The main objetive of this research is, to open methodological spaces up which education takes the formation of the completed people personality in deepness, in order to get a society that has ethic pattern, as the discovery's result of the own values.

Key words: Anthropological Method, Values, Self-esteem.

INTRODUCCIÓN

A partir del año 1997, se inició una experiencia motivada por el inicio de un proyecto que tenía como propósito teorizar sobre algunos valores concretos tales como: la autoestima, la creatividad y la libertad como marco para el desarrollo posterior de otra investigación sobre los dos primeros; esta iniciativa abrió un amplio espectro de posibilidades y necesidades para continuar con el estudio y compartir vivencias experienciales que ayudaran a profundizar tanto en el ámbito conceptual, como en el procedimental y actitudinal, dentro especialmente del proceso educativo. La experiencia llevada a cabo de manera práctica mediante la realización de cursos, conferencias y producciones de textos sobre la educación de diversos valores, determinó resultados interesantes que servirán como antecedentes de esta investigación.

Entre los resultados más palpables en el ámbito de la educación y más concretamente de la educación en valores, se ha podido comprobar la importancia y necesidad del conocimiento propio el -autoconocimiento- como base para el desarrollo de la estimativa y los valores propios. El concepto que tiene una persona de sí misma es un factor determinante en su comportamiento y en relación con los demás; el concepto de sí mismo influye sobre las esperanzas, aspiraciones, acciones y hasta el humor y sensibilidad de las personas, y es que el concepto de sí mismo se va conformando socialmente mediante la aceptación de los conceptos que otros emiten acerca de nosotros, de nuestra actuación.

Es normal que padres y educadores, en el devenir diario y gradualmente, enseñen valores, normas y reglas de comportamiento propias del bagaje cultural de la sociedad a la que se pertenece mediante el mensaje directo o el modelaje que supone el ejemplo para la observación. Los medios de comunicación transmiten normas de convivencia, de diferenciación de sexos, de gustos y somos juzgados por esa sociedad en relación al cumplimiento o no de dichos valores o normas. Existen comparaciones sobre inteligencia: “Mi hijo es el mejor; mi hija destaca por su tipo”. O por el contrario, existe el estigma de: “Tú no vales como X; Nunca llegarás a ser destacado”.

Todo este cúmulo de indicadores van internalizándose en cada persona de manera diferente, pero siempre influyendo en la conformación de la personalidad y la valoración moral. El ser evaluado, premiado o castigado desde el exterior con valores y antivalores que se “inculcan” y no se “educan,” va marcando la personalidad de acuerdo al concepto que cada ser humano tenga de sí mismo, su autoconcepto, el cual, determinará su autovaloración, su autoestima. Si el sujeto es capaz de autovalorar y con ello autorregular su conducta, se pueden producir cambios mucho más duraderos, que cuando los cambios se producen por influencia externa.

El problema se acrecienta cuando se observa cómo en la sociedad actual los valores morales (los del propio ser), se desvalorizan y se lucha por tener cada día más, en vez de pretender incrementar el verdadero poder moral (el valor de ser persona), y desenterrar las riquezas ocultas y no exploradas que laten en el interior de cada ser y que no son fruto de tener cosas, sino de una toma de conciencia sobre nuestros valores. Las experiencias que se han obtenido, son indicadores alarmantes de la necesidad de un cambio en la educación, de asumir que ésta debe llevarse a cabo mediante un proceso integral, como una totalidad biológica, psicológica y social. Para que esto suceda, se viene insistiendo en la educación de los valores, pero un nuevo elemento, muy interesante ha surgido de esta investigación y es, la posible influencia de la autoestima en la vivencia de esos valores.

El conocimiento de los valores y un buen nivel de autoestima, podrían liberar de condicionamientos de diversos tipos: afectivos, corporales, mentales y espirituales, que obstaculizan la plena realización. Por el contrario, la inseguridad y la insatisfacción son reflejo de la sociedad actual, y lógicamente, de cada uno de sus integrantes. Las personas se deprimen sin saber por qué; ya un filósofo griego, Epideto, citado por Burns (2000), expresaba: “Los hombres no se trastornan o se deprimen por las cosas que les suceden, sino por la visión insegura que tienen de ellos mismos. (P.45). La idea central que origina la baja autoestima se basa generalmente en suposiciones; el problema está en cómo lograr que las personas vivan su propia realidad y amen lo que es posible amar. Esto indica que el conocerse a sí mismo, conocer las propias limitaciones, el propio yo, puede y debe ayudar a superar muchas dificultades.

De aquí la importancia de dar un enfoque educativo hacia la profundización de una manera real y pedagógica al ámbito de la autoestima, para lograr el desvelamiento, la vivencia de los valores y así conseguir con el conocimiento propio un mayor aprecio personal. Al respecto Burns, ya citado, expone:

La autoestima corporiza la decisión de tratarse a uno mismo de forma respetuosa y amorosa en lugar de torturarse con mensajes crueles y destructivos del tipo “No valgo Nada”. Este acto de amor hacia uno mismo es un regalo, que hay que hacerse, no un estatus especial que deba ganarse a pulso, (P. 239)

La autoestima no se puede conquistar ni sustraer, es un fruto del amor a sí mismo y lógicamente del conocimiento propio pues nadie puede amar lo que no conoce. Actitudes positivas y valores, dos conceptos para cultivar y creer en el propio valor, ante un mundo descreído, desvalorizado y agitado, que exige la posesión de un fuerte “yo”, con un sentido claro de identidad. La falta de modelos valiosos, los escasos motivos para adherirse a la vida pública y la desorientación social, obligan hoy a consolidar una personalidad propia, sólida y estable para no sucumbir.

Valores y autoestima, o el valor de conocerse y amarse, es un planteamiento serio y difícil frente a lo que se viene exponiendo. Este estudio tiene como objetivo la comprobación de la relación de la vivencia de los valores y el nivel de autoestima. ¿Qué se pretende lograr?. Marcar directrices pedagógico-didácticas, ir de la teoría a la práctica, del planteamiento del problema a la vivencia existencial para lograr el crecimiento personal. El planteamiento está hecho, falta dar la respuesta sobre cómo lograr resultados positivos que ayuden a orientar la educación y a los educadores.

¿IMPORTA CÓMO EDUCAR?

Aun cuando en las ciencias humanas las respuestas no pueden ser ni mecánicas, ni exactas, la metodología adecuada en educación puede ser una excelente herramienta para lograr resultados positivos. Una de las experiencias que está produciendo resultados excelentes, es el desarrollo de la didáctica del Método Antropológico que de acuerdo con Martínez García (1993): “Supone una Metodología activa, de reflexión crítica compartida”, (P 8), mediante la cual se considera que se puede llegar a reestructuraciones cognitivas que incluyen la verificación lo más ajustada posible de la propia personalidad y su expresión conductual, visión del mundo y de los acontecimientos vitales de sí mismo y de los demás.

Este método compagina el autodescubrimiento con el contraste crítico de lo autodesvelado por sí mismo y por los otros: compañeros, profesor; suscita y fomenta la creatividad, es un método motivador y mediante la propia interpelación y profundización, ayudará al descubrimiento de los propios valores.

En educación hay que seguir pensando que tenemos un camino de esperanza por delante pues el mejor material de trabajo que pueda existir, son los seres humanos; la mejor medicina y la mejor terapia para satisfacer sus necesidades en el campo educativo, es una buena metodología, es el bien hacer, el bien educar. La educación es la mejor estrategia para autorrealizarse. La autorrealización implica la vivencia de la autoestima, lo cual lleva implícito el conocimiento de los propios valores. Puede ser que haya llegado el momento del cambio necesario y real, cuando lo urgente, dé paso y tiempo a lo importante.

Como no se puede seguir solo teorizando, una de las soluciones puede ser el cambio en la metodología, una didáctica vivencial, participativa, reflexiva; que ayude al crecimiento personal y profesional de quienes en el proceso educador, se conviertan en nuestro mejor material de trabajo: los alumnos. El desarrollo del Método Antropológico, puede ser la clave para lograr los cambios deseados en educación y el mejor medio para el desarrollo de la autoestima y el desvelamiento de los valores.

¿A QUIÉN EDUCAR?

En este mundo actual llamado entre otros términos de la globalización, donde parece que todos participamos de todo y tenemos que parecernos en algo, puede que se esté olvidando al sujeto principal de esa globalización; el Hombre, dicho en letras mayúsculas el cual debe estar por encima de los cambios tecnológicos, el amplio desarrollo de la informática, las comunicaciones en redes y el acceso a todo. La cultura cibernética puede que olvide que es: “Una ciencia para el estudio de las conexiones nerviosas en los seres vivos”... de acuerdo con la definición en primera parte del diccionario, y sólo se ocupa de la segunda “Construcción de aparatos y dispositivos para la transformación de datos suministrados”; sin tomar en cuenta la relación hombre-dispositivos a través de los cuales se transmiten y afianzan o no, los valores propios del ser humano en una sociedad determinada; ese ser humano es el que parece estar hoy desamparado en la búsqueda de su propia ubicación, de su autoconocimiento y su autorrealización y en el descubrimiento de sus valores para la convivencia, en definitiva, para el encuentro y disfrute de la felicidad a la que cada ser humano está llamado.

La experiencia y la información bibliográfica, más algunos estudios realizados con anterioridad, demuestran la necesidad de atender mediante los procesos educativos los aspectos que afectan a la reafirmación de la personalidad del hombre que hoy más que en ningún otro momento en la historia, está siendo vapuleado por agentes externos que influyen en su proceso interno de desarrollo. Este trabajo que se está desarrollando en la actualidad con resultados parciales aún, confirma el planteamiento inicial.

El estudio servirá para posteriormente continuar con una investigación comparada con otros grupos de jóvenes con características similares en Venezuela, con el fin de enriquecer el conocimiento de la idiosincrasia propia de cada grupo. El estudio de cualquier tema relacionado con el ser humano, sus intereses y vivencias siempre es interesante, pero cuando se trata de aspectos como la autoestima y el estudio de los elementos esenciales para el desarrollo de la personalidad moral mediante el desvelamiento de los valores, adquiere una connotación especial y de trascendencia incomparable para cualquier sociedad y ámbito de investigación.

Con el enfoque teórico que conducirá al desarrollo didáctico del Método Antropológico se tratarán de explicar y comprender las diversas facetas de la vida de los seres humanos y su desarrollo moral. Las explicaciones y las teorías sobre el hombre van variando con el desenvolvimiento de la sociedad en la que se desarrolla, por esto hay que actualizar en la teoría y en la práctica el conocimiento antropológico; descubrir cómo y a través de qué mecanismos evoluciona el ser humano y si lo hace de manera equilibrada y armónica.

El método que se propone desarrollar servirá para legitimar científicamente la visión del hombre en un momento y un lugar determinado para luego poder comparar y relacionar su modo de vida y su cosmovisión del mundo en su relación con la de otros seres con visión e intereses diversos. Los estudios que afectan al hombre, a sus realidades antropológicas han sido y son instrumentos para poder realizar acciones de transformación sobre esas culturas analizadas. La necesidad de conocer la propia cultura se puede desarrollar desde varios ámbitos. La educación es un marco adecuado para lograrlo; el hacerlo mediante el desvelamiento de los valores propios de un grupo (en este caso de jóvenes estudiantes) en un lugar y momento determinado, servirá para extrapolarlo a otras muchas situaciones similares, obteniendo resultados iguales o parecidos.

SUPUESTOS TEÓRICOS

Como ya se ha planteado tres son los temas que abarca esta investigación: Autoestima, Valores y Método Antropológico, con todas las derivaciones que cada tema lleva consigo. La autoestima se trata ampliamente exponiendo sus características, niveles, dificultades. También los conceptos del sí mismo, autorrealización, autoconocimiento entre otros para que la teoría haga más fácil la práctica pedagógica. El estudio también abarca la conceptualización de Antropología, como base para el conocimiento del hombre y los valores desde su concepto axiológico y sus implicaciones en la ética y en la moral, campo de referencia para la valoración humana.

LA AUTOESTIMA

“Nadie puede hacerte sentir inferior, sin tu consentimiento”. Con base en los resultados obtenidos se puede considerar que la autoestima juega un papel importantísimo en el desarrollo de la personalidad y la felicidad en definitiva de los seres humanos, lo que está en relación directa con el sentido de la moral la cual tiene como objetivo, de acuerdo con el pensamiento aristotélico, lograr que los hombres sean felices. Hoy en un nuevo siglo, se sigue sintiendo la necesidad de buscar los medios para que cada ser humano encuentre su adecuado nivel de autoaprecio, de amor a sí mismo.

Biológicamente, desde el punto de vista de la supervivencia, el hombre tiene que darse a sí mismo una importancia por encima de cualquier otro; luchar por sobrevivir fundamentándose en los propios valores, lo cual es preferible a la expresión de autoritarismo como defensa. En el campo de la Psicología cada día se da más importancia al estado interior de la persona, nadie puede compartir una felicidad que no posee, ni inventar una autoestima que no siente. La lucha por tener un concepto adecuado del propio ser, debe formar parte de cualquier proyecto educativo, pues es, a partir del conocimiento propio, desde donde se puede proyectar cualquier programa de vida. Aunque parezca extraño, nada es más difícil que conocerse a sí mismo.

Al considerar la autoestima como algo muy importante, será preciso tener claro su concepto así como el ámbito cognoscitivo que abarca. Muchas son las definiciones dadas por diversos autores, entre ellos, uno de los más respetados en el tema, Coopersmith (1987), la define como: la evaluación que la persona realiza y que habitualmente mantiene en relación a sí misma; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto la persona se considera capaz, importante, con éxito y digna. La autoestima es un juicio personal de valor que se expresa en actitudes de la persona hacia sí misma.

Otro de los teóricos en temas sobre la autoestima es Branden (2001), quien expresa que la autoestima es una necesidad humana fundamental. No se requiere hacer cálculos sobre su conocimiento o su dinámica, pero el desconocerla, es desconocernos a nosotros mismos y llegaremos a ser un enigma para sí y para los demás. textualmente la conceptualiza en los términos siguientes:

La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos. (P. 22).

Llegar a poseer la autoestima en su nivel adecuado es un logro por el que hay que luchar. La autoestima es algo más que una opinión o un sentimiento; supone una fuerza motivadora que inspira nuestro comportamiento e influye directamente en nuestros actos. Es uno de los valores que la educación debe fomentar, valor de trascendencia que condiciona positivamente hacia la realización en el acto educativo. De acuerdo con Ramos C. (2002): “La autoestima es una actitud hacia uno mismo y como actitud, es la manera habitual de pensar, amar, sentir y comportarse. Es una disposición adquirida y se genera como resultado de la historia de cada persona”. (P.123).

La autoestima como el desvelamiento de los propios valores es un proceso de aprendizaje. Es un juicio de valor de nuestras cualidades propias, la expresión vivencial positiva o negativa estará siempre en relación con la vivencia de nuestros valores y antivalores, con nuestro proyecto de vida. Barroso (1997), define la autoestima como: “...un compromiso consigo mismo para utilizar recursos, alternativas y otros elementos que hacen de mí una persona más afectiva”. (P. 72).

Allport (1986), en su definición de autoestima expresa que ésta no consiste en un engrimeamiento ruidoso; es un silencio respetuoso de cada quien por sus propios valores; es uno de los principales factores que deciden el éxito o fracaso de la realización de una persona como ser humano.

Como puede comprobarse por los conceptos emitidos, la autoestima es el resultado de vivir con conciencia de ser uno mismo, tanto en lo interno como en lo externo, tener conciencia de los propios valores, el propio cuerpo, los propios sentimientos para luego poder sentirse yo-con-otros.

FORMACIÓN Y DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

Según Corkille (1987), los niños nacen sin sentido del Yo y cada uno debe aprender a ser humano, ya que la personalidad consciente no es instintiva, sino una realización social que aprendemos de la vida en contacto con los demás. Después de haber formado un todo con la madre durante nueve meses, el niño llega al mundo sin entender qué le ha pasado. Sin lenguaje, sin defensas, sin saber que es una persona distinta de los demás, pero con quienes debe convivir y relacionarse; luego comienza a recibir sensaciones que excitan su curiosidad, tocar, ser tocado, oír, ver objetos y personas, sentir hambre, sed, frío, calor, dolor, alegrías, y aunque cuenta con medios muy rudimentarios y primitivos, comienza con ellos a explorar un mundo nuevo, extraño a él y hostil.

Lentamente va notando diferencias entre él y el resto de los que le rodean; va tomando conciencia de las cosas, las observa y cuando el cerebro termina de formarse y desarrollarse, aprende poco a poco a hablar y así, imitando va descubriendo cómo símbolos o palabras le permiten pensar en sí mismo, separado de los otros y adquiere conciencia de ello. Aprende su propio nombre y desde este momento tiene pleno conocimiento de su persona. Entre los esquimales se dice que el hombre se compone de tres elementos: su cuerpo, su alma y su nombre.

Paso a paso va construyendo la propia imagen de sí mismo, primero mediante los sentidos y luego, por medio del lenguaje. Antes de entender el significado de las palabras, habrá reunido impresiones generales

de su persona y de lo que le rodea, a través de la forma en que lo tratan: el tacto, los movimientos corporales, las tensiones musculares, tonos de voz y las expresiones faciales y emocionales de sus más allegados, quienes darán mensajes de distinta calidad al niño.

La autoestima, factor determinante en la felicidad del adulto que se está formando, es un lento proceso educativo de la imagen propia y responde, a dos principios fundamentales que parten de las necesidades básicas: “Soy digno de que me amen” o “Importo y tengo valor porque existo” y “Soy valioso” “Puedo manejarme a mí mismo, tengo algo que ofrecer a los demás”. Estas dos necesidades primordiales no desaparecen con la infancia, nos acompañan hasta la muerte; su satisfacción es esencial para el bienestar emocional.

Por mucho que uno lo desee, no puede escapar de su persona, vivimos en intimidad con nosotros mismos y el respeto a mi Yo, es básico para el óptimo crecimiento y para lograr una vida significativa y grata. La autoestima como se ha dicho, es fruto de un proceso de crecimiento y cultivo; no se nace determinadamente con o sin autoestima, en esto tiene un gran papel la educación en la familia, en la escuela o en el medio social. Allport (ya citado), considera que la autoestima es la que determina la felicidad de cada persona por ser en gran parte un concepto que abarca sentimientos tales como: la integridad, honestidad, compasión, respeto, amor, seguridad y equilibrio que el individuo siente por sí mismo, y de sí mismo. El sí mismo, viene a representar el núcleo del propio ser.

El autor se hace estas preguntas: “¿Qué es la autoestima? ¿Es una fuerza, un instinto o un sentimiento?”. ¿No es quizás un principio obvio, una redundancia psicológica, equivalente a esa vaga, aunque indiscutible, “voluntad de vida” primordial al hombre? Si la estudiamos desde estos ángulos, no podemos considerarla como un principio explicativo, ya que se caería en un círculo vicioso. Es necesario penetrar en su significado y sus múltiples formas de actuar. No se la puede considerar como una entidad, ya que por ser básicamente coextensiva con la vida misma, está presente en todos los sentimientos y rasgos del hombre.

La autoestima es la evaluación que hace la persona y comúnmente mantiene con referencia a sí mismo; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en que el individuo se cree a sí mismo capaz, destacado, próspero y meritorio. La autoestima es un juicio personal de mérito, que adquiere significado en las actitudes y conductas que el individuo comunica a otras personas mediante reportes verbales y otras conductas expresivas abiertas.

Desde el primer momento del nacimiento del ser humano, éste comienza a acumular información sobre sí mismo y sobre el mundo que le rodea. Pronto aprende qué cosas sirven y qué cosas no le sirven, qué cosas le son permitidas y qué cosas le son negadas. Gradualmente el ser humano se va formando una serie de impresiones y actitudes sobre sí mismo y sobre las personas que le rodean.

A medida que crece, los padres, maestros y otros adultos gradualmente enseñan y dan ejemplo de los valores, normas y reglas de comportamiento de nuestra cultura y que ellos están esperando que el niño cumpla; de esta manera las normas dicen cuáles comportamientos se consideran apropiados y cuáles se consideran no apropiados. De acuerdo con esto, se puede afirmar que la autoestima no es algo heredado, sino que es fruto del aprendizaje social, y se repite de nuevo y será idea central en esta investigación, debido a la necesidad de conocer más sobre la importancia del cambio en la educación y el descubrimiento de intereses y sentimientos de los alumnos.

AUTOESTIMA Y EDUCACIÓN

Las expresiones verbales son indicadores que delatan un estado interior y por consiguiente, el contenido expresado determina el estado de autoestima. ¿Cómo poder ayudar a los educandos sea cual sea su edad?. Sabiendo discernir, percibiendo, para lo cual se requiere tanto de conocimiento teórico, como la sensibilidad perceptiva. Al respecto, Jamison (S/F), estudioso del autorrespeto y la autoestima contaba:

Una vez conocí a un hombre sabio, un maestro de escuela. Bajo su supervisión los niños florecieron; aquellos que eran malos en matemáticas, luego se superaron; quienes eran deficientes en deportes, se desempeñaron bien. Él era una de esas personas que demuestra que puedes hacer lo que nunca pensaste que podías hacer. Acostumbraba decir que nunca le pediríamos a un pato que subiera a un árbol, sin embargo sabíamos que podía nadar maravillosamente; no le pediríamos a un asno que baile, pero sí que subiera una montaña con una pesada carga, pues es fuerte y de paso seguro. Este hombre sabía que para ayudar a alguien, sólo era necesario descubrir una cosa que pudiese hacer bien. Una vez establecida la confianza y la autoestima, podría hacer otras cosas de las que nunca se creyó capaz. (P. 80).

Conocimiento y respeto por el que se educa son claves seguras para el éxito. Hay aspectos que denotan evidencia clara de una situación interior: gestos, actitudes, valoraciones. Esto es lo que hay que aprender a educar; saber leer en la palabra, en el gesto, es una obligación, tener siempre “la chispa encendida”, esa chispa de la creatividad que adivina, que imagina y estudia. No hay que olvidar que los valores de autoestima y creatividad son un binomio inseparable y debe ser manejado tanto por quien debe ocuparse de educar su autoestima, como quien tiene la obligación de educar y propiciar la vivencia de la autoestima de los demás, y son indicadores a tomar en cuenta en el desarrollo del alumno.

VALORES Y AUTOESTIMA

Según Satir (1992), el factor crucial tanto dentro de las personas como entre ellas en todos los niveles económicos y sociales y en todas las edades, es el concepto de valor individual que cada quien tiene de sí mismo: integridad, honestidad, responsabilidad, compasión y amor, entre otros, valores estos que fluyen fácilmente en la persona con autoestima a nivel adecuado. La persona siente que tiene importancia, que el mundo es un lugar mejor porque él o ella están ahí. Tiene fe en su propia competencia. Las personas vitales se sienten repletas; otras pasan la mayor parte del tiempo pensando en quién las puede hacer mal o engañar.

De aquí la importancia de educar y desarrollar las capacidades personales apelando al conocimiento de la autoestima y sus principios que son: poder, significación, virtud y capacidad; y a sus niveles determinados por una autoestima alta, media o baja. Pero como el conocer no basta se requiere también compartir conocimientos, proyectar las claves para superar los bajos niveles, lo cual según Branden (2001), se consigue si se logra:

Vivir Conscientemente	Lograr la autoafirmación
Aceptarse a sí mismo	Vivir con propósito, con objetivos
Asumir la responsabilidad de uno mismo	Integridad personal (valores)

Estos seis pilares son enunciados como prácticas que hay que vivir día a día, lo cual no es fácil, pues siempre habrá que superar dificultades del entorno, para lograr la integridad constantemente amenazada desde el exterior. Habrá que luchar por la autonomía y la dignidad, incluso en las sociedades más corruptas,

lo cual se puede lograr con un sistema educativo basado en la práctica de los principios morales, para lo que cada educador debe prepararse.

De acuerdo con Erickson (1989), todo educador debe tener claro conocimiento de los aspectos que influyen en el desarrollo del autoconcepto, el sí mismo y la autorrealización como indicadores de la autoestima; estos son:

- | | |
|----------------------------|--|
| 1- Sentido de confianza. | 5- Sentido de identidad. |
| 2- Sentido de autonomía. | 6- Sentido de la intimidad. |
| 3- Sentido de iniciativa. | 7- Sentimiento parental. |
| 4- Sentido de realización. | 8- Sentido de integración o pertenencia. |

EL MÉTODO ANTROPOLÓGICO

*“Si deseamos algo y lo hacemos
ya no será una leyenda”.*

Los temas presentados anteriormente serán ampliados y publicados con los resultados de la investigación. Las teorías deben preceder al desarrollo de cualquier método, por lo que se recomienda una preparación teórica adecuada antes de aplicarlo. Las teorías son el soporte para el arranque hacia la acción, y ante el mundo vertiginoso en el que todos nos encontramos inmersos, el quedarse viendo pasar los acontecimientos no es lo más adecuado. Estamos en los días en los cuales como ya se dijo, lo urgente no deja tiempo a lo importante. Hay que encaminarse hacia la práctica educativa entendiendo que en esta práctica no pueden existir fragmentaciones; se educa a toda la persona con sus diversas dimensiones: psicológicas, biológicas, sociales y afectivas o no estamos haciendo nada.

LA EXPERIENCIA DEL DESARROLLO DEL MÉTODO ANTROPOLÓGICO

Uno de los pioneros en países de habla hispana es el Profesor Faustino Martínez, Catedrático de Filosofía en el Instituto de Educación Secundaria “Escultor Juan de Villanueva”, en Pola de Siero del Principado de Asturias (España); el cual, ha recibido el Primer Premio Nacional de Experiencias Didácticas, por la aplicación de su método activo de enseñanza como es, el Método Antropológico; esta es una didáctica aplicada que compagina el autodescubrimiento del alumno con la ayuda tradicional del profesor; mediante la participación, el alumno se encara a sus propias experiencias, y al contrastar lo descubierto y descrito, con las ideas y soluciones que los filósofos ofrecen a los problemas de la vida, se enfrenta a su propio descubrimiento el cual conduce a la autocrítica y al compromiso. Esta experiencia se lleva a cabo con jóvenes que cuentan con edades comprendidas entre los 16 y 18 años, cursantes de la asignatura de Ética, y se viene realizando durante quince años consecutivos como materia obligatoria.

La otra experiencia es la que se desarrolla en la Cátedra Rectoral de Educación en Valores en la Universidad de Carabobo, en Valencia (Venezuela). A diferencia de la primera, se realiza en un medio no escolarizado, con adultos y como parte de un curso con un cariz de aprendizaje metodológico y crecimiento

personal. En este caso los resultados son altamente positivos en cuanto al autodescubrimiento, al autoconocimiento, conocimiento del propio yo, lo cual ayuda mucho a adquirir mejores niveles de autoestima, y en menor grado, debido a diversos bloqueos, se observa la expresión creativa bien sea gráfica ó literaria.

Esta experiencia ha sido llevada a cabo por la autora de este trabajo en torno a los cursos de Educación en Valores a partir del año 2000, durante el desarrollo de un programa cuya duración en su primer nivel es de 48 horas teórico-prácticas y un segundo nivel, más práctico que teórico, de la misma duración. Se han obtenido resultados muy positivos y esta investigación que se realiza, servirá para reforzar la experiencia, cuyos resultados se conocerán posteriormente.

DIDÁCTICA Y PEDAGOGÍA DEL MÉTODO ANTROPOLÓGICO

De acuerdo con Martínez G. (1983) y Ramos C. (2002), el Método Antropológico sigue unas fases que deben tomarse en cuenta para su aplicación; estas fases son las siguientes:

FASES:

1- Desvelamiento de alguna experiencia propia:

- a) Evocación de la experiencia
- b) Descripción de esa experiencia
- c) Profundización en esa experiencia
- d) Conciencia personal de sentirse implicado por esa experiencia.

2- Generalización de la expresión analizada:

- a) Nuevas interrogantes.
- b) Compartir la experiencia.
- c) Búsqueda en equipo de soluciones o alternativas inéditas.

3- Participación directa del educador: textos, historias, soluciones, lectura.

- a) ¿Qué se descubrió?
- b) Contraste: ¿Qué opinas?
- c) Elaboración de nuevo diccionario de términos.

4- Expresión creativa-vivencial:

Elaboración de dibujo, poesía, guión, uso constante del cuaderno para recoger lo descubierto en las diversas fases, todo lo descubierto es nueva creación.

5- Aceptación de actitudes:

Jerarquización, elección, valoración, compromiso personal, aplicación.

La Didáctica del Método Antropológico supone una metodología eminentemente activa, de reflexión crítica, compartida, por parte del alumno, que le permite llegar a diversas clases de reestructuraciones cognitivas que incluyen la verificación, lo más ajustada posible, de sus pensamientos: de su visión del mundo, de los acontecimientos vitales, de sí mismo, de los demás.

RECURSOS QUE SUSCITA LA APLICACIÓN DEL MÉTODO ANTROPOLÓGICO:

- a) Atención-Motivación: fase receptivo-motivacional inicial:
 - a.1 Motivación intrínseca implicadora.
 - a.2 Interiorización de una experiencia, toma inicial de conciencia (observa, mira, escucha, revive, evoca, describe, etc...).
 - a.3 Motivación empática, del grupo de trabajo.
- b) Reflexión crítica: fase elaborativa-procedimental:
 - b.1 Analiza la experiencia, relaciona, cuenta.
 - b.2 Ensaya una definición propia de diversos elementos de la experiencia.
 - b.3 Sintetiza la experiencia.
- c) Adquisición: fase resolutive:
 - c.1 Investiga, busca, conoce, comprueba, contrasta, verifica, comprende, afirma, plantea interrogantes nuevos, elabora un diccionario de términos (conceptualidades).
- d) Expansión: fase creativa
 - d.1 Ensaya, añade, pregunta, busca nuevas alternativas, rectifica, imagina, inventa, proyecta estrategias.
- e) Expresión: fase comunicativa
 - e.1 Narra, cuenta oralmente o por escrito en el cuaderno de clase, ensaya en un artículo, demuestra, trae materiales.

DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA DEL MÉTODO ANTROPOLÓGICO

Como se ha venido exponiendo, de acuerdo a las fases de desarrollo del Método Antropológico se utilizan diversas estrategias didácticas y diversos materiales, tales como:

- La observación directa.
- La experiencia compartida.
- La técnica de la pregunta.
- Las situaciones de la vida real como temas en discusión y análisis.
- Experiencias vividas o reflejadas por otros.

- Resúmenes.
- Producciones creativas de diversa índole.

Materiales

- Libros de texto de los grandes pensadores.
- Libros de diversos tipos que su lectura conlleve al análisis en profundidad de temas de interés.
- Lecturas diversas.
- Recursos audiovisuales: Montajes, películas, vídeos. }
- Pósteres.
- Prensa.
- Gráficos.
- Fotos.
- Otros.

Toda la puesta en práctica del Método Antropológico cuya teoría completa es extensa, tiene como objetivo el desvelamiento de los valores mediante la crítica compartida para lograr el autoconocimiento, la confianza en sí mismo, la visión clara de uno mismo ante el mundo y el amor así mismo, término a veces tergiversado. Para ayudar a aclarar la necesidad de amarse a sí mismo y aprender a hacerlo, se culmina con una breve redacción de De Mello, que cuenta lo siguiente:

¿Qué he de hacer para amar a mi prójimo? Preguntó el discípulo al maestro. Deja de odiarte a ti mismo, respondió éste. El discípulo meditó larga y seriamente estas palabras y regresó a decirle al maestro: Pero si yo me amo demasiado a mí mismo... si soy un egoísta y un egocéntrico... ¿cómo puedo librarme de mi egoísmo? Sé amigo de ti mismo, y tu yo quedará satisfecho y te dejará en libertad para amar a tu prójimo.

¿La autoestima, el amor hacia uno mismo, será la clave para el desvelamiento de los valores?

BIBLIOGRAFÍA

- Alport, G. W. (1986). **Psicología de la personalidad**. Buenos Aires. Editorial Paidós.
- Ander, C. y Lelord, F. (2001). **La autoestima. Gustarse a sí mismo para mejor vivir con los demás**. Buenos Aires, Argentina. Editorial Kairos.
- Branden, N. (2001). **Los seis pilares de la autoestima**. Barcelona, España. Editorial Paidós.
- Burs; D. (2000). **Autoestima en 10 días. Pasos para vencer la depresión, desarrollar la autoestima y descubrir la alegría**. México. Editorial Paidós.
- Corkille, D. (1990). **El niño feliz. Su clave psicológica**. México. Editorial Gedisa, C.A.
- De Mello, A.(1998). **La oración de la rana**. Santander. España. Editorial Sal Terre.
- En la red: <http://copsa.cop.es/Congresoiberoa/baseclínicact18.htm>.

Erickson, E. (1989). **Los orígenes de la violencia**. Valparaíso. Chile. Editorial Vitoria.

Martínez G., F. (1993). **Experiencia didáctica e investigación del Método Antropológico en el aula de Filosofía y Ética**. (Primer Premio Nacional de Investigación y Experiencias Didácticas. Asturias España. Mimeografiado.

Ramos Crespo, Ma. G. (2002). **Para educar en valores. Teoría y práctica**. El Hatillo. Edo. Miranda, Venezuela. Editorial Hijas de San Pablo.

Satir; V. (1992). **Relaciones humanas en el núcleo familiar**. México, D. F. Editorial Pax.