



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

“EL AUTOCONCEPTO Y LA AUTOESTIMA COMO VALORES CLAVES PARA LA EDUCACIÓN”

AUTORÍA M ^a ROSARIO SÁNCHEZ-ROMERO RODRÍGUEZ
TEMÁTICA AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA
ETAPA EI, EP, ESO...

Resumen

La manera más sugerente de poner de relieve la importancia del autoconcepto y la autoestima en el conjunto de la vida es considerarlo como un valor clave para un desarrollo humano integrado. Para ilustrar esta idea nos basaremos en el trabajo de Hall y Tonna respecto a los valores relacionados con el “sí mismo”. Para ello es necesario realizar una aclaración terminológica entre autoconcepto y autoestima, aunque existen autores que lo utilizan como sinónimos. Posteriormente realizaremos unas tablas evolutivas sobre el autoconcepto para saber en qué momento evolutivo se encuentra el niño/a.

Palabras clave

- Autoconcepto
- Autoestima
- Valores

0. INTRODUCCIÓN:

Es imposible educar sin principios educativos y sin valores. Insertar en los centros educativos una pedagogía de valores es educar al alumnado para que se oriente hacia el valor real de las cosas, se trata de educar moralmente.

1. AUTOCONCEPTO, AUTOESTIMA Y VALORES:

El autoconcepto y la autoestima requieren importancia cuando es considerado un valor imprescindible para el desarrollo integral de la persona.

Para ilustrar esta idea nos basaremos en el trabajo en valores de Hall y Tonna respecto a los valores relacionados con el “sí mismo”.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 26 – ENERO DE 2010

1.1 Autoconcepto y valores

Los valores se entienden, desde esta perspectiva, como *“prioridades que tienen su reflejo en la conducta humana, y son la base que da significado, impulsa y motiva a la persona”*.

Según Hall y Tonna, los valores están conectados entre sí y evolucionan en recorridos predecibles a través de cuatro fases de desarrollo. El predominio de unos valores en una determinada fase refleja una correlativa visión del mundo.

Los valores de la fase I presentan una realidad externa de la que hay que protegerse. Los de la fase II, un mundo organizado jerárquicamente según normas y reglamentos concretos. En la fase III la visión del mundo está mucho menos estructurada. En esta fase se verifica una importantísima evolución que va desde la autoafirmación y la independencia hasta la colaboración interpersonal e interinstitucional, lo que amplía la visión del mundo hasta aquella que nos proporcionan los valores de la última fase. Los problemas del ser humano, se contemplan en la fase IV desde una perspectiva nueva y globalizadora.

Comenzamos en la fase I, por el valor autopreservación. Es la experiencia de sentirse protegido y a salvo en el mundo. Idealmente comienza con el nacimiento, en la propia familia, desde una experiencia inicial de inseguridad e indefensión. Poco a poco se va produciendo un ajuste, y la persona se siente menos ansiosa y más cómoda con el mundo y empieza a interiorizar el valor seguridad.

En la fase II el mundo se ve completamente diferente y con una orientación social. El valor clave es autoestima. Es un valor integrado en el aspecto social, que significa que la persona necesita ser valorada por los demás para crecer confiando en las otras personas.

La autoestima, en esta segunda fase, precede al valor competencia / confianza en sí mismo, porque uno tiene que sentirse valioso y bien consigo mismo antes de aprender a sentirse y a ser competente.

La autoestima, de acuerdo con este modelo, es el valor más importante para el desarrollo humano. Sin autoestima no confiamos en los demás, lo que limita seriamente nuestra capacidad para aprender, trabajar y relacionarse con los otros.

El puente hacia la fase III es la competencia / confianza, que se convierte aquí en autorrealización. Competencia es, aprender de los otros lo que uno necesita para funcionar, en la escuela primero y en el trabajo después.

El valor intimidad en la fase IV hace referencia a la necesidad de experimentar armonía tanto respecto de uno mismo, como en relación con otras personas. Esta visión del mundo implica trascender el punto de vista individual. Ya no se trabaja desde el “yo”, sino junto con otras personas. El individuo tiene un control interno y una responsabilidad externa en el mundo.

2.2 La autoestima como valor:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

La autoestima es la percepción personal que tiene un individuo sobre sus propios méritos y actitudes, o dicho de otro modo, es el concepto que tenemos de nuestra valía personal y de nuestra capacidad.

Ésta se construye a partir de las personas que nos rodean, de las experiencias, vivencias y sentimientos que se producen durante todas las etapas de la vida; de aquí el aspecto variable de este valor. Las etapas más importantes para su adquisición son la infancia y la adolescencia.

La visión que tiene la persona de sí misma, viene determinada por la valoración que han hecho las personas más importantes de su vida (padres y educadores).

Tenemos que enseñar a cada niño desde la infancia a descubrir en su interior, lo mejor de su personalidad. Cuanto más lo tratemos como ser importante y digno de atención, y se sienta amado y aceptado, mejor autoconcepto tendrá. El autoconcepto comprende las percepciones y los sentimientos de confianza, valoración, capacidad y aceptación de uno mismo.

La persona no nace con un determinado concepto de sí misma, sino que, a partir de sus experiencias e interacciones con el entorno, va desarrollando, poco a poco, el sentido de la propia identidad. El autoconcepto es aprendido, no se hereda. El autoconcepto o autoimagen que cada cual se forme va a determinar, en gran medida, la manera cómo afrontará la vida, las iniciativas que va a tomar, los niveles de aspiración y realización, su relación con los demás...

Sin cierta dosis de valoración de sí mismo, o autoestima, la vida puede resultar dolorosa y hacerse imposible la satisfacción de muchas necesidades básicas.

La persona con autoestima elevada, es decir, aquella que acepte sus características físicas y psicológicas, es capaz de afrontar cualquier reto que se le presente.

Por otro lado, todos necesitamos ser valorados por los demás para crecer con confianza en nosotros mismos y en los otros.

2.3 Confusión terminológica entre autoestima y autoconcepto:

Debido a la confusión terminológica algunos autores distinguen entre autoconcepto y autoestima y otros los utilizan como sinónimos como es el caso de Shavelson y colaboradores puesto que no encuentran apoyo empírico que les permitan establecer diferencias entre ambos conceptos.

Algunas matizaciones sobre ambos conceptos:

La autoestima hace referencia a la evaluación que el sujeto hace de sí mismo, implicando un juicio de valor que supone aceptación o rechazo. Se trata de *la actitud positiva o negativa hacia uno mismo*. La autoestima, por tanto, se refiere al componente evaluativo-afectivo del autoconcepto. Toda descripción de uno mismo está cargada de connotaciones evaluativas, afectivas y emotivas, por lo que existe una tendencia a considerar la *autoestima como un aspecto del autoconcepto* y un modo de orientación hacia el "sí mismo". La autoestima se refiere al valor que el individuo atribuye a su particular descripción de sí mismo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

2.4 Definición de autoconcepto:

No existe una única definición unánime aceptada del término autoconcepto, dado que su estudio se ha enfocado desde diferentes perspectivas teóricas.

Sin embargo, sí existe coincidencia en el carácter pluridimensional del autoconcepto. Se considera que el autoconcepto está integrado por varias dimensiones, ámbitos o facetas, algunas de las cuales están más relacionadas con aspectos de la personalidad, mientras que otras aparecen más vinculadas al logro académico.

Definir el autoconcepto es importante, no sólo desde el punto de vista teórico, sino también práctico, porque nos ayuda a partir de un marco conceptual común, a concretar y delimitar a qué nos estamos refiriendo, qué dimensiones lo componen u en qué comportamientos concretos se manifiesta. Todo ello es necesario para observar posteriormente a nuestros alumnos, recoger información sobre cómo se perciben a sí mismos y orientarles acerca de las pautas o estrategias más adecuadas para desarrollar un autoconcepto positivo y ajustado a las propias potencialidades y capacidades. En definitiva, la manera de entender el autoconcepto condiciona su evaluación y las posibilidades de intervención.

Tomando como referencia el modelo teórico y la definición propuestos por Shavelson y colaboradores se entiende el autoconcepto como *la percepción que cada uno tiene de sí mismo, que se forma a partir de las experiencias y las relaciones con el entorno, en las que las personas significativas desempeñan un papel importante*.

2.5 La autoestima y el autoconcepto en el marco de la L.O.E.:

Ciertamente, la LOE da entrada a objetivos y contenidos no meramente instructivos, y atribuye una gran importancia a las actitudes, a los valores y a su transversalidad. Sin embargo, consideramos que tanto en el texto legal como en los documentos que desarrollan la ley, el tratamiento que hace de la autoestima o autoconcepto resulta insuficiente.

Algunos análisis rigurosos (Bunes y otros, 1993) detectan en el texto de la ley una serie de ausencias reseñables: las referidas a los valores relacionados con el conocimiento personal, la autoafirmación y la realización de uno mismo. Se destaca la ausencia de referencias al autoconcepto o autoestima, ya que sin este valor cualquier intento de desarrollo humano sería muy problemático. En el texto legal no se otorga la importancia debida a las necesidades fundamentales, como la preocupación por la supervivencia física, la seguridad, material y emocional, o la autoestima, valor clave de todo desarrollo personal constructivo.

Las referencias que aparecen son escasas y casi siempre relacionadas con autonomía, más que con autoestima o autoconcepto. Sin embargo, la autoestima es un paso previo para poder alcanzar la autonomía.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 26 – ENERO DE 2010

Donde se aborda explícitamente la autoestima es en la orientación y la tutoría, en la acción tutorial. Entre las funciones de la orientación, cobran especial relevancia las intervenciones encaminadas a conseguir un adecuado desarrollo personal del alumno. La acción educativa no puede centrarse exclusivamente en la transmisión de conocimientos, sino también ha de velar por el logro de todos aquellos objetivos que hacen referencia al desarrollo de una personalidad equilibrada y sana. Si defendemos que la escuela ha de proporcionar una educación integral y personalizadora y no meramente instructiva, la meta de la educación sería “aprender quién es uno mismo y llegar a serlo”.

Nuestro contexto legal considera al profesor-tutor la persona clave para dotar de coherencia al proceso. En la acción tutorial se pretende desarrollar una relación personal con cada alumno para adecuar la intervención educativa a sus necesidades específicas y favorecer la cohesión del grupo-clase, buscar la cooperación de la familia y apoyar al profesorado.

Sin embargo, la formación del autoconcepto compete, además, a las distintas áreas del currículo. En este sentido, podríamos o deberíamos considerarlo uno de los *temas transversales*, si entendemos estos últimos como aquellos que están presentes en el desarrollo de las diferentes áreas curriculares por su carácter interdisciplinario y globalizador.

Se considera que es necesario dar un tratamiento adecuado y suficiente al autoconcepto y la autoestima, y ofrecer al profesorado orientaciones metodológicas para trabajarlos a lo largo del proceso educativo.

2.6 La autoestima:

En nuestra década numerosas investigaciones psicopedagógicas sobre la autoestima ponen de manifiesto la importancia decisiva de la misma para el pleno desarrollo del potencial dinámico de la persona. La profesora P. Saura (1996) destaca la centralidad de la autoestima y del autoconcepto en el área de la motivación.

La autoestima es uno de los bienes básicos que una persona necesita para ser feliz. Sin la convicción de que tenemos capacidad para proponernos proyectos y de llevar a cabo al menos algunos de ellos, nos faltan el ánimo y la ilusión, y no tenemos ganas de emprender nada que valga la pena. Pero si nos percatamos de que no somos el centro del universo, pero sí personas con fuerza suficiente como para hacer proyectos valiosos, porque todos lo somos, entonces habremos abierto el camino hacia la realización persona.

La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta nuestra existencia (Gil, 1977); y sus principales componentes o factores son los sentidos de seguridad, autoconcepto, autoaceptación, pertenencia, motivación y competencia.

La autoestima es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta en el concepto de nuestra valía personal y de nuestra capacidad; es, pues, la suma de la autoconfianza, del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que nos tenemos a nosotros mismos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 26 – ENERO DE 2010

Así pues la autoestima hace referencia a una actitud hacia uno mismo, generada en la interacción con los otros, que comprende la percepción, estima y concepto que cada uno tiene de sí mismo; e implica un adecuado desarrollo del proceso de identidad, del conocimiento y valoración de sí mismo, del sentido de seguridad y de pertenencia, del dominio de ciertas habilidades de comunicación social y familiar y del sentimiento de ser útil y valioso para los otros.

Cuanto más positiva sea nuestra autoestima, más preparados estaremos para afrontar las adversidades y resistir las frustraciones, más posibilidades de ser creativos...

Algunas respuestas que constituyen el común denominador de las diversas investigaciones (Gil, 1997), sobre cómo educar la autoestima:

- Necesidad de liberarse progresivamente de sentimientos negativos, de ideas erróneas y de caretas de interpretación, para llegar a aceptarse a sí mismo.
- Reconocer qué no es la autoestima.
- Aprender a evaluar la conducta propia sin caer en sentimientos de culpabilidad o neurosis de angustia.
- Aceptar que las apariencias no son lo más importante.
- Vivir activamente. Asumir responsabilidades.
- Perder el miedo a revelar los sentimientos y debilidades propios a los amigos.
- Desarrollar habilidades sociales.
- Suscitar conductas asertivas.
- Vivir según el propio sistema de valores, no dejándose invadir.
- Derribar barreras internas para tener éxito en el trabajo y en las relaciones con otras personas.
- Ser auténtico y consecuente en las relaciones.
- Fomentar la autoestima de los otros.
- Tener el coraje de aceptarse cada vez más, comprendiendo que ése es un derecho básico e irrenunciable.
- Practicar la autorrelajación y la autosugestión positiva.
- Aprender a tomar decisiones.
- Entrenarse en la solución de problemas.

2.7 Percepción del autoconcepto en las distintas etapas:

Desde su ingreso en el centro escolar, al inicio de la Educación Infantil, hasta que lo abandona al finalizar la Educación Secundaria, la forma en que el estudiante se percibe cambia totalmente. Los cambios en la manera de percibirse y de interpretar su experiencia, evoluciona desde percibirse de manera absoluta, a partir de características observables y de las reacciones de los otros, hasta la capacidad de introspección propia del adolescente.

En la evolución del autoconcepto se contemplan dos aspectos:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

- Se refiere a su consideración como entidad separada de los otros objetos y personas y con límites claramente definidos. Se extiende desde el nacimiento hasta aproximadamente los ocho años.
- Corresponde al desarrollo del concepto de uno mismo como persona única y diferente de las demás. Se inicia en torno a los ocho años y culmina en la adolescencia.

Es importante que el educador conozca en qué momento evolutivo se encuentra el autoconcepto de los niños y niñas con los que trabaja; que sepa de dónde viene y hacia dónde se dirige ese autoconcepto en desarrollo.

Características del concepto de “sí mismo”, desde que el niño se incorpora al ámbito académico, en la Educación Infantil, hasta que finaliza la Educación Secundaria ya en la adolescencia:

- En la Educación Infantil:

Desarrollo del autoconcepto: 0-2 años

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Se configura la imagen corporal. • Empieza a encontrar diferencias entre sí mismo y los objetos y personas de su entorno. • Recibe de los padres información sobre sí mismo. • Su conducta está relacionada con la satisfacción de necesidades básicas. • Es muy sensible al cariño y a la aceptación del adulto. |
|---|

Desarrollo del autoconcepto: 2-5/6 años

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Progresiva afirmación del sí mismo y diferenciación respecto de los demás. • Se sientan las bases del autoconcepto. Adquieren gran importancia las reacciones de los adultos próximos. • Actitudes de oposición: paulatina afirmación de la propia individualidad. • Aparecen conductas de imitación y de alternancia de papeles en relación a los padres. • Aumenta la relación con los iguales. • Se describen a sí mismos utilizando características muy concretas. • Recurren a la comparación temporal para evaluar las propias capacidades. |
|---|

- En la Educación Primaria:

Desarrollo del autoconcepto: 6-8 años

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Aprende a situarse en el marco escolar y a integrar nuevas percepciones de sí mismo. |
|--|



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

- Aumenta la importancia de los iguales. El sentimiento de pertenencia al grupo influye en el sentido de identidad y en la autoestima.
- En la autodescripción aparecen características personales, atributos emocionales, rasgos interpersonales.
- Se mantiene la comparación temporal como criterio para valorar las destrezas cognitivas. Al final del periodo se inicia la comparación social, aunque todavía se realiza de forma indiscriminada.

Desarrollo del autoconcepto: 8-12 años

- El autoconcepto se basa fundamentalmente en la comparación social.
- Aumenta el nivel de expresión, conocimiento y competencias sobre sí mismo.
- Presencia del amigo íntimo, pero todavía no es duradero.
- Papel fundamental de la escuela: desarrollo de nuevas habilidades y oportunidades de comparación social.

- En la Educación Secundaria:

Desarrollo del autoconcepto: la adolescencia

- Búsqueda de diferenciación y afirmación de la propia identidad que desemboca en un autoconcepto personalizado.
- Integración de los cambios corporales y ajuste de la imagen.
- Conciencia de las propias capacidades y aptitudes.
- Conquista de la autonomía personal.
- Identificación con el grupo, intensa pero temporal.
- Capacidad de introspección y de considerar el punto de vista de los demás: conciencia de su mundo interior.
- El desfase respecto al grupo en la adquisición de habilidades cognitivas puede ser origen de problemas.

Durante la adolescencia tiene lugar una búsqueda de diferenciación que va a desembocar, con la afirmación de la propia identidad, en un autoconcepto personalizado. En el proceso influyen tres factores:

- La maduración física.
- La vida académica.
- La conquista de la autonomía personal.

Las transformaciones que el adolescente experimenta en su cuerpo hacen que centre su atención en su imagen corporal. A medida que suceden los cambios, el adolescente ha de integrarlos, ajustando su imagen, y aceptarlos, para que se produzca una adaptación válida a su propio sexo y al opuesto. La



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

aceptación e integración de sus nuevas características corporales contribuye a la valoración de uno mismo y a la afirmación de la propia identidad.

En la vida académica los estudiantes adolescentes se ven obligados a confrontaciones cada vez más sutiles. De manera progresiva y cada vez más precisa, el adolescente reconoce sus capacidades, aptitudes, talentos y limitaciones. Este conocimiento ayuda al desarrollo de sus sentido de competencia.

La búsqueda de la identidad se manifiesta en la conquista de la autonomía personal. Ellos/ as quieren distinguirse de sus padres y desean adquirir independencia. Poco a poco van desarrollando rasgos de carácter, maneras de pensar y de comportarse propias y diferentes de las de los adultos de su entorno. Al separarse del mundo de los adultos buscan seguridad mediante la identificación con un grupo que comparta vitalmente sus mismas circunstancias.

El grupo reemplaza a la familia como fuente principal de información; además, proporciona autoestima, apoyo mutuo, pautas y modelos similares con los que poderse comparar, y la oportunidad de practicar y ensayar tareas preparatorias para la edad adulta. El adolescente se identifica con su grupo de manera intensa, pero temporal, lo que le da fuerzas para progresar hacia una nueva diferenciación: lo que yo soy y lo que es el grupo de personas que comparten las mismas circunstancias.

Las reformulaciones del autoconcepto se suceden y, poco a poco, el adolescente camina hacia la definición de un autoconcepto más estable, coherente y seguro, debido a su mayor personalización (Burns, 1982; L'Ecuyer, 1985).

El adolescente es cada vez más consciente de su mundo interior de pensamientos, sentimientos y deseos. Su sensibilidad hacia los sentimientos interpersonales se pone de manifiesto en los términos utilizados para describirse, así como en la importancia que concede a las relaciones interpersonales.

Dos influencias fundamentales hacen que el autoconcepto de los adolescentes sea muy diferente del de los niños:

- Su desarrollo cognitivo, que le permite separarse de los conceptos iniciales, individuales e intuitivos y alcanzar conceptos generales, diferenciados y ordenados.
- La capacidad de ponerse en el lugar de los otros, que permite al adolescente ver el mundo, incluido el "sí mismo", desde el punto de vista de los otros. Mediante la interacción social, el individuo descubre su mundo interior, conceptualiza el "sí mismo" en términos de relaciones interpersonales, llega a nuevas conclusiones sobre sí mismo e incluye este conocimiento en el conocimiento de sí mismo (Rosenberg, 1986).

Durante los primeros años de este período, a menudo, los adolescentes imaginan que ocupan un lugar central en el pensamiento de las demás personas, y, de acuerdo con esta creencia, se comportan como si estuvieran ante una gran audiencia. Otra idea frecuente es que sus pensamientos, sentimientos, motivos y experiencias son de tal manera singulares que no pueden ser comprendidos por otras personas. Es importante para los educadores conocer estas características y sus implicaciones para ayudar a sus alumnos en la construcción de sus identidades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 26 – ENERO DE 2010

No todas las habilidades cognitivas que afectan al autoconcepto se desarrollan al mismo ritmo. Así, un adolescente puede desarrollar su capacidad de introspección y reconocer su mundo interior de emociones, sentimientos, pensamientos y deseos antes de tener una comprensión suficiente de los otros que le permita conocer en qué difiere de sus compañeros. La habilidad para el pensamiento abstracto puede aparecer mucho antes que la disposición para utilizar conceptos diferenciados; es decir, se puede ser capaz de llegar al concepto de persona y, sin embargo, no identificar los aspectos que constituyen la propia singularidad y marcan la diferencia con el grupo.

Los educadores han de tener presente que un desfase en la adquisición de habilidades cognitivas, o con un ritmo muy diferente respecto al grupo, puede ser origen de problemas relacionados con el autoconcepto. Según Rosenberg, los problemas de conceptualización relacionados con la imagen de uno mismo son más frecuentes en los primeros años de la adolescencia, en tanto que los problemas posteriores suelen estar relacionados con la autoestima.

3. BIBLIOGRAFÍA:

- Carreras, LL., Eijo, P., Estany, A y otros. (1998). *Cómo educar en valores. Materiales textos-recursos técnicas*. Madrid: Editorial Narcea.
- Paniego, J.A. (1999). *Cómo educar en valores. Métodos y técnicas para desarrollar actitudes y conductas solidarias*. Madrid: Editorial CCS.
- Garma, A y Elexpuru, I (1999). *El autoconcepto en el aula. Recursos para el profesorado*. Barcelona: Editorial Edebé.

Autoría

- Nombre y Apellidos: M^a Rosario Sánchez-Romero Rodríguez
- Centro, localidad, provincia: Rota (Cádiz)
- E-mail: chari.super@hotmail.com