



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

“LA AUTOESTIMA DEL ALUMNO. ELEMENTOS E INFLUENCIAS. DETECCIÓN E INTERVENCIÓN”

AUTORÍA JUAN IGNACIO VEGA-LEAL CID
TEMÁTICA ACCIÓN TUTORIAL
ETAPA ESO

Resumen

La autoestima del alumno o alumna se establece como uno de los aspectos más relevantes que influyen en la conducta que éste o ésta exhiben en los distintos contextos en que participan, entre ellos, el aula. Dado que dicho elemento se configura a partir de distintas fuentes, la escuela –por el Sistema Educativo- puede tomar parte en este tema, a través de intervenciones planificadas que partan de enfoques cooperativos, ya que la metodología a adoptar se establece como *crítica* en el tratamiento de esta cuestión. Se realiza en estas páginas una breve descripción de los elementos que inciden en la configuración de la autoestima del alumno junto con algunos índices para valorarla y una propuesta para intervenir en ella desde el aula.

Palabras clave

Autoestima

Teoría del Apego

Estilos Parentales

Identificación de problemas

Intervención en la Autoestima



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

1. ELEMENTOS QUE INCIDEN EN LA AUTOESTIMA DEL ALUMNO

La autoestima de un alumno o alumna es algo que se configura desde el mismo momento del nacimiento, desde los primeros años de vida. Si bien se entiende que ésta es un elemento dinámico, que puede verse influido en la adultez, lo cierto es que, normalmente, poco cambia tras la revolución que experimenta en la adolescencia.

Su formación podría estar vinculada con aspectos biológicos, internos, pero, y sin duda alguna, son los aspectos sociales, educativos, los más implicados en su desarrollo en un sentido positivo u otro – negativo. Y asimismo, la propia autoestima se configura como elemento que se retroalimenta; así, una autoestima positiva ayuda a contemplar el mundo y las vivencias desde una perspectiva más realista, más ajustada a lo que realmente acontece, y una negativa hará ver el mundo desde otra más pesimista, en la que siempre “se pierde”. Esta forma específica de percibir los acontecimientos determinará las conductas, y éstas incidirán en aquella, modulándola.

Pero su formación no es algo que esté determinado por un solo aspecto, por un solo contexto. Los diversos ambientes de los que participa el alumno o alumna van configurando, en un sentido u otro, la autoestima del o la menor, a través de la propia interacción con los agentes de dichos contextos. Y si la conducta del menor se ve influenciada por su autoestima, no es menos cierto que la autoestima de dichos agentes configura las acciones y actitudes que éstos exhiben en la interacción con el alumno. Por eso es necesario detenerse a valorar cómo y en qué medida influyen las “autoestimas” de esos agentes.

- La influencia de la autoestima de los padres sobre la conducta del alumno

La autoestima de los padres influye en la conducta del alumno en clase, ya que aquélla afecta al desarrollo de éste incidiendo en todas y cada una de las conductas que tienen lugar en la interacción doméstica diaria.

Así, la autoestima de la madre o del padre tendrá su repercusión en la manera de enfocar y tratar una conducta disruptiva de su hija o hijo, en el sentido de los “estilos parentales”; de esta manera, la propia autoestima de la hija o hijo se manifestará, en un sentido u otro, en el contexto escolar, cuando adopte el rol de alumna o alumno.

Por otra parte, la autoestima también se relaciona mucho con las manifestaciones de afecto y el manejo de los sentimientos y de las emociones, lo cual es fundamental en la relación entre padres y madres y sus hijos. Esto tendrá su incidencia a través del denominado “apego” (Bowlby, 1958), que será, como algunos estudios ya han verificado, un factor decisivo en la configuración de la propia autoestima de la niña o niño.

- La influencia de la autoestima del profesor sobre la conducta del alumno

La autoestima se constituye como factor que incide de manera determinante en todos los aspectos relacionados e implicados en el complejo proceso de enseñanza-aprendizaje. Es la autoestima del docente la que determinará –al menos, en parte- la actitud del mismo ante las diversas tareas, ya sea ésta programar actividades, responder a dudas, incorporar innovaciones en su metodología o establecer la forma de evaluar a su alumnado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

Asimismo, una autoestima positiva orientará su actitud hacia el positivismo, lo cual se manifestará también en el trato diario con sus alumnas y alumnos. Sin embargo, una autoestima baja, negativa incluso, le llevará a tomar decisiones desde el miedo, desde su escasa consideración hacia sí mismo.

Y es que la autoestima se refleja –como no puede ser de otra manera- en el quehacer diario; se entiende que una o un docente –así como cualquier persona-con una autoestima positiva y un autoconcepto adecuado, se quiere a sí misma, se respeta, y ello afecta a la seguridad con la que imparte las clases, responde a las dudas, o trata a los padres de una alumna o un alumno concreto.

- La influencia de la autoestima del alumno en su comportamiento en el aula.

Junto con la autoestima del docente, es uno de los elementos (a este nivel) más decisivos en la relación que se establece en el aula, en el denominado “clima de aula”. Esto es así ya que la autoestima del alumno se manifiesta en las diversas conductas de éste.

Podemos encontrar, por ejemplo, relaciones directas entre la autoestima del alumno y su comportamiento social, concretamente, con el rasgo “introversión-extraversión”. Así, un niño o una niña con una autoestima baja o negativa, se comportará de manera algo retraída, tendrá escasos amigos en el aula, y tenderá a ceder en sus actitudes para no ser excluido o excluida del grupo (la “presión de grupo”), pudiendo llegar a comportarse de manera disruptiva para seguir en el grupo.

Sin embargo, un alumno con una autoestima positiva, adecuada, sabe que es quién es, con sus cosas buenas y no tan buenas, pero todas, propias; sabe, además, que es precisamente eso lo que le hace diferente al resto, lo que le convierte en sí mismo; y se valora precisamente por ello, porque también le han enseñado a hacerlo (volvemos a las relaciones entre estilos parentales, apego y autoestima). No temerá, por lo tanto, a perder ninguna relación social por ser quién es, dado que se respeta y respeta a los demás.

De igual forma sucede en la manera de afrontar el aprendizaje, esto es, los nuevos contenidos. Una autoestima positiva no determinará necesariamente el éxito escolar, pero llevará al alumno que la posea a situarse frente al aprendizaje, *versus* la tarea concreta, desde una actitud favorable, tendente a admitir el error y a buscar el aprendizaje a partir del mismo. Por el contrario, es más que probable que el alumno con una autoestima baja, ante una tarea desconocida, ni se atreva a preguntar, o que la afronte desde el “no puedo” lo que le llevará, probablemente, a abandonar la tarea ante la primera frustración.

2. EL PAPEL DE LA FAMILIA EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA DEL ALUMNO

Sin intención de minimizar la importancia de otros factores, es la familia el elemento que de una manera más determinante incide en el desarrollo de la autoestima del niño, sea hacia una u otra dirección. Son varias las razones que argumentan, que fundamentan, la importancia de los agentes de socialización primaria.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

El niño y la niña, desde su primera infancia, van desarrollando la autoestima, la van conformando a partir, principalmente, de la estimación que los otros realizan sobre sus capacidades y de la calidad de la interacción, especialmente en términos afectivos. De esta manera, el papel de la familia como agente de socialización primaria, y sobre todo, como favorecedor del vínculo de apego, se erige en elemento primero de consideración en la génesis de la autoestima del niño o de la niña.

El apego o “vínculo afectivo” se establece en los primeros años de vida con la madre y el padre. Siguiendo lo propuesto por John Bowlby en 1958 en su libro “Maternal Care and Mental Health”, ese vínculo se genera como garantía de satisfacción de las necesidades básicas, tanto fisiológicas como afectivas, del infante. Más tarde, Mary Ainsworth completó esta teoría diferenciando entre tres tipos del mismo, configurados principalmente por la percepción que tiene la niña o el niño sobre la disponibilidad de la figura de apego para satisfacer dichas necesidades. El desarrollo de uno u otro tipo de apego (“seguro”, “inseguro” o “indiferente”) va a ser fundamental en la configuración de la personalidad, de la cual la autoestima, bebe.

Asimismo, la familia ejerce otro papel más que relevante en el desarrollo de la autoestima –y de la personalidad- del niño o niña por medio del establecimiento del “estilo parental”, esto es, la combinación resultante del manejo del afecto, la comunicación y las normas y responsabilidades. Siguiendo la taxonomía más aceptada, podemos encontrar cuatro tipos de estilos en función de esos elementos:

- El democrático, caracterizado por una alta comunicación, tanto en cantidad como calidad, un grado de afecto también elevado, compaginado con una aceptación de normas y responsabilidades adecuadas a la edad y con un carácter progresivo.
- El autoritario, que presenta una escasa comunicación, ausencia de afecto y asignación de normas y responsabilidades no adecuadas a la edad, con una predilección por castigos (bien retirando premios, bien aplicando estímulos aversivos).
- El permisivo, en que la comunicación y el afecto son altos, pero la asunción de normas y responsabilidades por el infante es inexistente, no aplicándose sanciones a la conducta inadecuada.
- El ecléctico o no determinado, que presenta una mezcla de los tres tipos expuestos.

El establecimiento de un tipo u otro de estilo parental va a condicionar, y mucho, el desarrollo de la autoestima del niño o de la niña. Así, el democrático favorece más que los demás la génesis de una autoestima adecuada ya que permite al niño o niña avanzar en su progresiva autonomía dentro un contexto de calidad afectiva que le proporciona la seguridad necesaria para hacerlo con éxito. La autoridad basada en la explicación empática favorece, además, que el niño o niña adquiera consciencia sobre sus actos y las consecuencias de los mismos, posibilitando el desarrollo de una personalidad armónica. Por contra, el niño o niña que se cría en un entorno familiar caracterizado por el estilo autoritario, crecerá sin la posibilidad de aprender a enfrentarse a los problemas, y la ausencia de afecto y comunicación no le permitirá asumir algo que, como ya se expuso, es fundamental en el desarrollo de la autoestima: la percepción del afecto de los que son las figuras más significativas en la vida del niño.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

De igual manera, si bien la configuración de un estilo permisivo no es incompatible con la percepción de dicho afecto, no permite al niño experimentar las consecuencias de sus actos, convirtiéndole en algo así como un “*potrillo salvaje*”: alguien irresponsable, incapaz de prever las consecuencias de su conducta lo que es poco eficiente a nivel social.

Estos dos elementos expuestos, “apego” y “estilo parental”, relacionados sin duda alguna, constituyen los elementos principales que otorgan a la familia ese carácter de excepcionalidad en la configuración de la autoestima del menor. Y si bien, los iguales, que adquieren su máxima significancia en la adolescencia (momento crucial en el desarrollo de la autoestima) son otro factor fundamental, ¿acaso el o la adolescente no es antes niño o niña? Es decir, ¿acaso no influye, por lo tanto, el apego y el estilo parental en la elección (por resumir dicho proceso en una palabra) del grupo de iguales? ¿Y no condicionarán dichos elementos toda la influencia del grupo de iguales en la autoestima?

3. ¿CÓMO IDENTIFICAR UN ALUMNO O ALUMNA CON PROBLEMAS DE AUTOESTIMA EN EL AULA?

Son varios los ámbitos donde la autoestima de un alumno o alumna se muestra, se hace visible. Por ello es necesario obtener información relevante de dichos ámbitos, para poder identificar correctamente la autoestima.

Un elemento de información significativo puede obtenerse a partir de los padres. Bastaría con preguntarles en las reuniones que normalmente tienen los tutores con ellos, sobre las expectativas que tienen sobre su hijo o hija, tanto a nivel académico como profesional. Las expectativas que tienen los padres suelen reflejar el grado de confianza en las capacidades del menor, lo que se traduce en la calidad del afecto en las interacciones familiares; y como ya se ha expuesto, éste es un elemento importante en el desarrollo de la autoestima del niño.

Otro elemento importante podemos obtenerlo a partir de la integración del alumno o alumna en el grupo. Un alumno o alumna con una autoestima positiva, adecuada, no tardará en establecer relaciones sociales con su grupo de iguales, dado que no presenta temor al rechazo, confiando en su valor como individuo; por el contrario, una alumna o alumno con una autoestima baja no tendrá muchas relaciones sociales con el grupo de iguales; podrá tener dos o tres amigas o amigos en el mismo, pero no se saldrá de dicho subgrupo. Para obtener información sobre esto, es muy eficaz el empleo de la observación en contextos naturales (esto es, durante el recreo, donde la actividad de los alumnos y alumnas es espontánea y no dirigida por el adulto).

Junto con la observación - y también en este sentido-, son muy útiles los sociogramas, como técnica para valorar las relaciones existentes entre los alumnos, pudiendo observar en los mismos cuáles son los alumnos o alumnas menos integrados en el aula. Y ello, es decir, el grado de integración de una alumna o alumno en su grupo-clase es –normalmente y en ausencia de otros indicadores- un buen indicador sobre el grado de la autoestima.

Por otra parte, la propia conducta en el aula en relación con el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno o alumna es otro elemento que nos puede aportar información sobre su autoestima. El alumno



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

o la alumna con una autoestima adecuada no tendrá problema alguno en preguntar, en voz alta, ante toda la clase, las dudas que le surjan, seguro –o segura- de sí mismo. Por el contrario, el alumno o la alumna con una autoestima baja tendrá serias dificultades para consultar una duda en voz alta, temeroso o temerosa de que la audiencia pueda ridiculizarle. Asimismo, verbalizaciones como “no puedo hacerlo”, o “es que no soy capaz” están mostrando la concepción que el propio alumno tiene sobre sus capacidades: esto es, su autoestima.

4. ¿CÓMO INTERVENIR ANTE ESTOS PROBLEMAS?

La intervención en la autoestima deber incidir en todos y cada uno de los elementos que inciden en la configuración de la misma, expuestos en el apartado anterior.

Siguiendo la misma secuencia, sería necesario:

- En relación con los padres y sus expectativas, sería adecuado hacerles ver, por medio de una reunión, la importancia que tienen sus actitudes y verbalizaciones en la autoestima de su hija o hijo, y las consecuencias y diferencias entre un niño o niña con una autoestima positiva y otro, sin ella. Sería apropiado mostrarles algún trabajo que su hija o hijo haya realizado, y hacer hincapié en aquellos aspectos positivos de la personalidad y conducta del mismo en clase. Otro aspecto importante a trabajar en esta reunión sería el de la autonomía del alumno o alumna, con objeto de valorar el grado de la misma y motivar hacia el cambio. En otras palabras: concienciar sobre la importancia y aplicar estrategias para incidir en su percepción sobre su hija o hijo.
- Para mejorar las relaciones sociales del alumno o alumna, sería conveniente introducir modificaciones metodológicas tendentes al desarrollo de actividades grupales y cooperativas. En este sentido, es importante reconocer la utilidad de las técnicas de dinamización grupal en la mejora de las relaciones entre los alumnos, y en consecuencia, de la autoestima de éstos. También posible asignar las funciones de manera que el alumno o alumna en cuestión desarrolle una tarea en la que ya sabemos que es eficaz, con objeto de incidir en la mejora de su propia percepción de eficacia ante los demás.
- En el sentido de mejorar la interacción social del alumno o alumna, sería posible –y recomendable- desarrollar, en el marco del Plan de Orientación y Acción Tutorial, y en la tutoría, algún programa de habilidades sociales. De esta manera, no solo se incide en las habilidades sociales del menor en cuestión, sino también en las de los demás compañeros y compañeras. No debemos olvidar que elementos como por ejemplo, la realización de críticas constructivas, es componente fundamental de este tipo de programas, y que las mismas no son práctica generalizada en la población escolar. Si bien a un alumno o alumna con una autoestima positiva la recepción de una crítica no constructiva no le afectará significativamente, a un menor con una autoestima baja le puede hacer mucho daño. Por ello, y dado que nunca está de más trabajar este tipo de habilidades, se deberían tratar en el aula aunque fuera con carácter preventivo.
- Por último, y como no puede ser de otra manera, toda intervención requiere de una planificación de la evaluación la misma. Al respecto, el sociograma puede emplearse como instrumento de



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

evaluación –así como de detección, como ya se expuso- más que adecuado en este sentido. Junto al mismo, no puede no aparecer la observación del alumno o alumna en contextos como el patio, que no es sino el teatro donde los alumnos representan su sociabilidad.

5. UNA PROPUESTA PARA CONOCER LA AUTOESTIMA DESDE EL AULA

- Objetivo: Explorar y conocer el autoconcepto del alumnado del aula

- Destinatarios: Alumnas y alumnos de 1º de Educación Secundaria Obligatoria.

- Desarrollo:
 - i. En primer lugar, se desarrollaría una actividad en la que se favoreciese que los alumnos y alumnas establecieran una definición de autoconcepto que partiera de sus conocimientos previos. Para ello, el o la docente puede plantear al alumnado una lluvia de ideas o “*brainstorming*” sobre qué es para ellos el autoconcepto y la autoestima, apuntando en la pizarra las aportaciones de los distintos alumnos y alumnas. Una vez hecho esto, se podría proceder a la aplicación de la técnica W-A-Y (“*Who are you*”), de Bugental y Zelen (1950).
 - ii. Una vez se ha desarrollado la actividad anterior, se procede a la aplicación de la técnica referida. Esta estrategia para investigar el autoconcepto de los alumnos y alumnas consiste en que cada uno escriba en un papel los números desde el 1 hasta el 20, uno bajo el otro, para a continuación, escribir veinte frases que comiencen con “Yo soy...” De esta manera, las ideas que cada alumno o alumna tiene sobre sí mismo, van saliendo a la luz. Lo más normal es que las cinco o seis primeras frases salgan, se elaboren, rápidamente, mientras que poco a poco le vaya costando más completar el listado. Esto no es un dato irrelevante: las primeras frases corresponden con sus ideas más arraigadas, más claras y nítidas, y por lo tanto, más reveladoras del autoconcepto.
 - iii. Una vez finalizada la lista, cada alumno y alumna deberá leerla pausadamente, y reflexionar sobre lo que ha escrito.

- Duración: Una sesión de una hora de duración.

- Recursos: Papel y bolígrafo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 – FEBRERO DE 2010

- Evaluación de la actividad: La evaluación de la actividad se basará en los siguientes aspectos:
 - i. Grado de alcance de los objetivos propuestos.
 - ii. Nivel de participación del alumnado en las actividades establecidas.
 - iii. Grado de adecuación en la metodología empleada.
 - iv. Grado de adecuación de los procesos y de los productos de las alumnas y de los alumnos.
 - v. Grado de desarrollo de las actividades programadas.
 - vi. Grado de cumplimiento de la temporalización prevista.

BIBLIOGRAFÍA

- Bowlby J (1995). Maternal Care and Mental Health, 2ª ed. edición, Northvale, NJ.
- Zabalegui, L. (1990). La Medida de la Personalidad por Cuestionarios. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Canto Ortiz, J.M. (2000). Dinámicas de Grupos. Aspectos Técnicos, Ámbitos de Intervención y Fundamentos Teóricos. Málaga: Aljibe.
- Sánchez, J. C. (2002). Psicología de los grupos: teorías, procesos y aplicaciones. Madrid: McGraw-Hill.
- Rodríguez Pérez, A. y Morera Bello, Mª D. (2001). El sociograma. Madrid: Pirámide.
- Bugental y Zelen (1950). Investigations into self concept. I: The W.A.Y. technique. Journal of personality, N° 18, pp. 483-498.
- Cantón Duarte, J. y Cortés Arboleda, M. R. (2000) El apego del niño a sus cuidadores. Madrid. Ed. Psicología y Educación.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Juan Ignacio Vega-Leal Cid
- Centro, localidad, provincia: E.O.E. Santisteban del Puerto, Santisteban del Puerto, Jaén
- E-mail: nachovegaleal@gmail.com