

CLASE N°11. FILOSOFÍA. PROF. MICAELA NUCIARI RODRÍGUEZ. E.E.S.T N°1. 6° AÑO

FECHA DE ENTREGA: 05/10

LEE DETENIDAMENTE EL SIGUIENTE ARTÍCULO ESCRITO POR EL LIC. JUAN CARLOS LAGO BORNSTEIN, REFERENTE DEL “PROGRAMA DE FILOSOFÍA CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES” Y DESARROLLE LAS CONSIGNAS ADJUNTAS.

DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA Y FILOSOFÍA PARA NIÑOS

«Ama a tu Prójimo como a ti mismo» También se podría formular este mandamiento con un estilo más filosófico, «trata al prójimo como quisieras que el prójimo te tratara a ti». Ambas formulaciones recogen lo que ha sido, con toda probabilidad, el mensaje más difundido por la «moral» occidental. Mensaje que, con distintos barnices, se da en las éticas de la solidaridad y del compromiso, en las éticas de la renuncia y el sacrificio, de la compasión y la caridad, etc. En todas ellas se defiende la necesidad de un respeto, de una consideración hacia los demás incluso por encima de uno mismo.

La educación, desde esta óptica, tiene como principal objetivo el transmitir y difundir tal mensaje, lograr que el hombre de mañana sea solidario, sea compasivo, sea caritativo, etc.

Es necesario realizar una inversión fundamental en la formulación del mensaje, debe comprenderse que sólo desde la auténtica realización de uno mismo podemos llegar a ofrecer algo a los demás. De ahí que prefiera decir «Amate a ti mismo como amas a los demás y trátate a ti mismo como quieres que los demás te traten». Sólo desde esta postura, sólo desde la afirmación del yo podemos luchar y defender con autenticidad un nosotros. En este sentido, recuerdo una anécdota acerca de un jeque tribal que se autoproclamaba «príncipe de los creyentes» quien, cuando las autoridades coloniales británicas le preguntaron por qué estaba tan seguro de su legitimidad, contestó que si él mismo no estaba convencido de su propio valor cómo iba a esperar convencer a los demás. He aquí la clave de la cuestión.

Ahora bien, en la importancia que nos damos a nosotros mismos (a nuestro “yo”) debemos considerar qué elementos entran en juego, qué condiciones hay que desarrollar y, desde tal reconocimiento, elaborar o proponer un programa o método que facilite o ayude en tal labor.

De la serie de elementos que se pueden reseñar me gustaría llamar la atención sobre uno en concreto, que, siendo bastante conocido, está mal estudiado, y en cuyo desarrollo y fortalecimiento hay grandes lagunas. Nos estamos refiriendo, obviamente, al sentimiento o capacidad de la Autoestima.

1) ¿POR QUÉ EL AUTOR EXPRESA QUE ES MEJOR UTILIZAR LA FRASE “ÁMATE A TI MISMO COMO A LOS DEMÁS” QUE “AMA A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO”?

Cuando se habla de la autoestima se suele tener la impresión de que uno se está auto-halagando, o hablando más castizamente, piropeando. Parece, pues, que se le considera de una manera negativa, como una especie de defecto o vicio. Para algunos la autoestima podría ser identificada con la autosuficiencia o con la autoaprobación e incluso con el egoísmo. Por ello consideran que desarrollar la autoestima es tanto como favorecer la arrogancia, el individualismo y la falta de solidaridad o consideración hacia los demás.

Pues bien, creo que el problema que subyace a todas estas críticas es una mala comprensión de lo que realmente significa la autoestima. Por ello el primer paso a dar será determinar con claridad qué entiendo por autoestima y marcar diáfamanamente sus diferencias con respecto a términos próximos, como autoaprobación, egoísmo, etc.

2) ¿POR QUÉ SE CONFUNDE EL AUTOESTIMA CON ALGO “NEGATIVO”?

Asumo a la opinión del psicoterapeuta Nathaniel Branden, buen conocedor del tema y de quien se dispone en castellano varias obras, quien, con gran lucidez, sitúa en la autoestima el eje de la vida auténtica. Su obra *Cómo mejorar la autoestima* nos dice: «La autoestima es la suma de la confianza y el respeto por uno mismo. Refleja el juicio implícito que cada uno hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida (para comprender y superar los problemas) y de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades).» O en otra de sus obras, *El Respeto hacia Uno Mismo*, afirma «La autoestima positiva significa sentirse competente para vivir y merecer la felicidad o, para expresar lo mismo de un modo un tanto diferente, ser adecuado para la vida y sus exigencias y desafíos.»

3) ESCRIBE UNA PALABRA QUE REPRESENTA LA DEFINICIÓN DE AUTOESTIMA DE N. BRANDEN.

Será justamente a partir de esta definición desde donde se justificará nuestra postura a favor de una educación potenciadora del nivel de confianza del alumno, de su autoestima. Si uno de los fines de la educación, por no decir el fin fundamental, es preparar al niño para que pueda vivir plenamente su vida, y hacerse dueño de su futuro, controlándolo y determinándolo, me parece evidente que la autoestima ha de tener un puesto relevante entre los objetivos y metas que se proponga todo sistema educativo.

Aunque es bien cierto que la autoestima tiene como eje central el yo, el sí mismo, esto no significa que se produzca un rechazo de los demás. Tener autoestima no supone menospreciar a los demás, no quiere decir que se crea uno superior o mejor que los demás. La arrogancia, la desconsideración, el orgullo, la sobre-estimación de nosotros mismos o de nuestras capacidades, lejos de ser síntoma de una buena autoestima, como suele creerse, muestran una falsa autoestima, muestran una petulancia y un narcisismo completamente contrarios al verdadero espíritu de la autoestima.

4) ¿QUÉ ES UNA FALSA AUTOESTIMA?

5) BUSQUE EN DICCIONARIO O INTERNET EL TÉRMINO “NARCISISMO”. ¿CUÁL ES SU ORIGEN MITOLÓGICO?

6) ¿CÓMO SE COMPORTARÍA UNA PERSONA NARCISISTA, SEGÚN TU OPINIÓN?

Lo fundamental en una buena autoestima no está en la competición, en el afán de superar a los demás, en ser mejor que los otros, sino, por el contrario, en conocerse uno mismo, en saber cuáles son las propias posibilidades e intentar sacar de ellas el máximo de provecho o rendimiento, en buscar la superación personal.

De alguna manera esto recoge la ya clásica distinción de Eric Fromm entre el ser y el tener: la verdadera esencia de la persona no debería estar marcada por las riquezas materiales, por las posesiones, sino por la riqueza espiritual, por lo que se es y no por lo que se tiene. Desgraciadamente vivimos en un mundo en que esa escala de valores está invertida, un

mundo donde lo fundamental es el tener y no el ser, de ahí el dicho, «Dime cuánto tienes y te diré cuánto vales».

7) ELABORE UN EJEMPLO DE UNA PERSONA QUE VIVA SEGÚN EL “SER” Y OTRA QUE VIVA SEGÚN EL “TENER”.

Todo el mundo, sea adulto o sea niño, tiene el natural deseo de ser visto y oído, de ser escuchado y comprendido, de ser tratado adecuadamente, en definitiva de ser respetado. Pues bien, todo esto es lo que se suele entender por *visibilidad psicológica*. Y todos nosotros hemos padecido en mayor o menor intensidad su faceta negativa, la *invisibilidad psicológica*. Y cuando ésta nos afecta nuestra estima y confianza se ven fuertemente resentidas. ¿Quién, en alguna reunión de amigos, fiesta o encuentro profesional, al sentir que era relegado o que no se le tenía en cuenta o, simplemente, al verse ignorado no ha sentido «que no valía nada» o «que no era nadie»? En esos momentos, que son sin duda algunos terribles, nuestro nivel de confianza y de autoestima se halla por los suelos. Quisiera resaltar la importancia del concepto de visibilidad psicológica, en relación tanto a la autoestima como a su desarrollo gracias a una buena labor educativa. Si en términos generales se puede decir que en la interacción con los demás, en el intercambio social y afectivo, buscamos experimentar visibilidad, esta necesidad de ser visibles será mucho más urgente cuando se es niño, pues es cuando estamos desarrollando nuestro sentido de la identidad personal. Luego si el colegio es uno de los marcos fundamentales donde se realizan esos intercambios, donde se da la interacción, entonces parece obvio que la educación y el modo como ésta se lleve a cabo serán determinantes para una buena o mala visibilidad y por ende, para un alto o bajo nivel de autoestima.

8) ¿A QUÉ SE REFIERE EL AUTOR CUANDO HABLA DE “INVISIBILIDAD PSICOLÓGICA”? ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LO QUE SUCEDE EN EL COLEGIO PARA TENER UNA BUENA “VISIBILIDAD PSICOLÓGICA”?

Luego, a la hora de decidir si uno ha logrado o alcanzado las metas propuestas, es decir, si uno se ha «realizado» lo verdaderamente importante será más el grado de felicidad y de verdadera autoestima que haya alcanzado. Y para ello habrá que personalizar y adaptar cada juicio a las circunstancias y a las personas y en cada caso en concreto decidir si han triunfado o no, si son felices y si se respetan y estiman a sí mismas. Este mismo criterio debe ser el que impere en el mundo de la educación. De nada sirve decir que un niño no sabe matemáticas, o no sabe historia, si al mismo tiempo no se dice para qué debe saber matemáticas o historia. Tampoco significa mucho el que se afirme que un niño o una niña es un inadaptado o es una rebelde. Habrá que ver cuáles son las circunstancias y la situación, tendremos que preguntarnos ante qué es un inadaptado o frente a qué se está revelando. Siempre que oigo decir que tal chica es una inculta o que tal niño es un ignorante me viene a la memoria una historia que narraba en una de sus obras Carlos Díaz y que posteriormente me repitió, como cuento popular autóctono, un amigo keniano. Me van a permitir que les cuente la historia, pues creo que su «moraleja» es altamente instructiva.

«Cuenta la leyenda que un sabio estaba atravesando un río africano en una balsa, conducida por un rudo nativo, cuando el sabio le preguntó:

– ¿Sabe usted física?

– No señor.

– Entonces ha desperdiciado usted un tercio de su vida.

Compadeciéndose de tan primitiva forma de existencia, el occidental le insistió;

– ¿Y sabe usted filosofía?

– No señor -replicó con calma el otro.

– Entonces ha desperdiciado usted otro tercio de su vida.

Unos minutos después, el hombre de color preguntó al sabio;

– ¿Sabe usted nadar?

– No.

– Entonces va a perder usted toda su vida, porque nos estamos hundiendo.

9) ¿QUÉ QUIERE DEMOSTRAR EL AUTOR CON ESTE CUENTO KENIATA?

¿COMO PODEMOS FAVORECER EL NIVEL DE NUESTRA AUTOESTIMA?

A mediados de los años sesenta ya Coopersmith trabajó duramente para buscar mecanismos que posibilitaran la elevación de la autoestima y para diseñar estrategias conducentes a desarrollar ya desde niño una educación de la autoestima y de la seguridad en sí mismo. Así estableció tres condiciones que normalmente se daban en niños de elevada autoestima, deduciendo, pues, que era en esas condiciones y en mejorarlas y potenciarlas en donde debía centrarse su proyecto. Podemos resumir estas tres condiciones en:

1. El niño que goza de una alta autoestima suele ver reconocidos y aceptados sus pensamientos, opiniones y sentimientos. Luego la aceptación del alumno por parte del profesor, el reconocimiento del valor de sus pensamientos, de sus emociones o simplemente de sus opiniones se constituye como esencial. También es fundamental que se dé un reconocimiento de las capacidades, posibilidades y limitaciones del niño. Recuérdese lo comentado acerca de la adecuación de objetivos y metas a las posibilidades. Pero no se trata únicamente de reconocer sus capacidades destrezas, tampoco es suficiente admitir que es capaz de pensar por sí mismo o de tener opiniones propias y bien fundadas, es necesario asimismo que se le permita ejercer esas destrezas y capacidades, hay que establecer vías y canales de expresión y de desenvolvimiento de las mismas.

2. El niño, como el adulto, tiene que vivir en sociedad, es decir, opera en un contexto de límites bien definidos y firmes, los cuales, aunque puedan ser justos, razonables, deben ser, sobre todo, comprendidos y negociados. Luego debe tenerse o desarrollarse una confianza en el alumno. Lo cual se sigue, además, de lo establecido en el punto anterior (Reconocimiento de las capacidades, posibilidades y limitaciones del niño.) Confianza, pues, en que el alumno es capaz de tomar sus propias decisiones, en que es capaz de llevar a cabo elecciones adecuadas y de regirse por normas y reglas entre todas acordadas. En otras palabras, se debe ejercer la autoridad, no el autoritarismo. Se establecen las reglas por compromiso. Esta actitud puede ser entendida como negociación de las normas o reglas fundamentales que rigen la escuela. Compromiso y negociación en la regulación de los distintos ámbitos de la escuela, de los diversos momentos o tiempos y de la variedad de medios y actividades que allí se pueden realizar. Todo este compromiso o contrato escolar entre todos los miembros implicados, alumnos y profesores será sobre todo efectivo cuando sea cumplido justa y equitativamente

por todos y cada uno de los comprometidos (alumnos o profesores). Por tanto, mayor será la autoestima cuanto mayor sea la confianza depositada en ellos.

3. El niño con una buena autoestima siente y percibe su propia dignidad de ser humano, de persona. No es considerado ni se considera como proyecto todavía no realizado de persona, sino que, como todos, adultos o niños, se siente persona que está en continuo cambio y maduración. Los padres y maestros que se toman en serio las necesidades y deseos de los niños y que se muestran dispuestos a negociar las reglas, tanto en la familia como en la escuela (tal y como vimos en el punto anterior) son los que normalmente generan un alto índice de autoestima. Y por último, el propio clima de estima y confianza es lo más beneficioso para potenciar mayores niveles de confianza y de autoestima. Suelen ser los propios padres y maestros que disfrutan de un alto nivel de autoestima los que generan un ambiente y una situación propicia a la misma. «Cuanta más alta sea nuestra estima -nos dice Branden-, más inclinados estaremos a tratar a los demás con respeto, benevolencia y buena voluntad, ya que no los percibiremos como amenaza, no nos sentiremos 'extraños y asustados en un mundo que nunca hicimos' (citando el poema de A.E. Housman), y porque el respeto por uno mismo es la base del respeto por los demás.» Estimulación, motivación y apoyo del alumno por parte del profesor y de los demás compañeros serán elementos clave para lograr una autoestima positiva. Lo cual supone, a su vez, el respeto y justa comprensión tanto del éxito como del fracaso. «Una de las mejores formas en que tanto los padres como los maestros pueden sentar las bases para el desarrollo de una sana autoestima en los niños consiste en aceptar como natural y normal el proceso de cometer errores. Con o sin el apoyo de los adultos, cuando un individuo de cualquier edad adquiere una perspectiva racional de los errores -que le permite equivocarse sin autocondena punitiva- la autoestima madura y prospera.»

10) SINTETICE LAS TRES CONDICIONES QUE DEBE CUMPLIR UN NIÑO PARA DESARROLLAR UNA AUTOESTIMA ALTA. ¿CUÁL TE PARECIÓ MÁS IMPORTANTE?

Tema éste de la autocorrección y del error de gran importancia, pues muchas de las intransigencias y de las negativas a reconocer nuestros errores tienen su origen en una falta de mecanismos autocorrectores y en la ausencia de un hábito de autosincerarnos y de mirar nuestras experiencias lo más objetivamente posible. A su vez este tema está ligado al de la mentira como mecanismo social de adaptación y supervivencia, mecanismo que en realidad es falso y perjudicial, y que, desgraciadamente, se desarrolla y fomenta desde las mismas escuelas e instituciones educativas.

Me van a permitir que de nuevo cuente una anécdota, esta vez más personal. Fue algo que me ocurrió poco antes de dar mi primera lección de Filosofía, en una Escuela de Magisterio. Andaba yo, como es natural, un poco asustado con aquello de tener que enfrentarme a treinta o cuarenta jóvenes. Sobre todo me preocupaba que me preguntaran algo que yo no supiera o pudiera responder. Así es que, ni corto ni perezoso, me dirigí a un conocido, catedrático de Filosofía, para pedirle consejo y su respuesta fue clara y tajante: «Nunca digas que no sabes algo, divaga, vete por las ramas y, en último caso, si no puedes hacer otra cosa, MIENTE». Está claro que como consejo pedagógico es de lo más apropiado. A Dios gracias no se me han presentado muchas ocasiones de ponerlo en práctica, y no porque mi saber sea universal, sino más bien porque el alumnado español, o al menos el que yo conozco, padece una muditis aguda y rara vez se arriesga a preguntar. Pero volvamos al tema.

11) ¿QUÉ PIENSA EL AUTOR DEL ERROR, LA IGNORANCIA Y LA MENTIRA?

Como bien comenta Branden ya desde «una etapa muy temprana de la vida, se nos enseña a dar prioridad a las señales externas sobre las internas, a respetar la voz de los demás antes que la voz del sí-mismo. Un «buen» niño es el que «se preocupa» por sus mayores, el que «se porta bien». Se nos enseña a identificar la virtud con la complacencia de los deseos y expectativas de otros. Se nos enseña la obediencia como el precio del amor y la aceptación. Se nos dice -algunas veces de forma explícita, otras de forma implícita-, a través de una gran variedad de fuentes, que el sí-mismo es pecado, o insignificante, o despreciable, o algo que debe ser reprimido y suprimido, algo mezquino en el gran esquema de las cosas, o apenas una ilusión, (...). Muy pocas fuerzas dentro de nuestra cultura estimulan de forma activa la autonomía intelectual o moral. El objetivo más común de los padres y maestros es la adaptación social.

Por lo general las escuelas son lugares donde los niños, más que aprender a pensar, aprender a respetar las reglas.» Y si para respetar las reglas debemos mentir, engañar y ocultar la verdad pues mintamos, engañemos y ocultemos la verdad. Esta es, sin duda alguna, una de las primeras lecciones, y tal vez la más dura y desorientadora, que aprendemos de los adultos. Es difícil que un niño llegue a explicarse y comprender cómo los adultos pueden afirmar que mentir está mal, que engañar es incorrecto, que hay que comportarse bien, que no hay que decir palabrotas, etc. y al mismo tiempo ver como mienten, engañan, insultan etc. Para muchos niños y adolescentes crecer viene a significar aceptar la mentira como algo normal, es decir, aceptar y admitir la falsedad y la incoherencia como un modo de vida.

Ahora bien, si esto es así, ¿cómo se pretende que no se desarrolle en estos jóvenes un sentimiento profundo de angustia, de inseguridad y de falta de confianza en ellos mismos y en los demás?, ¿no será necesario, pues, tomar cartas en el asunto y actuar efectivamente para desterrar estas actitudes viciadas y potenciar en su lugar el respeto a la verdad y el compromiso con la coherencia?

12) ¿POR QUÉ LOS JÓVENES DESARROLLAN UN SENTIMIENTO DE ANGUSTIA, INSEGURIDAD Y FALTA DE CONFIANZA?

Pero para ello no bastarán declaraciones grandilocuentes ni floridos discursos, sino que es necesaria una labor diaria, un trabajo constante en pro de una correcta y adecuada educación, a favor de una educación para la verdad, la autonomía y la defensa de la persona. Una educación que se proponga ayudar al niño y al adolescente a desarrollar al máximo todas sus destrezas y habilidades, ya sean lógicas y cognitivas ya cognitivas, que fomente su pensamiento crítico pero responsable, que le ayude a aprender a pensar por sí mismo, que le permita, en resumen, hacerse cargo de su vida y de su futuro. Todo ello, evidentemente, posibilitará y favorecerá indiscutiblemente el desarrollo de una buena autoestima.

Dentro de este proyecto y bajo esta perspectiva un grupo de profesores y educadores estamos llevando a cabo una labor de difusión y adaptación, a los distintos niveles y ámbitos escolares, de un método educativo especialmente diseñado para llevar las técnicas y hábitos de razonamiento y de pensamiento crítico y autónomo propios de la filosofía al mundo infantil y juvenil: EL PROGRAMA DE FILOSOFIA PARA NIÑOS de Matthew Lipman.