



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

**Facultad de Estudios Superiores Iztacala**

**“La autoestima como factor importante en el desempeño profesional docente”**

**T E S I S I N A  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A  
ELIZABETH VERDE ISLAS**

Directora: Lic. María de los Ángeles Campos Huichán

Dictaminadores: Mtra. Carolina Rosete Sánchez

Mtra. Patricia Suárez Castillo

Los Reyes Iztacala Edo de México Junio 2015





Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTOS

Recordar a todas y cada una de las personas que contribuyeron directa e indirectamente en este proyecto que me impulsaron a concluir. Me parece difícil enunciarlas en estas pequeñas líneas, y q no me gustaría omitir a nadie, sin embargo GRACIAS a todos y recuerden que ocupan un lugar en mi mente, en mi sentir y en mis recuerdos.

### A los amores de mi vida

**Samuel** y **Emiliano**, que todos los días me inspiran para ser mejor, para poder ser un ejemplo de superación; saben que los amo y que esto en gran medida también es por ustedes. Pero sobretodo a tí **Marco** porque siempre, siempre has estado junto a mí apoyándome en todos mis sueños, mis locuras, convirtiéndolas en tuyas la vida no me alcanzaría para agradecerte todo TE AMO.

### A mi familia

Que ha estado ahí cuando más la necesito, gracias Mamita, gracias Hermanitos.

### Ángeles Campos

Gracias por tu infinita paciencia y sobre todo por la disposición que siempre mostraste desde que te presente este proyecto.

Y gracias MAESTR@, que gracias a tu labor inspiraste este trabajo.

### J.C.

Son tantas las cosas por las cuales agradecerte que cuando creo que termino vuelves a sorprenderme. Con tus actos me muestras que es hermoso tenerte pues contigo triunfo en la vida y soy fuerte gracias

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>3</b>
<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>9</b>
<b>1 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA AUTOESTIMA</b> .....	<b>10</b>
<b>1.1 Escuelas</b> .....	<b>16</b>
<b>1.1.1 Estructuralismo</b> .....	<b>16</b>
<b>1.1.2 Funcionalismo</b> .....	<b>17</b>
<b>1.1.3 Psicoanálisis</b> .....	<b>18</b>
<b>1.1.4 Enfoque del Aprendizaje Social.</b> .....	<b>19</b>
<b>1.1.5 Humanismo</b> .....	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>22</b>
<b>2. TIPOS DE AUTOESTIMA</b> .....	<b>23</b>
<b>2.1 Autoestima alta</b> .....	<b>23</b>
<b>2.1.1 Características de la Autoestima Alta</b> .....	<b>26</b>
<b>2.2 Autoestima Baja.</b> .....	<b>29</b>
<b>2.2.1 Características de la autoestima baja</b> .....	<b>31</b>
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>32</b>
<b>3. AUTOESTIMA DOCENTE</b> .....	<b>33</b>
<b>3.1 Docentes con autoestima Alta</b> .....	<b>38</b>
<b>3.2 Docentes con autoestima baja</b> .....	<b>42</b>
<b>3.3 El oficio de Ser docente</b> .....	<b>46</b>
<b>3.4 El bienestar docente y la autoestima profesional</b> .....	<b>51</b>
<b>3.5 El malestar docente y la autoestima profesional</b> .....	<b>53</b>
<b>3.6 Fortalecimiento de la autoestima docente</b> .....	<b>56</b>
<b>CONCLUSIONES</b> .....	<b>59</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	<b>63</b>

## INTRODUCCIÓN

Tomando en consideración la seria crisis que afronta la educación en todos sus niveles, es determinante explorar la identificación del rol que juega la autoestima en el quehacer docente. La evaluación de este asunto ha sido objeto de análisis e investigaciones, dicho interés no es casual sino que está fundamentado en la formación psicológica, emocional y social del docente, así como en su desarrollo profesional y por ende en el rendimiento académico y la formación de valores en los alumnos (De la Herrán 2004).

Innegablemente, la sociedad actual está demandando a aquellas personas que tienen a su resguardo la organización, planeación y administración de los recursos y medios de producción de bienes y servicios, el perfeccionamiento y la actualización, paralelamente hablando, de los diversos esquemas políticos, económicos, sociales, culturales y educativos; con el continuo avance científico y tecnológico existente en las naciones industrializadas, y por supuesto en aquéllas, que, como en el caso de México; se encuentran en proceso de desarrollo.

En este sentido, es importante reflexionar sobre el carácter específico de la autoestima del docente en su trabajo académico, pues se considera uno de los elementos distintivos de su labor y competencia profesional. Las políticas educativas en nuestro país, tienden a transformar la educación con base a un mejoramiento de la calidad y equidad; se basan en programas de perfeccionamiento como una forma privilegiada de introducir las propuestas de transformación hacia los actores del sistema, vale decir, directivos docentes y alumnos (Miranda 2005).

De aquí que cada vez se señala con más fuerza que las necesidades de mejoramiento del sistema educativo requieren de una redefinición y replanteamiento de los procesos de formación de los propios profesores, tanto en la etapa de formación inicial, como durante la formación en servicio o permanente.

Este escenario, ha llevado en el actual proceso educativo a cambios en la personalidad del Docente, propiciando un tipo de pensamiento crítico y que sus objetivos se vean reflejados en concreto en las innovaciones de las prácticas pedagógicas, ya que con ello se aseguraría una mejor calidad de la enseñanza y por ende de la calidad de la educación. Paulatinamente ha ido tomando más fuerza la idea de que el mejoramiento de las prácticas pedagógicas y, en consecuencia del aprendizaje, constituye un proceso complejo tanto para los docentes como para la escuela, no es confuso pensar que hoy se conciba la función docente como mediadora entre las propuestas de políticas curriculares y la construcción del conocimiento escolar.

El interés de esta investigación es la autoestima docente debido, a que actualmente los maestros se han descuidado y se han instalado en una autoestima baja, afectándoles seriamente en su ejercicio profesional y en la mayoría de las ocasiones, hasta en su crecimiento personal. Debido a la importancia de la dimensión del papel que juega el tipo de autoestima profesional que posea el docente, ya sea en relación a su valía personal o, en mayor medida, en el impacto que esto puede tener en sus alumnos. Estos elementos permiten justificar y valorar el significado que posee la autoestima como factor a estudiar. Una autoestima positiva posibilitaría, tanto para el ejercicio y desarrollo profesional del docente como para con los alumnos, un adecuado contexto emocional que facilitaría una educación de mayor calidad humana.

La autoestima es importante porque es la manera de percibirse y valorarse, de igual manera va moldeando la biografía de vida. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, en ocasiones se debe a las experiencias que son transmitidas por personas importantes en su vida, que la alientan o que la pueden denigrar (Merzerville 1993).

Es sabido que el concepto de autoestima ha traspasado el ámbito exclusivo de la ciencia para formar parte del habla popular cotidiana. Sin embargo,

su significado científico ha llegado a ser parte de muchas investigaciones. Que más adelante se abordarán.

La autoestima de un individuo nace del concepto que se forma a partir de los comentarios (comunicación verbal) y actitudes (comunicación no verbal) de las demás personas hacia él. La autoestima es el grado de satisfacción consigo mismo, poniendo especial énfasis en su propio valor y capacidad; es lo que la persona se dice a sí mismo.

Tener un autoconcepto adecuado favorece el sentido de la propia identidad, creando un marco de referencia, que al interpretar la realidad externa y las propias experiencias, va influyendo en el rendimiento; condiciona las expectativas, la motivación y contribuye a la salud y al equilibrio psíquico (emocional).

Al Docente se le considera un sujeto particular y la escuela su ámbito inmediato, su trabajo la objetivación desde donde construye su mundo (Staynding, 1976). Por lo tanto la preparación del docente no sólo consiste en adquirir conocimiento y cultura, sino que es necesario que tenga una actitud adecuada desde el punto de vista "moral". El Docente debe tener una vocación y una preparación dirigida al enriquecimiento de la cultura, desarrollo personal, social e intelectual del educando, que le permita en todos los aspectos comprender dirigir y canalizar sus diferentes actitudes.

Lo anterior es fundamental, ya que es muy frecuente la desvalorización del trabajo docente, la carencia de protagonismo, la pérdida de autoridad, la construcción de una imagen negativa y confusa de la profesión; en ocasiones estas situaciones tienen relación con la baja autoestima del docente.

En la actualidad, es evidente que la Profesión Docente vive y sobrevive con un fuerte complejo de inferioridad, esto es, porque se piensa que la actividad que se realiza es poco valorada, que lo que se aporta a la educación no es reconocido y que los esfuerzos que hace el Profesor por mejorar la educación, son menospreciados. Sin embargo, sorprendentemente, en ocasiones es él mismo

quien hace pocas cosas por defender el reconocimiento profesional y social, ya que a menudo se le escucha quejándose, adoptando así, por llamarlo de alguna manera, la “cultura de la queja”, que no le conduce a nada, más que al propio cansancio y desesperación, desmoralización individual y colectiva.

Autores como Collarte (1992), Carrasco (1993) y Reasoner (1994) (Citado en Miranda, 2005) concuerdan en señalar que los estudios concernientes a la autoestima son numerosos, pero son pocos los que analizan la autoestima desde el punto de vista de los docentes.

Actualmente, los organismos especializados y las entidades académicas vienen preocupándose por el problema de la Calidad de la Educación, debido a la existencia de un gran número de enfoques educativos y teorías del aprendizaje. Sin embargo, la educación en nuestro país actualmente se viene planteando un nuevo paradigma o modelo, mediante el cual se capta, y se orienta la realidad existente buscando mejorar la calidad educativa. Afortunadamente, el paradigma conductual, en el cual el centro era el Docente, se ha dejado de lado para dar paso a un nuevo paradigma Paidocentrista en el cual el centro es el alumno y su aprendizaje.

Este paradigma implica nuevas estrategias de enseñanza-aprendizaje, variables que significan e implican cambios actitudinales en la acción del Docente como guía e influenciador; el ambiente educativo y la relación profesor-alumno son la base para el desarrollo adecuado de este paradigma. Asimismo, dentro de este paradigma o enfoque, el educador cumple con roles fundamentales tales como: brindar ayuda, dar pautas, contribuye a desarrollar a la identidad y a la toma de decisiones de sus alumnos. De ahí la relevancia del estudio de la autoestima docente.

En el ámbito educativo se ha enfatizado la importancia que tiene la relación Docente-Alumno ya que se sabe, que la escuela es la segunda institución en la cual cada individuo va a desarrollar una identidad.



Para cualquier profesional de la enseñanza, su propia autoestima es un tema relevante, sobre todo si ésta es insuficiente o frágil. Se desprende de esto que la formación del profesorado y la Didáctica misma, en algunos casos, ha de ser tan profunda como necesaria. La práctica educativa requiere de la mejor formación posible, la cual entronca necesariamente con algunos factores de la personalidad que pueden ser especialmente relevantes en la práctica de la profesión: autoestima es uno de ellos, y de notable importancia, porque su satisfacción pudiera comprenderse como buena condición para emprender procesos didácticos, de desarrollo profesional y personal con mayores garantías de éxito. Un Profesional de la enseñanza con autoestima bien articulada, está en condiciones para favorecer la formación de sus alumnos.

Según Goleman (2000), todo profesor proyecta normalmente en sus alumnos su personalidad al momento de actuar. Por eso, es importante que los profesores tomen conciencia de que ellos pueden ser el mejor ejemplo que los alumnos pueden utilizar como modelo de ser humano adulto. De esta manera el profesor con sólida vocación, conocimiento profundo y actualizado de su materia, que tenga interés por sus alumnos suele, si lo desea, ser una persona altamente motivadora de sus alumnos, lo cual le convierte en un factor proactivo decisivo en el desarrollo humano y social, así como también convertirse en un facilitador de la construcción de la autoestima en niños y jóvenes.

El Dr. Enrique Dulato (s/a), argumenta que los docentes con autoestima alta pueden reflejar su capacidad en tres vertientes de actuación y participación: a) Para con ellos mismos. Esto es, creyendo en su propia capacidad, valía e importancia como educadores. b) Para con sus alumnos, promoviendo el sistema educativo de aprender a pensar. c) Para con sus colegas y la institución en donde está implicado, la manera con la que se relacionan positiva y constructivamente.

Por lo tanto tener autoestima alta, es importante para todas las personas, para los docentes es aún más, pues les posibilita mayor seguridad y confianza a la hora de conducir el proceso de enseñanza aprendizaje. Les permite tener una

evaluación propia de sus posibilidades de actuar en un momento dado a partir de sus conocimientos y de poder determinar hasta dónde pueden llegar en una actividad determinada. Le otorgan más valor a lo que saben y a lo que pueden ofrecer; se proponen nuevas metas, son más creativos e inspiran confianza y seguridad a los alumnos; lo cual les permite desarrollar con éxito su labor. La manera en la que el maestro percibe sus funciones y a sus alumnos, es crítica para el éxito de la educación.

La autoestima es considerada como el componente evaluativo del concepto de sí mismo y moldea nuestro destino; por ello necesitamos comprender que como ideal ético-psicológico, la autoestima implica y presupone el supremo valor de una vida individual, esta premisa descansa sobre una visión moral que ve en cada persona un fin en sí misma. Adicionalmente, la autoestima es un concepto inherente a una sensación fundamental de eficacia, a un sentido de mérito propio de todos los juicios de que se es objeto, pero ninguno es tan importante como el propio juicio (Mendoza 2001).

Por lo anterior el presente trabajo se plantea como objetivo conocer el impacto de la autoestima del profesor en su quehacer profesional. Para ello, en el Capítulo 1, se abordarán los antecedentes históricos del estudio de la autoestima, haciendo una revisión de las diferentes conceptualizaciones que se le han dado a través del tiempo y de las escuelas teóricas que la estudian.

En el Capítulo 2 nos enfocaremos en las características de la autoestima alta y baja.

Y por último en el Capítulo 3 abordaremos la temática central de este trabajo la autoestima en el docente, donde se abordará el arte de ser docente, el malestar del docente en su profesión, los niveles de autoestima en el docente, y no de menor importancia las características de los docentes con autoestima alta, o con autoestima baja.

# CAPÍTULO 1

## **ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA AUTOESTIMA**

# 1 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA AUTOESTIMA

¿Qué es la autoestima?, ¿de dónde procede?, ¿es posible fortalecerla? ¿Cuándo inicia su estudio?, ¿hasta qué punto la autoestima es importante en el desempeño docente? Estas preguntas y muchas otras, generan el estudio de este importante tema.

Hablar de autoestima no es nuevo, ya que su estudio se remonta a la filosofía del siglo VI A.C. Para los filósofos de ese tiempo, el estudiar el conocimiento humano fue una de las actividades que asumieron y que con el paso del tiempo el hombre ha ido heredando a sus sucesores, por ejemplo, una de las herencias es la historia del desarrollo de la sabiduría en el mundo, la cual es la historia del conocimiento del hombre mismo.

Dicha historia es en realidad la historia de la autoestima, es decir, el conocimiento del hombre mismo, ya que a partir de este conocimiento de “mi ser individual” (self) inicia el hombre a reconocer sus capacidades, habilidades, defectos, lo cual lo hace diferente, único e irreplicable como ser humano.

Tales de Mileto quien es considerado el primer filósofo griego, fue el primero en preguntarse de qué está hecho el mundo (arje de la physis), la pregunta en sí quizá no sea importante, lo relevante es la trascendencia que tuvo en otros filósofos para encontrar la respuesta.

En los días de mayor Gloria de Atenas, vivieron allí tres filósofos, cuyos nombres siguen siendo importantes. Sócrates, maestro de Platón, quien a su vez, lo fue de Aristóteles; son los tres filósofos máximos de Grecia, y a quienes más se les reconoce en cuanto al pensamiento humano. Sócrates, en el “Oráculo de Delfos”, comenzaba su cátedra con la siguiente frase “conócete a ti mismo”. Platón por su parte dijo que las ideas no proporcionan conocimiento perfecto, porque dependen en gran medida de lo que otros dicen; especialmente cuando se es pequeño, ya que el conocimiento se da por el aprendizaje y experiencias obtenidas del medio que nos rodea, y es entonces que el conocimiento de sí mismo es buscado por el hombre como un valor o como herramienta.

Sin embargo, el estudio formal de este tema se da prácticamente desde el nacimiento de la Psicología científica del siglo XIX, han existido autores que se han ocupado del estudio de la autoestima. Entre ellos, se puede mencionar a William James (1890), fundador de la Escuela Funcionalista, quien definió la Autoestima como el resultado de lo que la persona hace para obtener el éxito en aquellas metas que pretende alcanzar. Alfred Adler (1927 en De Mezerville 1993), uno de los mayores exponentes de la escuela psicodinámica, por su parte, enfatizó el papel de la autoestima como uno de los elementos relevantes de la dinámica personal que caracterizan la vida humana. En su teoría, consideraba que el hombre no es empujado desde atrás por causas tales como la herencia o el ambiente, sino que más bien es jalado desde adelante por las metas que él mismo se propone realizar. Es decir que el ser humano, se mueve hacia una meta autoseleccionada, una meta que él siente que le dará un lugar en el mundo. Actuando como si el logro de esta meta ideal le ofreciera seguridad, le diera un lugar y le preservara su autoestima.

Por su parte Rogers, (citado en Gondra 1981), construye una teoría conforme a los cánones de la ciencia empírica, la cual descansa sobre dos grandes líneas teóricas la fenomenología y las teorías organicistas de la personalidad. Rogers la caracteriza en los siguientes términos: esta teoría es básicamente de carácter fenomenológico y se basa ampliamente en el “concepto de sí mismo” como construcción explicativa. Describe el punto final del desarrollo de la personalidad como una congruencia básica entre el campo fenoménico de la experiencia y la estructura conceptual del “sí mismo”, situación que, si se logra, significa liberarse de tensión y ansiedad internas y librarse de tensiones potenciales; representa el grado máximo de una adaptación orientada realísticamente; el establecimiento de un sistema de valores individualizado, parecido en grado considerable al sistema de valores.

Y asimismo otros autores como White (1972, en De Mezerville), coincide en que existe una doble fuente promotora de la Autoestima al considerar que: El

teorizar sobre la autoestima se ha visto a menudo obstaculizado por el fracaso a la hora de apreciar que ésta, se alimenta de fuentes diferentes. Existe una fuente externa, la estima en que se nos tiene por otra gente, y una fuente interna, nuestro propio sentido de competencia al enfrentarnos con nuestro entorno. Sin embargo, este contraste de fuentes externas e internas no debe oscurecer las importantes interacciones que ocurren entre ambas.

Abraham Maslow, (en Hernández 2001) siendo uno de los representantes de la Psicología Humanista, ha difundido el papel que la Autoestima desempeña en la vida humana, al incluirla dentro de su conocida *jerarquía de necesidades*. Para Maslow existen dos tipos de necesidades de estima, a saber, la estima propia y aquella que proviene de los demás. Ambas las ubica jerárquicamente por encima de las necesidades fisiológicas, las de seguridad personal y las necesidades de pertenencia o afecto. No obstante, a pesar de las diferencias entre estos dos tipos de necesidades, ambas se hallan estrechamente relacionadas, ya que el cubrir las necesidades como el deseo de confianza, competencia, adecuación personal, logro, independencia y libertad (necesidades propias); dan como resultado el respeto por parte de otros, lo que nos lleva al prestigio, reconocimiento, aceptación, atención, estatus, reputación y aprecio.

Por otro lado, Nathaniel Branden (1995) le concede una importancia mucho mayor a la fuente interna sobre la externa, no deja de reconocer y desarrollar la interacción entre ambas. Es así que en su obra sobre este tema, *Los seis pilares de la autoestima*, insiste en que “la autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Entendiendo por factores internos, a los factores que radican o son creados por el individuo: ideas, creencias, prácticas o conductas. (autoconcepto); y entendiendo por factores externos como los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura.

Según este autor, la autoestima es mucho más que el sentido innato de nuestra valía personal, se trata de algo más que una opinión o un sentimiento. Es una fuerza motivadora que inspira o genera un comportamiento.

Un estudio clásico sobre la autoestima es el que realizó Coopersmith (1967 Citado en Lara 2010) trabajó con una muestra representativa de jóvenes, llegando a establecer como conclusión que son cuatro los factores altamente significativos para una conceptualización de la autoestima 1) la aceptación, la preocupación y el respeto recibidos por las personas y la significación que ellos tuvieron; (2) la historia de éxitos y la posición que la persona tiene en la comunidad (3) la interpretación que las personas hacen de sus experiencias y cómo éstas son modificadas por las aspiraciones y valores que ellas tienen: y, (3) la manera que las personas tienen para responder a la evaluación. Así el concepto de autoestima tiene un carácter dinámico en el tiempo, tanto en su evolución como en su importancia presente y futura para la persona. Definiéndola como el juicio personal de valía que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo

Lopez y Schenitzel (1983), retomando críticamente el estudio de Coopersmith, definen a la autoestima como: el valor que el sujeto otorga a las percepciones que tiene de sí mismo. De esta forma, la autoestima estaría más referida al aspecto emocional sobre las percepciones de sí. Si se observa esta definición, aparece como medular la emocionalidad, ya que ella tiene consecuencias fundamentales en la construcción del sujeto.

William James (1890), que fuera uno de los pioneros en la introducción del término y en hacer consciente lo que la autoestima es en el ser humano, la define como: la resultante del desdoblamiento de un yo-global en un yo-conocedor y un yo- conocido, lo cual hace que sean equivalentes el éxito y las pretensiones, por lo tanto la autoestima es el éxito, logros y aspiraciones de que es capaz el individuo.

Postula que existe un yo global que es el ser humano, este Yo Global, se descompone en un yo conocedor, que es el irse dando cuenta de sus

posibilidades y aptitudes; al ir las reconociendo se encuentra con un Yo conocido, que es la aceptación de lo que la persona es en ese momento, lo que le permite realizar y objetivizar sus metas, cubriendo sus necesidades.

Esto que postula James, abre el panorama para una búsqueda más intensa del ser humano al encuentro de él mismo a través de la autoestima como uno de los elementos importantes para la realización del hombre en sí mismo.

La autoestima es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso. La autoestima es la actitud favorable o desfavorable que el individuo tiene hacia sí mismo, es decir, un grupo de cogniciones y sentimientos que el mismo hombre genera para valorarse.

La autoestima que se posea va a determinar el grado de aceptación o no aceptación que se tiene de sí mismo, y esto generará en la persona actitudes positivas o negativas, según haya sido su evaluación; a este respecto intervendrán también aspectos como el entorno social, el entorno y familiar, en el cual se desarrolla el individuo.

Esta evaluación que el mismo hombre se da a partir de lo que ve y siente de su entorno, le va creando un sentimiento de satisfacción o de insatisfacción dependiendo si esto llena sus expectativas o no, y si el entorno le acepta o no. Este conjunto de sensaciones positivas o negativas darán lugar a una autoimagen, supóngase que el individuo se sienta satisfecho con su propia evaluación, esto creará en él una buena autoimagen y una aceptación de él mismo, lo que se traduciría en autoestima positiva o buena autoimagen.

Como ya se ha mencionado, la autoestima es un elemento que forma parte de la personalidad y que es un determinante en las relaciones humanas y en la comunicación. Un buen nivel de autoestima ayudará a que el individuo alcance plenitud y autorrealización en la salud física y mental, en la productividad y creatividad, traducidas en la plena expresión de sí mismo.



Mruk (1999) plantea cinco razones que sugieren la necesidad de una observación más científica de un tema tan popular. La primera es recordar a la población que este fenómeno es mucho más complejo de lo que parece a primera vista. La segunda son las implicaciones prácticas. En tercer lugar la carencia de la misma. La cuarta razón, la autoestima es un concepto indispensable en las ciencias sociales. Un quinto factor es el alcance del significado social que ha logrado hasta el momento.

Ante esta situación, la investigación relativa a la autoestima es controversial porque ya ha sido estudiada desde diferentes enfoques y puntos de vista y evidentemente, hay muchos modos de enfocar la autoestima. Ya que sin dificultad alguna se pueden encontrar libros sobre autoestima, algunos muy conocidos y otros incluso escritos por científicos sociales. Sin embargo, este material en la mayoría de los casos carece de bases científicas que confirme las afirmaciones y como consecuencia a menudo no se puede tomarlos en serio.

Poder dar a conocer los términos y los estudios acerca de Autoestima la cual implica explicar parte del desarrollo del ser humano y la sociedad llámese Familia, Escuela, Trabajo. Al respecto, existen tantas interpretaciones sobre autoestima, como autores, con el fin de dar al hombre y a la ciencia una idea clara de lo que representa este concepto.

Los Autores que a lo largo de este capítulo se mencionaron, consideran a la autoestima de vital importancia, ya que en cada momento de la vida del ser humano se encuentra en juego esa parte de él, cómo se ve y cómo se siente; lo que quizá dependa en mucho de su medio ambiente, su crianza, cultura, etcétera, pero que además estará en juego su futuro.

Como se había mencionado anteriormente, el estudio de la autoestima no es nuevo y han surgido enfoques diferentes que a continuación se presentan:

## 1.1 Escuelas

La psicología, como es sabido, se enmarca en distintas áreas de la ciencia. Sin embargo no es posible lograr un consenso para encasillarla entre los ámbitos más comunes de la ciencia, como lo son las ciencias naturales, las ciencias sociales o las ciencias humanas. Ya que esta disciplina abarca todos los aspectos complejos del funcionamiento psíquico humano.

De aquí que los distintos sistemas psicológicos, teorías y escuelas han puesto su atención en diversas áreas, por ejemplo el conductismo se centra exclusivamente en la conducta, y existen aquellas que se ocupan de los procesos internos, tales como el pensamiento, el razonamiento, la memoria, como el cognositivismo; y aquellos sistemas que se focalizan en los procesos inconscientes como el psicoanálisis. En esta ocasión me centraré específicamente en la postura que toman las diferentes escuelas con respecto a la autoestima.

### 1.1.1 Estructuralismo

Como sistema psicológico contribuye en gran medida al campo de la autoestima, ya que los sujetos examinaban y descubrían sus propias experiencias conscientes. Al examinar y descubrir se está hablando de las condiciones para el “propio conocimiento” del hombre como persona; lo que le permitirá un mejor desarrollo. Aunque los estudios de esta corriente se han realizado en condiciones controladas de laboratorio, la línea que sigue esta teoría es el análisis introspectivo de la mente humana; es decir, analizar dentro de la persona, por ejemplo, qué es lo que sucede con sus emociones, sentimientos y sensaciones, que es lo que siente o por qué no preguntar por qué lo siente, estas cuestiones corresponden al conocimiento de sí mismo. Con estas afirmaciones los estructuralistas llegan a la conclusión de que todos los procesos conscientes consisten básicamente de tres elementos: sensaciones, imágenes y sentimientos;

además, de que estos elementos se combinan de diversas maneras en la mayor parte de las actividades conscientes. Y entonces la comprensión de la conciencia es fundamental para una comprensión de la condición humana, y que ésta es precisamente la comprensión y conocimiento de mí mismo o autoestima.

### 1.1.2 Funcionalismo

A lo largo de la presente investigación, se ha hecho mención de que el estudio de la autoestima como constructo psicológico se remonta a William James, él fue el principal antecedente norteamericano del funcionalismo. En su obra “Los Principios de Psicología” (1890), James estudió el desdoblamiento de nuestro Yo-Global en un Yo-Conocedor y un Yo-Desconocido. De este desdoblamiento, del cual todos somos responsables en mayor o menor grado, nace la autoestima. La autoestima, dice James (1989), hace que sean equivalentes el éxito y las pretensiones. De este modo, lo que importa no es la capacidad que una persona cree tener con respecto a alguna cualidad, sino la capacidad de desear tenerla (James 1989).

Las tesis funcionalistas surgen en gran medida en contraposición del estructuralismo, situación que los conductistas repiten posteriormente al oponerse a ambos sistemas, la psicología funcionalista intenta dar respuesta exacta y sistemática a las preguntas: ¿qué hacen los hombres? y ¿por qué lo hacen?. Ponen énfasis en el estudio de la función de la adaptación al medio que tiene la conducta preguntándonos cómo es que surge esta función adaptativa, la cual surge o nace de ser consciente de mis necesidades y de lo que soy capaz de darme, como respuesta de mi propio conocimiento.

James (1989) consideraba que la psicología debía estudiar las condiciones de la conciencia, que la conciencia no podía considerarse aparte del cuerpo. Examinó detalladamente las soluciones de su época para el problema mente-cuerpo, y encontró que debía rechazarlas. Sin embargo, su perspectiva funcional parecía implicar una interacción ¿cómo podría la conciencia “controlar” el sistema nervioso si no pudieran influirse mutuamente?.

### 1.1.3 Psicoanálisis

El psicoanálisis representado por Freud, está fundamentado en la Neurología y la Psiquiatría. Freud exploró áreas de la psique que eran discretamente ocultadas por la Moralidad y la Filosofía.

Desde la perspectiva psicoanalítica, la autoestima está relacionada con la libido narcisista. Freud (en Gómez y Palacios, 1995) hace referencia a que la autoestima es una expresión de la magnitud del yo. Los logros, posesiones y la confirmación de los residuos del sentimiento de primitiva omnipotencia, aumentan la autoestima. También señala que la impotencia, o la incapacidad de amar debido a problemas físicos o anímicos, disminuyen la autoestima. De esta forma Freud considera que una parte de la autoestima es primaria; es decir es el residuo del narcisismo infantil, otra procede de la omnipotencia confirmada por la experiencia (del cumplimiento ideal); y una tercera, de la satisfacción de la libido objetal.

En la propuesta psicoanalítica se observa que la autoestima se desarrolla a la par con el desarrollo psicosexual, es decir, durante la confirmación de la personalidad.

Gómez y Palacios (1995) consideran a la autoestima como una necesidad básica prioritaria para todo ser humano; es la percepción tanto interior como exterior de sí mismo. La percepción interior que se origina con la interacción e interiorización del otro, es un ideal que regula la conducta y la valorización de la persona. De acuerdo con esto, la autoestima es un proceso donde interviene el alejamiento, la aproximación, el equilibrio y la superación de ese ideal del yo, que cada individuo tiene como meta.

### 1.1.4 Enfoque del Aprendizaje Social.

Desde el punto de vista de la psicología social, Lindgren (1980) afirma que la autoestima se aprende de los demás y llega a ser una reflexión de lo que las personas piensan, de lo que son o de lo que valen, así como la interacción de dicha reflexión con la imagen que poseen de sí mismos. La autoestima es el valor que las personas tienen de sí mismos (citado en Whitaker 1989).

Si se observa, esta postura afirma que la autoestima se aprende en relación con los otros, dicho de otra forma; el individuo se valora en torno a la valoración y reflexión de otros.

Es así que a la autoestima se le entiende como un proceso psicológico cuyo contenido se encuentra socialmente determinado.

La autoestima está sintetizada en el comportamiento socialmente aprendido en el individuo. De igual manera ha sido definida como un juicio de valor, un sentimiento una actitud, o una cualidad positiva o negativa de aprobación o desaprobación con respecto a sí mismo.

Por otro lado, con su Teoría de Aprendizaje Social, Bandura (1991) manifiesta que para que se concrete el aprendizaje de actitudes y valores, el refuerzo, por sí sólo, no es suficiente, y que por el contrario se debe agregar el aprendizaje por observación de modelos. Desde esta perspectiva de aprendizaje social, la autoestima es un funcionamiento psicológico, una interacción recíproca continua entre determinantes personales, conductuales y ambientales.

### 1.1.5 Humanismo

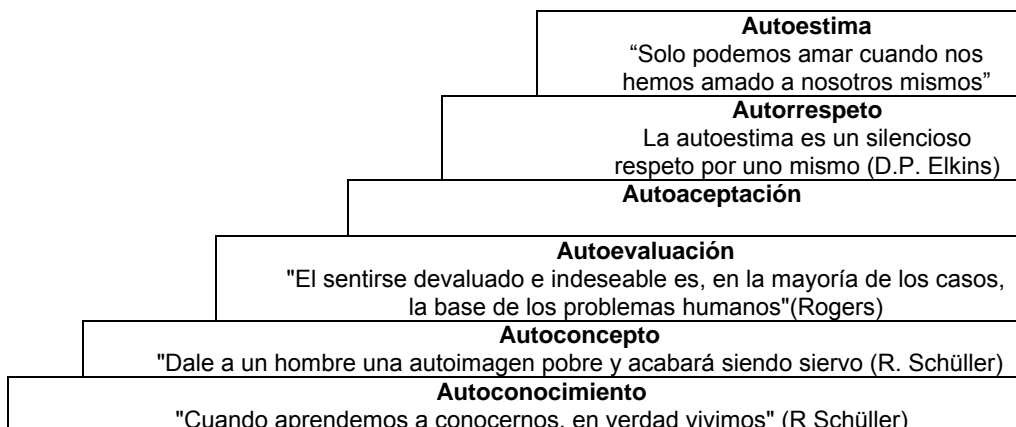
Este enfoque enfatiza que los intereses y preocupaciones del ser humano, en lugar de convertirse en un sistema de técnicas utilizadas para influenciar a los individuos, es básicamente una actitud que acentúa la comprensión de la persona.

Este enfoque se basa en el principio donde la persona es responsable de su propia existencia por lo que es importante que reconozca que a pesar de las condiciones impuestas, existe un grado de libertad de elección y que tiene la capacidad de tomar decisiones sobre sí misma

Básicamente, apunta a la comprensión de la naturaleza del ser humano, insistiendo en la responsabilidad del individuo, para lograr un sentido de autodirección, autorrealización y participación personal.

Rodríguez (1998) considera que la autoestima es la base y el centro del desarrollo humano, puesto que es conocimiento y la práctica de todo el potencial de cada individuo; según él, si una persona se conoce y se da cuenta de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla su capacidad, asimismo se acepta y se respeta obteniendo con esto una buena autoestima; en cambio, una persona que no se conoce, no se acepta y no se respeta tiene una concepción pobre de sí mismo y por lo tanto tiene una autoestima pobre. De igual manera argumenta que el hombre tiene la capacidad para elegir la actitud personal ante cualquier reto, o un conjunto de circunstancias y así decidir su propio camino. Lo que el hombre llega a ser lo tiene que ser por sí mismo. Se ha llamado a la autoestima la clave del éxito personal, porque ese “sí mismo”, a veces está oculto y sumergido en la inconsciencia o en la ignorancia.

En su libro “*Clave del Éxito Personal*” (1998) habla de la autoestima como un proceso que consta de seis pasos al que él llama escalera o pirámide de la autoestima.



1. Autoconocimiento: Se refiere a conocer las partes del yo integral, cuáles son las manifestaciones, necesidades y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales se conoce el por qué y el cómo de su actuación y sentir.
2. Autoconcepto Es una serie de creencias acerca de sí mismo que se manifiestan en la conducta.
3. Autoevaluación Refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas, si le satisfacen, si son interesantes enriquecedoras y si le permiten crecer y aprender.
4. Autoaceptación: Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir.
5. Autorrespeto: Es atender y satisfacer las propias necesidades y valores, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones sin hacerse daño ni culparse.
6. Autoestima: En este nivel de la escalera hace notar; que la autoestima es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y se acepta y respeta, tendrá autoestima alta. Por el contrario, si una persona no se conoce, tiene un concepto pobre de sí misma, no se acepta ni respeta, entonces; tendrá autoestima baja.

# CAPÍTULO 2

## TIPOS DE AUTOESTIMA



## 2. TIPOS DE AUTOESTIMA

Un aspecto muy importante de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor.

La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta. Las personas con una autoestima elevada suelen reportar menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que las personas con autoestima baja.

Por esto y muchas cosas más es importante el estudio de la autoestima, así como la presentación de patrones de conducta que lleven al individuo a establecer una autoestima alta que le permita un mejor desarrollo.

### 2.1 Autoestima alta

La autoestima está formada por diferentes conceptos, todos constituyen lo que se denomina la autoestima personal o la evaluación que se hace de nosotros mismos. Además, de que la autoestima está compuesta por tres elementos básicos, al igual que cualquier comportamiento de las personas, es decir, por la *dimensión cognitiva*, pensamientos, ideas, creencias, valores y atribuciones. *Dimensión conductual*: lo que decimos y hacemos. *La dimensión afectiva*: lo que sentimos con respecto a las situaciones, cosas y personas que nos rodean y/o el valor que nos damos a nosotros mismos (Valles, 1998), es decir: lo que hace, piensa y siente la persona.

**Hace**: se actúa con independencia. No necesita que se le indique constantemente lo que debe hacer, tiene iniciativa para emprender las cosas que quiere realizar. Afronta nuevos retos con entusiasmo.

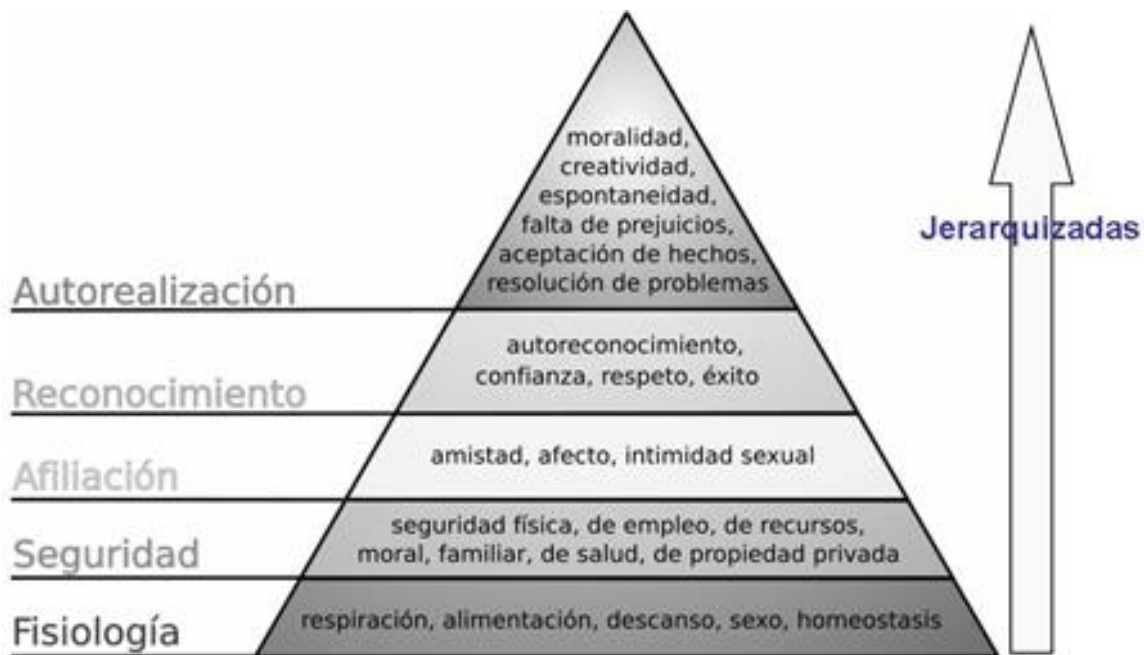
**Piensa**: sus pensamientos son positivos y se refiere a la valoración positiva que hace de las cosas que hace o le ocurren.

**Siente:** siente un gran orgullo personal por sus logros, se siente capaz de influir en las personas que le rodean. Se siente a gusto consigo mismo y satisfecho por lo que realiza.

De acuerdo a cómo se encuentre la autoestima, ésta será garante, de muchos éxitos o de fracasos, ya que se encuentran ligados intrínsecamente; una autoestima “adecuada”, que se encuentra vinculada a un concepto positivo de sí mismo, va a potenciar la capacidad del ser humano para desarrollar sus habilidades y va a aumentar el nivel de seguridad personal. De igual manera, es la base de una salud mental y física adecuada, mientras que una autoestima baja, enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Maslow (op.cit.) describió dos versiones de necesidades de estima, una baja y otra alta. La baja autoestima, es la del respeto de los demás, la necesidad de estatus, fama, gloria, reconocimiento, atención, reputación, apreciación, dignidad e incluso dominio; en cierto sentido, es la autoestima que se genera por factores externos, por lo que las otras personas provocan en el individuo.

Maslow (1991) plantea la “jerarquía de necesidades”. Ésta, además de considerar las evidentes necesidades como el agua, aire, comida y sexo, se amplía a cinco bloques: las necesidades fisiológicas, necesidades de seguridad y reaseguramientos, la necesidad de amor y pertinencia, necesidad de estima y la necesidad de actualizar el sí mismo (Self). Dentro de la necesidad de estima, comienza y se puede visualizar una aproximación con la autoestima.



La alta autoestima comprende las necesidades de respeto por uno mismo, incluyendo sentimientos tales como confianza, competencia, logros, independencia y libertad, o sea, es la que el individuo genera en sí mismo.

Así la autoestima alta se desarrolla cuando la persona posee estimación y respeto por sí misma; y que de igual forma demuestre un sentimiento de superación a través del tiempo, que no se considera mejor ni peor que el resto, agregándole que logra reconocer sus equivocaciones. Se relaciona también con la ejecución competente, con las personas que completan satisfactoriamente las tareas encomendadas.

Considero que todas las personas siendo sociales por naturaleza, necesitan cierta estima por parte de los individuos que las rodean, pero sin caer en la dependencia de su autoevaluación con la buena opinión de otras personas, ya que una autoestima positiva no debe ser ni comparativa, ni competitiva.

A lo largo de la vida, cada persona se forma una serie de ideas o imágenes que lo llevan a creer que así es. Existen otras personas que están convencidas de su incapacidad para aprender y triunfar, aun cuando tengan aptitudes y cualidades para lograrlo. Esto es una muestra clara de la diferencia que existe entre las personas que tienen autoestima alta o baja.

## 2.1.1 Características de la Autoestima Alta

Como ya he mencionado anteriormente la autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno es y lo que puede llegar a ser. Según Rojas (2009) en su libro ¿Quién eres?, la autoestima se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás.

De acuerdo con Branden (1994) la persona con autoestima alta manifiesta:

- Tranquilidad al hablar de los logros o de los defectos de forma directa y honesta.
- Si surgen sentimientos de ansiedad o inseguridad, es menos probable que intimiden o abrumen, ya que no suele ser difícil aceptarlos, dominarlos y superarlos.
- Apertura a la crítica, reconoce los errores, porque la autoestima no está ligada a la imagen de ser perfecto.
- Palabras y movimientos de tranquilidad y la espontaneidad, que refleja el hecho de que la persona no está en guerra consigo misma
- Armonía entre lo que uno dice y hace, en la forma de mostrarse y expresarse.
- Capacidad de disfrutar los aspectos alegres de la vida de uno mismo y de los demás.
- Bienestar propio al mostrar un comportamiento firme, consigo mismo y con los demás
- Capacidad de preservar la calidad de equilibrio y de la dignidad en situaciones de estrés.
- No tiene reglas para sus sentimientos, es decir no los oculta.
- Tiene capacidad para reconocer sus propios logros en la vida.
- Se acepta a sí mismo como ser humano.

- Vive en el presente, no en el pasado ni en el futuro

Sin embargo, también existen características físicas que se pueden observar tales como:

- Ojos en alerta y brillantes.
- Un rostro relajado
- Hombros relajados y rectos
- Las manos tienden a estar relajadas y sueltas
- Los brazos cuelgan de forma natural.
- Se tiene una postura carente de tensión, recta y equilibrada
- La voz es modulada con una intensidad apropiada a la situación y con una clara pronunciación
- El modo de caminar es decidido, sin ser agresivo

Nótese que para Branden tener autoestima alta, significa sentirse competente para vivir y merecer felicidad o para expresar lo mismo de un modo diferente. La autoestima está representada por el “puedo”, el orgullo, por el “tengo”, el “soy” , el “quiero”. Y el orgullo más profundo que podemos sentir es el que proviene de la adquisición de autoestima, ya que se trata de un valor que no sólo ha de ganarse, sino de conservarse.

El desarrollar una autoestima alta implica la convicción de que uno mismo es competente, valioso, es decir, enfrentar a la vida con mayor confianza y seguridad. Es importante aclarar que tener una autoestima alta no equivale a vivir un estado de éxito total, sino que significa también reconocer las propias limitaciones y debilidades, y sentir orgullo sano por las habilidades y capacidades que se poseen.

Se ha mencionado que tener autoestima alta significa sentirse competente para vivir y merecer felicidad, ser adecuado para la vida y sus exigencias y desafíos, es decir la autoestima alta consiste en la disposición de sentirse de este modo. Satir (1991) al respecto propone una definición Cuando me siento bien

conmigo y me agrado, hay magnificas posibilidades de que pueda enfrentar la vida desde una postura de dignidad, sinceridad, fortaleza amor y realidad.

La importancia de una autoestima alta radica en que esa es la base de nuestra capacidad para responder de manera activa y positiva a las oportunidades que se nos presentan en el trabajo, y en la vida cotidiana. Además, es la base de esa serenidad que hace posible disfrutar de la vida. Cuanto más alta sea nuestra autoestima, mejor preparado se estará para afrontar las adversidades; cuanto más flexibles seamos, más resistiremos las presiones que nos hacen sucumbir a la desesperación o a la derrota. Asimismo más posibilidades se tienen de ser creativo en el trabajo, lo que se puede traducir en más posibilidad de lograr el éxito.

Además, cuanta más alta sea nuestra autoestima, más ambiciosos tenderemos a ser, no necesariamente en nuestra carrera o profesión o en un sentido económico, sino en términos de lo que esperamos experimentar en la vida en el plano emocional, y se tendrá más posibilidades de entablar relaciones enriquecedoras y no destructivas. Y se estará más inclinado a tratar a los demás con respeto y benevolencia, porque el respeto por uno mismo es la base del respeto por los demás.

Para proteger nuestra autoestima, es necesario que sepamos evaluar nuestra conducta de la manera apropiada. Esto incluye, primero, tener la certeza de que los parámetros con los cuales juzgamos son verdaderamente nuestros, no los valores de los demás, con los cuales nos sentimos obligados a aparentar que estamos de acuerdo. Segundo, necesitamos efectuar nuestras evaluaciones con una actitud no sólo de honestidad sino de compasión, una voluntad de tener en cuenta el contexto y las circunstancias de nuestras acciones, así como las opciones o alternativas que percibimos como accesibles.

## 2.2 Autoestima Baja.

La baja autoestima está relacionada con una distorsión del pensamiento (forma inadecuada de pensar). Las personas con baja autoestima tienen una visión muy distorsionada de lo que son realmente; al mismo tiempo, estas personas mantienen unas exigencias extraordinariamente perfeccionistas sobre lo que deberían ser o lograr.

Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas o sentirse impotentes y autodestructivos.

Cuando una persona no logra ser auténtica, puede llegar a padecer los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos, pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicósomáticos.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

Branden (2010) argumenta que la autoestima baja significa sentirse inapropiado para la vida, inadecuado, no acerca de un tema o conocimiento, sino inadecuado como persona; inadecuado en la propia existencia, y que tiende a generar depresión y ansiedad.

Por lo general, una persona con autoestima baja o deficiente, se siente incompetente, inseguro e incapaz; sin embargo, Mendoza (2001) afirma que también suele manifestarse con algunas actitudes y/o conductas como son:

- Autocrítica rigorista, es decir, la persona tiene una tendencia a crear un estado habitual de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad a la crítica: La persona se siente fácilmente atacada y experimenta resentimientos pertinaces contra sus críticos.
- Indecisión crónica: en ocasiones actúa de esta forma no por falta de información sino por miedo exagerado a equivocarse
- Deseo excesivo de complacer: es decir, no se atreve a decir “no”, por temor a perder la benevolencia del peticionario.
- Perfeccionismo o autoexigencia de hacer “perfectamente”, sin un fallo, casi todo cuanto intenta; lo cual puede llevarle a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida
- Culpabilidad neurótica: se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y los lamenta indefinidamente.
- Hostilidad: irritabilidad a flor de piel, que le hace estallar fácilmente por cosas en ocasiones de poca importancia.
- Tendencias depresivas: tiende a verlo todo negro: su vida su futuro y sobre todo, su sí mismo; y es partidario a sentir una inapetencia generalizada del gozo de vivir y aún de la vida misma.



## 2.2.1 Características de la autoestima baja

Branden (2010), en su libro “Cómo mejorar la autoestima”, argumenta que la persona con baja autoestima mantiene un diálogo consigo misma que incluye pensamientos como:

- **Sobregeneralización:** A partir de un hecho aislado se crea una regla universal, general, para cualquier situación y momento: He fracasado una vez (en algo concreto); ¡Siempre fracasaré! (se interioriza como que fracasaré en todo).
- **Designación global:** Se utilizan términos peyorativos para describirse a uno mismo, en vez de describir el error concretando el momento temporal en que sucedió: ¡Qué torpe soy!.
- **Pensamiento polarizado:** Pensamiento de todo o nada. Se llevan las cosas a sus extremos. Se tienen categorías absolutas. Es blanco o negro. Estás conmigo o contra mí. Lo hago bien o mal. No se aceptan ni se saben dar valoraciones relativas. O es perfecto o no vale.
- **Autoacusación:** Se encuentra culpable de todo. Tengo yo la culpa, ¡Tendría que haberme dado cuenta!.
- **Personalización:** Supone que todo tiene que ver con él y se compara negativamente con todos los demás. ¡Tiene mala cara, qué le habré hecho!.
- **Lectura del pensamiento:** Supone que no le interesa a los demás, que no les gusta, cree que piensan mal de él...sin evidencia real de ello. Son suposiciones que se fundamentan en cosas peregrinas y no comprobables.
- **Falacias de control:** Siente que tiene una responsabilidad total con todo y con todos, o bien siente que no tiene control sobre nada, que es una víctima desamparada.
- **Razonamiento emocional:** Si lo siento así, es verdad. Se siente solo, sin amigos y cree que este sentimiento refleja la realidad, sin parar a contrastarlo con otros momentos y experiencias. "Si es que soy un inútil de verdad"; porque "siente" que es así realmente.

# CAPÍTULO 3

## **AUTOESTIMA DOCENTE**

### 3. AUTOESTIMA DOCENTE

Cuando se habla de autoestima profesional docente, se asocia a la figura del profesor ideal como modelo y ejemplo de autoestima. El profesor puede proyectar y enseñar autoestima en el aula sólo cuando la tenga él mismo en grado adecuado suficientemente elevado. De no ser así, lo que proyecta y enseña es una imagen de insuficiencia como persona, y ésta es la que los estudiantes perciben e integran como ejemplo de adulto, complementario a la figura de los padres (Voli, 2008).

Se ha hablado de la seria crisis que afronta la educación en todos sus niveles, y es por ello que me parece importante poner atención en la identificación del rol que juega la autoestima en el quehacer docente. Esta situación se ha convertido en punta de lanza para muchas investigaciones que han puesto énfasis en la formación psicológica, emocional y social del Docente.

Para fines del presente trabajo, tomaremos en consideración la definición que proporciona Voli (2008) acerca de la autoestima profesional docente, afirmando que es el grado de apreciación de la propia valía que el educador tiene acerca de la tarea pedagógica, para la cual en gran parte se ha ido formando.

El entender que educar es más que enseñar, es aprender a vivir juntos, es promover y acompañar procesos en los que cada ser humano se construya como factor de cambio social, de un mundo que apunte al respeto por la dignidad humana. López (2007) argumenta que actualmente la adecuada valoración personal constituye una brújula segura para armonizar decisiones con los valores más profundos y, por lo tanto, es la base de interrelaciones sanas necesarias para las transformaciones sociales.

Al referirnos a la valoración personal, consideramos al ser humano como una persona compleja y balanceada resultado de un pasado, de una historia personal que “fue” y que, a la vez, se proyecta a un futuro que aún no llega, por lo que se tiene que actualizar en el aquí y ahora; y al interactuar espacial y temporalmente

en y con el mundo que le rodea construye su propia identidad. Y que lo que sabe, piensa o cree sobre sí mismo genera sentimientos de satisfacción o frustración. Y acaba valorándose positiva o negativamente, según sea la imagen que va elaborando sobre sus habilidades, capacidades o comportamientos. Al respecto Wrycza (2006) argumenta que lo que el ser humano piensa y cree, fija la dirección de lo que experimenta, tanto hacia lo interior como en relación con el mundo que lo rodea.

Jhon Caunt (2005) señala que todos podemos modificar nuestras creencias. Y no sólo las originadas en distorsiones y exageraciones, ya que ni aún las creencias limitativas que aparentemente tienen fundamentos sólidos, están grabadas en piedra. Somos los únicos que las desarrollamos y les conferimos el rango de reglas de vida y, por tanto los únicos que podemos cambiarlas. Porque la autoestima no es algo fijo ni algo estable, sino que se puede cambiar, debido a que suele ser el resultado de un conjunto de experiencias y creencias aprendidas y desarrolladas por nosotros mismos en el día a día. Y sobre todo, de las interpretaciones y/o significado que se le otorgue a estas experiencias. Sin embargo, el poseer una autoestima alta, bien definida, determinará la calidad de las relaciones interpersonales e intrapersonales y con el entorno.

Las relaciones *interpersonales* de un Docente, se establecen con superiores, compañeros de trabajo, padres, alumnos. Y la calidad de estas relaciones será importante porque influirá en los logros, tanto en el clima laboral, como la calidad en el servicio educativo; en la imagen institucional, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

Las relaciones *intrapersonales* van a definir si el Docente posee metas personales, confianza en sí mismo, disposición para el logro, motivación. Las relaciones que un Docente establece con el entorno ayudan a definir el sentido de pertenencia y las actitudes hacia el medio; se convierten así en fundamentales para lograr colaboración con la institución, solidaridad hacia la comunidad

educativa, compromiso con la misión institucional, vinculación con actividades no laborales y trabajo en actividades sociales.

Para cualquier profesional de la enseñanza, su propia autoestima es un tema de gran importancia, sobre todo si ésta es insuficiente o frágil. La práctica educativa requiere de la mejor formación docente posible, dicha formación debe abarcar todos los aspectos: emocional, social y profesional. Debido a que esta formación se vincula en gran medida con factores relacionados con la personalidad que son relevantes en la práctica de la profesión docente, por ejemplo la satisfacción, puede comprenderse como una condición para emprender procesos didácticos de desarrollo profesional y personal con garantías de éxito. Un Profesor con autoestima bien definida, está en condiciones de favorecer la formación de sus alumnos. Debido a que el profesor proyecta en sus alumnos su personalidad al momento de actuar, su proyección denotará una sólida vocación docente, conocimiento y actualización de su asignatura. Una autoestima bien definida, posibilita mayor seguridad y confianza al momento de conducir el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que le permite al docente tener una evaluación propia de sus posibilidades de actuar en un momento dado a partir de sus conocimientos, además se propone nuevas metas, es más creativo y le inspira confianza y seguridad a los alumnos, lo cual le posibilita desarrollar con éxito su labor.

En el ámbito educativo, la autoestima y el autoconcepto tienen enorme importancia en los alumnos y en los profesores de cualquier nivel. La percepción y valoración de las personas sobre sí mismas condicionan su equilibrio psicológico, su relación con los demás y su rendimiento profesional.

La autoestima se relaciona con el sentimiento de dignidad, esto es, con la conciencia que tiene la persona de su propia valía. No es extraño pues, que la consideración positiva de uno mismo impulse la autorrealización y ejerza una influencia tan extensa e intensa en nuestra vida.

De acuerdo con las definiciones que hemos enunciado, coincidimos en que la autoestima del docente es la apreciación de la propia valía e importancia de la propia toma de responsabilidad hacia sí mismo y hacia sus relaciones intra e interpersonales, sin embargo el docente al respecto necesita reflexionar, aceptar y asumirla en la propia dinámica vivencial y profesional.

Voli (2008) expone tres afirmaciones con respecto a la autoestima docente: 1) La autoestima puede aprenderse y cada persona está en condición de hacerlo; con esta afirmación el autor señala la responsabilidad que tiene el docente frente a la construcción de su autoestima, vista desde la dimensión del aprendizaje. 2) La autoestima no es una realidad inmutable: La persona desde su estado reflexivo y consciente puede transformarla, ésto sin olvidar la importancia que juegan los otros como afirmación de la identidad. Por ejemplo, la familia y la sociedad en general tienen la tarea y la responsabilidad de la formación de la personalidad de las nuevas generaciones; incluyendo la de los docentes. Para facilitar esta labor, es indispensable que el profesor cuente con retroalimentación constante, y las instituciones tienen la responsabilidad de poner a disposición del maestro los medios y los tiempos necesarios. Ya que sin duda alguna la autoestima del docente está influenciada por el estatus social que posee su profesión en la sociedad. Un maestro que tenga la fortuna de trabajar en una sociedad que le proporcione un entorno que lo lleve a establecer actitudes favorecedoras de seguridad, identidad e integración, tendrá sin duda alguna un buen punto de partida y posteriormente su desarrollo profesional sólo reflejaría niveles de éxito. 3) Cada educador proyecta y transmite a sus alumnos la situación anímica en la que se encuentra; esto es importante, porque ellos de una forma u otra lo ven como modelo. Es necesario que el docente en su labor educativa sea consciente de que proyecta rasgos de su personalidad, en ella va el reconocimiento de su autoestima, así como la negación de la misma. Esta realidad se da de manera más o menos inconsciente, por ello es necesario saber reconocerla, pues en sus decisiones, actitudes, reflexiones, etc., el docente no deja de transmitir su valía y aprecio. Ya que ante los alumnos el maestro se convierte en un modelo, y si el

modelo es insuficiente, las consecuencias pueden ser negativas, en general, para su crecimiento y maduración. De ahí la necesidad de un trabajo personal de autocrecimiento y maduración por parte del profesor, previo a su actuación en clase o a un cambio cuanto antes, si es que ya se está frente al grupo.

La sociedad ha asumido que el docente, además de la familia, tiene la responsabilidad de formar la personalidad de sus alumnos. Esta realidad es una constatación del papel tan importante que se le asigna al docente, aunque su labor no es reconocida salarialmente, su personalidad moral es requerida como sujeto de formación de la personalidad de otros sujetos.

La autoestima es en gran medida un proceso de internalización, que implica, en el caso del docente, el paso de la apreciación profesional (autoestima profesional) a la individual (autoestima general), del exterior al interior. A partir de esto, se podría decir que el profesor al aprender se siente más competente en su trabajo profesional, lo que significaría que no sólo adquiere conciencia de su propia importancia, sino que al desarrollarla en forma continua, se convierte en un elemento motivador de su seguridad, satisfacción e identidad social como educador. Convirtiéndose en una competencia (que tan de moda está actualmente) que configura la valoración específica que el docente tiene de su trabajo, llamada autoestima profesional docente.

Dentro del desarrollo profesional docente, el discurso reformista ha puesto el acento en distintos elementos propios del quehacer pedagógico, la autonomía, la identidad, los conocimientos y las competencias profesionales. Estas se forman básicamente en el proceso del aprendizaje profesional a través de procesos culturales vividos por los profesores, ya sea de modo personal o colectivo sean estas genéricas o específicas Miranda (2005).

El docente como individuo que aprende a lo largo de toda su vida, integra competencias específicas (socio-afectivas y cognitivas entre otras) y genéricas

(prácticas) en el proceso de aprendizaje docente. El aprendizaje del docente está relacionado a la realidad cultural y profesional en que éste aprende, así el aprendizaje se logra al indagar, lo que implica interpretar e interpelar la cotidianidad, problematizándola constantemente, para introducir una distancia adecuada entre el sujeto y el objeto que se transforma en sujeto cognoscente

En el enfoque por competencias, el docente centra su atención en el proceso de aprendizaje y, desde parámetros constructivistas, extiende la necesidad de lograr en los estudiantes la transferencia de los conocimientos no sólo a contextos inmediatos, sino a la vida misma (Ramírez 2007).

Al respecto podemos agregar que el Docente no sólo entrega conocimientos, también entrega una imagen, la cual es captada de forma directa por los alumnos. Ser docente hoy lo podemos traducir en una serie de competencias profesionales que posibilitan desenvolverse afectiva, cognitiva y prácticamente de manera eficaz en el trabajo pedagógico; por lo que su desarrollo profesional, no puede ser visto como algo establecido sino que se alcanza a través de la experiencia. Y esto queda en evidencia en la autoestima profesional que posee.

### 3.1 Docentes con autoestima Alta

La autoestima es considerada como uno de los elementos clave para el desarrollo humano, pues ella posee estrecha relación con un conjunto de aspectos fundamentales para la vida del individuo.

En un mundo globalizado, se impone a las personas un ritmo competitivo, donde obtener resultados satisfactorios, es importante para la motivación personal. Así, es preciso estar preparado para enfrentar, en el mundo laboral, resultados favorables y también los ineludibles problemas de relaciones de autodesvalorización, y en ocasiones, incluso, posibles fracasos de las actividades profesionales.



En los últimos años, la pedagogía y la psicología han dado énfasis a la cuestión de la afectividad y de la autoestima, siendo ésta considerada uno de los elementos clave para el desarrollo humano, pues ella posee estrecha relación con un conjunto de aspectos fundamentales para la vida de un individuo. Por lo que es preciso que el docente posea y exhiba una autoestima alta.

La autoestima alta por lo regular siempre está asociada a lo que suele referirse como un afecto positivo, es decir, un sentimiento positivo hacia las propias características o habilidades. Es mantener puntos de vista positivos sobre la competencia y el merecer propio, que es más satisfactorio.

Desde que se entra a la escuela, los compañeros y maestros se vuelven elementos de suma importancia; de ellos el alumno aprende a aceptar otros puntos de vista, a negociar a compartir, cooperar, imitar, competir y compararse con otros Thomaenettel (2006). Por lo que desde este momento el maestro juega un papel importante en el proceso del aprendizaje y el concepto de que sí mismo tenga el alumno.

La escuela se convierte en un lugar propicio para generar autoestima en los alumnos y, en consecuencia, favorecer el desempeño académico y reducir las posibilidades de padecer problemas emocionales o trastornos de la conducta. El maestro es una figura central en el desarrollo de la vida de un niño, puesto que en ocasiones los alumnos pasan igual o más tiempo con los maestros que con sus propios padres o familia.

Voli Franco en su libro “Autoestima del profesor” (2008) argumenta que los profesores ideales, son los que quieren y pueden de verdad marcar una diferencia positiva y determinante en la educación y en la enseñanza; poseen, en líneas generales y en mayor cuantía las siguientes tendencias:

- Creer en la propia capacidad, valía e importancia como educadores, y son conscientes de que enseñando y relacionándose con los alumnos están aprendiendo ellos mismos.

- Estimulan su propia confianza en sí mismos en cuanto personas y, por lo tanto se motivan a tener una mayor seguridad y revisar las relaciones con sus alumnos.
- Alientan la reflexión y la conciencia sobre la capacidad y los potenciales propios y de cada uno de sus alumnos.
- No dan las cosas hechas a sus alumnos, sino que piden su participación en el descubrimiento, la crítica constructiva, la curiosidad analítica, etc.
- Con su ejemplo, estimulan, motivan y ayudan a sus alumnos a buscar y encontrar ellos mismos soluciones a sus propios problemas y conflictos personales y académicos.
- Proporcionan y facilitan la comprensión de los conceptos que enseñan. No aceptan o promueven aprendizajes que sean sólo memorísticos.
- Toman en serio a sus alumnos tal y como son.
- Ayudan a sus alumnos a reconocer y sacar el mayor partido a sus dotes personales, destrezas y habilidades y a aceptar sus defectos, limitaciones y debilidades como algo que se puede superar.
- Realizan acuerdos con los alumnos acerca de la necesidad de una buena convivencia en clases y fijan con ellos las normas correspondientes.
- En su actuación verbal y no verbal, toman en consideración y validan los sentimientos y emociones personales de cada alumno.
- Se relacionan de forma positiva y constructiva con sus colegas.
- Motivan, piden y aceptan el apoyo de los padres de los alumnos.
- Disfrutan lo que hacen.
- Reconocen los diferentes estilos de aprendizajes. Fomentan la creatividad en sus alumnos.
- Están dispuestos para la investigación-acción.

Siguiendo esta misma línea el Dr. Enrique Dulato (s/a) argumenta que los docentes con autoestima alta pueden reflejar su capacidad en tres vertientes de actuación y participación:

a) Para con ellos mismos: Creen en la propia capacidad, valía e importancia como educadores, y son conscientes de que, enseñando y relacionándose con sus alumnos, están creciendo y madurando ellos mismos cada día más. Estimulan la confianza en sí mismos en cuanto personas, y por lo tanto, se motivan al tener una mayor seguridad. Este tipo de profesor, por lo general disfruta de su trabajo y se satisface con los resultados que obtiene y los valora.

b) Para con sus alumnos: Son docentes pacientes, comprensivos y flexibles con la actuación de sus alumnos dentro de los límites básicos de disciplina, comportamiento social, convivencia y respeto que se haya acordado como normas de convivencia. Tienen una visión general de la educación como proceso de aprendizaje para la vida, además de una preparación académica y cultural. Utilizan ellos mismos y promocionan la enseñanza multidisciplinaria, el aprendizaje para aprender y facilitan el uso de técnicas de estudio. Este tipo de profesor promueve el sistema educativo de aprender a pensar. Promocionan y facilitan la comprensión de los conceptos que enseñan. No aceptan o promueven aprendizajes que sean sólo memorizados.

c) Para con sus colegas y la institución: Los docentes con autoestima alta, por lo general se relacionan de forma positiva y constructiva con sus colegas del Centro Escolar, no son celosos, no sabotean el trabajo de otros, y nunca son proclives a chismes y enredos para desprestigiar a otros docentes.

Desde otra perspectiva, Catalán (1990) señala que el desempeño de un profesor en el ejercicio de su papel, está íntimamente relacionado a las cogniciones que él tiene de sí mismo como un profesional de la pedagogía; estas cogniciones conllevan valoraciones que, como ocurre en la autoestima, son determinantes en las formas de pensar, sentir y actuar en el ámbito educacional.

En otra dirección, Carrasco (en Miranda, 2005) señala que la importancia del desarrollo de la autoestima en el profesor radica principalmente en la relación de

comunicación que se establece entre él y los alumnos. La autoimagen que el profesor proyecta, afectará y condicionará entonces el crecimiento personal de los alumnos que está formando.

Los elementos antes señalados, nos permiten justificar y valorar el significado que posee la autoestima como aspecto a ser estudiado. Una autoestima positiva posibilitaría tanto para el ejercicio y desarrollo profesional del docente como para los alumnos, un adecuado contexto emocional que facilitaría una educación de mayor calidad humana. En este sentido, es importante reflexionar sobre el carácter específico de la autoestima que el docente siente de su trabajo profesional, pues se considera uno de los elementos distintivos de su labor profesional.

### 3.2 Docentes con autoestima baja

Se habla constantemente de la infravaloración de la actuación docente, de carencia de protagonismo, de pérdida de autoridad, de la construcción y proyección de una imagen negativa y difusa de la profesión, y de algunas cosas que tienen que ver con la baja consideración del autoconcepto docente. Y esto evidencia que la profesión docente actualmente vive y sobrevive con un fuerte complejo de inferioridad. A menudo se escuchan argumentos por parte de los docentes, tales como que su labor es poco valorada y que sus esfuerzos no son tomados en cuenta, instalándose así en la cultura de la queja.

A partir de esto son muchos los docentes que han descuidado, el ejercicio de su profesión, acciones como el mantener y cultivar una autoestima alta que favorezca a todos. ¿Cuál es la razón de ello? ¿Cómo afecta a su persona, a sus alumnos? ¿Qué se está haciendo al respecto?, son algunas preguntas que requieren de respuestas.

Argumentaba anteriormente que son muchos los docentes, concretamente los que laboran en Educación Pública que se han descuidado anclándose en una autoestima baja lo cual los afecta seriamente en su ejercicio profesional y en su crecimiento personal y con ello incomoda a los alumnos con quienes intercambia conocimientos.

A los docentes con baja autoestima, se les dificulta regularmente desarrollar una actitud abierta, tolerante, libre, dialogante, empática y afectiva sin condiciones. Por lo que tienden a ser punitivos, impacientes y autoritarios. Convirtiéndose en personas ansiosas y nerviosas lo que les lleva a evadir situaciones que les producen angustia y temor y, por lo tanto evitan tomar la iniciativa para nuevos proyectos y es cuando se aíslan y carecen de amigos.

Estos planteamientos permiten reafirmar la enorme importancia que tienen los procesos socio-afectivos de los docentes en el espacio educativo, no sólo en su desarrollo profesional, sino como elemento clave en los resultados académicos y el desarrollo integral de los alumnos.

En este mismo sentido, Huici (2000) afirma que el desempeño de un profesor, en el ejercicio de su papel, está íntimamente relacionado a las cogniciones que él tiene de sí mismo como un profesional de la pedagogía. En otros términos, el profesor puede proyectar y enseñar autoestima en el aula sólo cuando la tenga él mismo lo suficientemente elevada. De lo contrario, lo que proyectará o enseñará será una imagen de insuficiencia como persona, y esta es la que los alumnos perciben e integran como ejemplo de adulto, complementaria a la figura de los padres (Huici 2000 citado en Miranda 2004).

Me atrevo a afirmar que actualmente, uno de los elementos que más ha marcado al gremio docente, es la baja autoestima que poseen sobre su trabajo, al respecto, Miranda (2004), al tratar de reflexionar sobre las razones de la baja autoestima en profesores, señala lo siguiente:

- a) Las expectativas de los profesores son difíciles de determinar.
- b) Los profesores a menudo reducen sus objetivos personales a objetivos institucionales.
- c) Los profesores muy raras veces reciben una retroalimentación adecuada para su autovaloración.
- d) El entorno escolar no conduce de por sí a un sentimiento de valoración.
- e) La mayoría de los establecimientos educacionales no cuentan con un Proyecto educativo con metas y objetivos claros para el profesor.
- f) El sistema educativo, y por ende sus profesores, han sufrido un deterioro importante durante los últimos años.

Sin duda, que la condicionante económica, las expectativas personales, profesionales y la visión social del trabajo docente, han incidido en la baja autoestima.

Por otro lado, en una investigación realizada por De la Herran (2004), se argumenta que un docente con baja autoestima no actúa en las mejores condiciones para la formación de sus alumnos, ni para su propio desarrollo profesional. Concretamente, dice que: la baja autoestima docente parece actuar como fuente generadora de dificultades de aprendizaje del propio profesor, relacionadas con su propio desarrollo profesional y la práctica de la enseñanza.

Y describe al docente de baja autoestima de la siguiente manera.

- Inseguridad Emotivo-Cognoscitiva de base o personal aplicada a lo profesional.
- Algunos procesos cognoscitivos asociados a la formación de un autoconcepto erróneo.
- Baja autoestima intensa o agravada: en los casos más agudos, la baja autoestima puede desprender una autoimagen permanente valorada como escasa, peor, inferior, incompetente e imperfecta que retroalimenta un rol secundario afianzado o reactivo.

- Motivación profesional centrada en el binomio *influencia-consideración*: *influencia* desde figuras externas con capacidad de ascendencia profesional o de suministro afectivo, y *consideración* como efecto generado en otros (autoridades, alumnos) a partir de cuya expectativa define la propia identidad profesional.
- Conservadurismo didáctico o *espacio de profesionalización disminuido*, entendido como: Inhibición de la confianza en sí mismo, en tanto que generador de conocimiento. Consecuente refugio en la autoridad académica.
- Atribución de protagonismo reactivo y casi exclusivo a sustitutorios y prótesis del conocimiento, tales como el libro de texto, norma disciplinaria, administrativa o del Centro, cánones y tradiciones como entes finiquitos
- Extensión: Minusvaloración y Desconfianza general de los alumnos, como capaces de desarrollar un rol activo-expresivo y productor de conocimiento con el que enriquecer la comunicación educativa.
- Dificultad para desarrollar en sí y en el alumno un rol de investigador, innovador, creador, reflexivo, crítico, etcétera; todo esto por ir en contra de sus convicciones.
- Organización dependiente, rígida o inmadura.
- Desconfianza en la eficacia o el sentido de la concesión de espacios de autonomía.
- Aplicación recetaria (miope) de lo aportado por figuras de autoridad (científica, del propio terrenito, etc.).
- Hiperestesia valorativa a personas reconocidas, científicos de reconocido prestigio.
- Valoración de rendimiento académico por encima de la percepción de actitudes, procesos y educación en valores.
- Necesidad de cantidad (asistencia, regularidad) y calidad (atención, implicación) de participación didáctica.

- Menor presencia de recursos metodológicos que favorezcan un clima de aprendizaje especialmente orientado a la promoción de la autoestimación de los alumnos.
- El establecimiento de sentimientos de aceptación y aprecio mutuo, de (auto) importancia de la persona en el grupo, y de la sensación de validez (aplicada y global).
- El refuerzo natural y específico hacia comportamientos de los alumnos, especialmente ante 3 situaciones: conductas nuevas, conductas difíciles y conductas con especial implicación emocional.
- La cohesión entre los miembros del grupo, la receptividad y escucha de todas las personas.

Desde esta perspectiva, la autoestima y el pensamiento en el Docente son acciones procesadas, elaboradas e internalizadas por el sujeto a través de su práctica. No existe actividad psíquica desvinculada de la práctica; los procesos y contenidos psíquicos están determinados desde las condiciones concretas de existencia. Es decir, son las experiencias concretas, la acción y la práctica las que determinan la subjetividad (Riviére,1985. Citado en Miranda 2005).

A partir de lo anterior, podemos dimensionar la importancia que juega la autoestima profesional que posea el Docente, en relación a su valía personal y en el impacto que ésto pueda generar en los alumnos.

### 3.3 El oficio de Ser docente

Un Docente es aquel individuo que se dedica a enseñar o que realiza acciones referentes a la enseñanza. La palabra deriva del término latino docens, que a su vez procede de docere (traducida al español) como “enseñar”. En el lenguaje cotidiano, el concepto suele utilizarse como sinónimo de profesor o maestro.



¿Qué motivos, conscientes o inconscientes, impulsan a elegir la profesión de maestro?, ¿cómo evoluciona esta motivación durante el ejercicio profesional?. La respuesta a estas interrogantes que cotidianamente escuchamos de voz de los propios docentes es: tener la pasión, la ciencia y el arte de esculpir el cuerpo, la mente y el espíritu de los seres humanos, para que sean un todo armónico, dejando en todos aquellos alumnos el conocimiento que algún día utilizarán sabiamente, y no hay mejor recompensa que el agradecimiento y reconocimiento de un alumno.

Ser docente no es un trabajo sencillo, no muchos saben qué se va moldeando por ensayo y error; la tarea del docente es orientar a los alumnos, contestar preguntas, dudas, conocer las inquietudes, y por qué no, conocer a los mismos jóvenes para poder establecer una buena relación de trabajo.

El Docente del siglo XXI es un formador de ciudadanos, capaz de leer los contextos locales y globales que le rodean y de responder a los retos de su tiempo. Es un facilitador que domina su disciplina y que, a través de metodologías activas, ofrece las herramientas necesarias para que los estudiantes comprendan el mundo desde diversos lenguajes, aprendan a vivir con los demás y sean productivos.

La discusión sobre el docente es siempre uno de los polos de referencia del pensamiento sobre la educación, objeto muy socorrido para la investigación educativa y piedra angular decisiva cuando se requieren reformas diversas en los sistemas educativos.

Muchos de los problemas y temas educativos pasan en algún momento, por implicar a los docentes, exigir de ellos determinadas actuaciones, dibujar o proyectar sobre su figura una serie de aspiraciones que se proponen como condición para la mejora de la calidad de la educación.

Sacristan (1997) afirma que en el discurso pedagógico existe una especie de hiperresponsabilización de los docentes en la práctica educativa y de la calidad de

la educación porque el pensamiento educativo refleja la obvia realidad del sistema escolar, muy centrado en la figura del maestro o profesor como conductor visible de los procesos de educación institucionalizados.

Como consecuencia de esa excesiva dependencia de la práctica respecto de los docentes, el pensamiento y la investigación suelen contribuir a elaborar imágenes exigentes y atractivas de cómo ellos deberían ser desde innumerables puntos de vista. De alguna manera, se da un contraste, no siempre manifiesto, entre las simples aspiraciones sociales y las diversas derivaciones de modelos educativos más o menos ideales por un lado, y por otro, la percepción de que la realidad de la docencia como colectivo no acompaña a aquellas aspiraciones.

Hoy a los docentes se les exige hacer todo lo que a la sociedad, instituciones y la familia no están haciendo. Las exigencias a la calidad, eficacia y competitividad de la educación no siempre están acompañados de los recursos, autonomía y cambios estructurales en los sistemas educativos y mucho menos en la cultura escolar. Al igual que las demandas sobre el trabajo docente no se acompañan de procesos sistémicos e integrales para que el profesor pueda desempeñar estos nuevos roles, participar en los cambios y corresponsabilizarse de los resultados de su trabajo. Es más hay señales claras que, por un lado, la educación no es considerada una prioridad en las agendas políticas de nuestro país, y por otro lado, que el prestigio y valoración social de la profesión docente se debilita de forma significativa.

Hoy en día existe una gran preocupación acerca de los resultados deficientes de los estudiantes en las pruebas de evaluación del aprendizaje, donde constantemente México se ubica en los últimos lugares.

Sin embargo, es sabido que esta situación no va a cambiar significativamente si no se producen transformaciones visibles en la calidad, motivación y efectividad de los docentes y su trabajo. Las inversiones en infraestructura, libros, equipos de computación y actualización de los contenidos curriculares no tendrán los efectos

esperados si quien tiene que poner todas las demás piezas juntas, esto es, el docente, no sabe hacerlo bien.

Así que se ser docente se ha convertido actualmente en un reto a la creatividad, intelecto, flexibilidad, velocidad de respuesta, capacidad de afrontar el cambio, capacidad de inventar, en conclusión, se trata de un reto a la autoestima, porque lo que se es como persona, se convierte en un factor de fondo importante para el desempeño del papel de docente.

Por otro lado, los cambios generados actualmente en el escenario de la educación han llevado a un agotamiento del rol cumplido por el docente, que se evidencia en el salón de clases en la transmisión unidireccional de información, en la memorización de contenidos, en una escasa autonomía en los diseños y evaluación curricular, en una actitud pasiva frente al cambio e innovación educativa, y en un modo de trabajar de carácter individual más que cooperativo. El colapso del rol, lamentablemente no ha originado cambios en las políticas públicas y estrategias para la formación y desarrollo de los docentes y, evidentemente ocasiona un retraso en las practicas pedagógicas, con relación a lo que se espera de la escuela y del trabajo del docente.

La sociedad en pleno siglo XXI sigue pensando al docente, únicamente, dentro de los límites del salón de clases; ocupándose de tareas didácticas, responsables de la “implementación” del currículo bajo las orientaciones metodológicas que la capacitación les ofrece, moviéndose entre relaciones jerárquicas, reaccionando de acuerdo a la normativa y el control vigentes; actuando dentro de una gestión y una cultura del sistema y la escuela, que desafortunadamente en algunos casos están suspendidos en el tiempo.

Al docente se le han asignado diversos roles en la actualidad: el de transmisor de conocimientos, el de animador, el de supervisor o guía del proceso de aprendizaje, de investigador educativo, etc., pero nuestro país exige actualmente profesores cada día mejor preparados, para que la enseñanza rinda los frutos adecuados y que el docente no sea un operario que aplica los planes y programas de estudio sin sentido y sin reflexión. Tiene que ser, entre otras características,

dinámico, estratégico, autorregulado y reflexivo, ésto lo conducirá a un acercamiento al éxito de su labor. Para ello considero que la formación del profesorado, debería ser uno de los objetivos prioritarios de la Reforma Educativa, organizándolas de modo que exista una continuidad entre formación inicial y permanente.

Sin embargo, la labor docente se encuentra en una situación muy contradictoria: ya que la sociedad le encomienda a sus hijos, pero no se le reconoce plenamente su trabajo; le exige responsabilidad; sin embargo, no se le paga bien; se le brindan piezas grandilocuentes el 15 de Mayo, pero no se admite plenamente que son profesionales.

Al parecer la crisis de la educación en nuestros días radica en que el profesor ha olvidado el rumbo, está desorientado, porque ha perdido la brújula, es decir, los ejes esenciales que dan sentido a su profesión; además, la cuestión de la identificación del educador ha desaparecido del discurso pedagógico actual.

Sandoval (2005) señala que el ser docente parece implicar ahora ser “eficiente” sin que medie una reflexión crítica sobre los fines de la educación. Cada profesor es ahora responsable de la calidad educativa y de su “profesionalización”, por lo que debe estudiar con recursos propios posgrado, diplomados, cursos de actualización, etc. Además, obtener los premios otorgados por el estado que se materializan en promociones escalafonarias o en mejoras salariales. La docencia pues, se convierte en una profesión más, en la que cada profesor debe buscar su inserción laboral y profesional con base al esfuerzo individual, por lo que cada vez parecen estorbar más aquellas formas viejas de reproducir el gremio como una identidad social ascendente, es decir que sólo por pertenecer a un sindicato tendrá un reconocimiento superior, al de cualquier docente.

Para Goodson (2003) existen rasgos que definen lo que es un docente, éstos están conformados por experiencias de vida y antecedentes que determinan lo que es y la forma en la que enseña; asimismo, señala al origen, la procedencia y clase social del profesor como detonantes de su identidad; a esto se pueden agregar cuestiones como el sexo, los orígenes étnicos, la idiosincrasia y el estilo

de vida. Si trabajamos con algo tan personal como la enseñanza, es de vital importancia conocer qué tipo de persona es el docente.

### 3.4 El bienestar docente y la autoestima profesional

Abordar el tema del bienestar docente en este tiempo en el que la educación está dejando de ser el factor principal para el desarrollo social del país y para el progreso de las nuevas generaciones, es delicado. Pero hay que destacar que es necesario afrontarlo en estos momentos, por críticos que sean, porque aunque los apoyos y la valoración de la enseñanza disminuyan, el hecho de que los docentes asuman su responsabilidad muchas veces con ilusión, sigue siendo un factor de primer orden para mejorar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje de los alumnos. Lo que sucede es que ahora es más complicado, exige un plus de motivación y el riesgo de que se incremente el desánimo y el malestar es aún mayor.

Se habla de bienestar cuando el profesor se siente preparado y competente en su desempeño profesional; cuando percibe que su esfuerzo, es valorado por los resultados que obtiene; cuando trabaja en una cultura profesional en la que se reconoce y valora el buen hacer; y cuando siente que los responsables de la educación se preocupan por mejorar sus condiciones de trabajo y sus posibilidades profesionales futuras. El bienestar profesional no es, por tanto, un estado de ánimo al que puede acceder cualquiera que se lo proponga, sino que es el resultado de un conjunto de factores interactivos, unos internos y otros externos al docente, cuya confluencia condiciona su satisfacción profesional.

La propia aptitud del docente para hacer frente a las exigencias actuales de la enseñanza y su capacidad para encontrar sentido a su esfuerzo, es posiblemente el factor principal de la satisfacción de los profesores. Pero este factor está al mismo tiempo asociado a otros, por ejemplo: a la respuesta que obtiene de sus alumnos, al apoyo que recibe en su institución, a la valoración que

se le manifiesta por el trabajo bien hecho, a las perspectivas futuras que se le ofrecen y a las condiciones que se generan para hacer mejor su trabajo. Es cierto que difícilmente estos factores contextuales podrán compensar la ausencia de las capacidades profesionales de los docentes; pero también hay que reconocer que no es fácil que un profesor competente y motivado pueda mantener una experiencia profesional satisfactoria si el resto de las condiciones no acompañan a su esfuerzo.

El profesor está en permanente contacto con sus alumnos y con sus compañeros, pero también con las familias y, aunque habitualmente más alejados, con las autoridades educativas, cuyas decisiones, cambios y reformas influyen de manera muy directa en el trabajo docente. Todas estas relaciones son una fuente continua de experiencias emocionales, unas más satisfactorias que otras, pero que suelen dejar una huella en el docente al final de su jornada de trabajo. Es cierto que los mismos sucesos provocan reacciones distintas en las personas y que lo que es agotador y frustrante para unos, puede llegar a ser vivido como una experiencia estimulante para otros. Pero no cabe duda de que las complejas interacciones que ha de vivir el docente en su trabajo dejen un fuerte impacto en todos los profesionales de la enseñanza.

Por ello es preciso cuidarse y buscar el mayor equilibrio emocional posible que facilite el bienestar profesional. Las experiencias y las sugerencias de los docentes apuntan a que hay tres factores que ayudan a conseguirlo: 1) La participación en proyectos innovadores, por limitados que sean; 2) La conversación habitual sobre las experiencias profesionales, con amigos que son también compañeros; 3) La preocupación por mantener el valor y el sentido de la tarea de educar.

La satisfacción laboral docente es la suma de maneras de percibir y actuar hacia la tarea de la escuela (González García 2006 en El Sahili 2010); es decir, representa el grado de armonía entre el trabajo, lo que espera y desea el maestro

dentro del entorno laboral y está en función de apreciaciones, tanto cognitivas como emocionales, sobre lo que sucede.

González (2006) afirma que la satisfacción laboral está ligada a las particularidades organizacionales de la escuela; los factores más importantes de satisfacción laboral se pueden agrupar en cinco áreas (en El Sali 2010).

- 1) La satisfacción en cuanto a sus funciones
- 2) La satisfacción con el salario
- 3) La satisfacción con el desarrollo laboral
- 4) Satisfacción con el liderazgo
- 5) Adaptación del docente al trabajo.

Al observar estas áreas, nos podemos percatar de que el trabajo docente tiene dos componentes de satisfacción, según el autor; uno que se refiere al salario y otro que tiene que ver con realizar algo que aporte sentido a la vida a través de vivir relaciones armónicas en el Centro Educativo. Y podemos afirmar, sin temor a equivocarnos, que la satisfacción laboral aminora las enfermedades psicolaborales, o ayuda a que no aparezcan.

### 3.5 El malestar docente y la autoestima profesional

Por otro lado, la expresión “Malestar Docente” es ambigua, la palabra malestar se refiere según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua a una “desazón o incomodidad indefinible”. El dolor es algo determinado y que podemos localizar. La enfermedad tiene síntomas manifiestos. Cuando usamos la palabra “malestar” sabemos que algo no anda bien, pero no somos capaces de definir qué es lo que no marcha bien y por qué.

Ante este panorama Esteve (1994), argumenta que el término “Malestar Docente” se utiliza para describir los efectos permanentes de carácter negativo

que afectan a la personalidad del profesor como resultado de las condiciones psicológicas y sociales en que se ejerce la docencia.

Desde hace varios años en mi experiencia como docente, me llamó la atención que los profesores lograban construir en los grupos un ambiente de confianza y libertad para hablar sobre sus prácticas educativas, expresando una serie de reclamos, lamentaciones, protestas, pesares, incomodidades, quejas, disgustos etc., relacionados con las condiciones precarias en las que realizan su labor educativa. Me percaté de las constantes manifestaciones de enojo, coraje, decepción, desesperanza, desilusión, desmotivación, etc. son consecuencia de la sobrecarga de trabajo que se impone en las instituciones para alcanzar las metas de productividad. Así como que para los profesores existe falta de reconocimiento a su labor, precariedad del salario, y múltiples dificultades que se enfrentan cotidianamente, lo que va generando el malestar docente.

Ante esta situación me surgieron varias preguntas: ¿Cómo se expresa el malestar docente? ¿Cuáles son las situaciones especialmente difíciles a las que se enfrenta un docente en sus prácticas educativas cotidianas? ¿Cuáles son los estresores a los que se enfrentan en los distintos ámbitos (laboral, familiar, escolar, un docente?), ¿Cómo se ve afectada su salud física y emocional?.

Y al intentar encontrar respuestas a tantas interrogantes, desde mi experiencia hallé varios factores que ocasionan ese malestar docente, entre los que podemos destacar los siguientes:

Una fuente de malestar docente se encuentra en las exigencias administrativas, por llenar fichas, hacer informes, preparar programas, gestiones de la institución educativa, etc. Tales exigencias ejercen una presión tan fuerte sobre ellos, que por mucho esfuerzo diario que les dediquen, no consiguen estar al día; además consideran que se trata de actividades que les alejan de su interés fundamental, que es estar con los alumnos.



Así como las descalificaciones frecuentes en los medios informativos en el sentido de una feroz crítica a su labor: que si el horario, que los talleres de actualización, que si las vacaciones etc., generando así una desconfianza que se extiende a la escuela y a los actores que participan en ella: administraciones educativas, profesores, padres y alumnos. La constante crítica acerca de la falta de profesionalidad de los docentes, los ataques permanentes sobre el bajo nivel educativo de los estudiantes, sobre los problemas de convivencias en los Centros y sobre las malas condiciones de la enseñanza, despiertan la alerta en los ciudadanos y en las familias y extienden la sensación de desconfianza ante el trabajo de los profesores. Si a esto le sumamos que actualmente los conocimientos y procedimientos no son propios de los Centros Escolares, si no que estamos ante la presencia de los medios de comunicación y sobre todo del internet, que en muchos casos dejan de lado la participación pr esencial del profesor.

Estos y otros motivos que no se terminarían de enunciar, hacen que la labor del maestro caiga en un malestar docente. Que origina una crisis de confianza y de identidad profesional. Estos sentimientos están estrechamente relacionados; por ejemplo, la confianza permite a los profesores tener seguridad en las acciones que desarrollan y enfrentarse con más fuerza a los riesgos que conlleva dicha profesión, asimismo reduce la ansiedad, permite un juicio más equilibrado y facilita la innovación. En gran medida, la identidad profesional depende de la valoración social percibida. El sentimiento de pérdida de la estima y del reconocimiento social, quebranta las bases de la identidad profesional y reduce los vínculos entre los miembros de la profesión y su sentido de pertenencia a la misma. Cuando se desdibujan los objetivos de la actividad docente, se desdibujan al mismo tiempo sus gestos de identidad. Cuando se destacan una y otra vez los conflictos y las carencias de la educación escolar, se envía un mensaje de desconfianza hacia la competencia de los profesores y hacia la eficacia de su acción. En ambos supuestos, cada vez más presentes desgraciadamente, se produce una progresiva pérdida de la identidad de los docentes. Entonces, existe una mayor

probabilidad de que los profesores se encuentren insatisfechos con ellos mismos y con el trabajo que deben de realizar. La quiebra de su autoestima provoca también la quiebra de su identidad y conduce, inevitablemente, a la insatisfacción y al malestar emocional.

Tratar de obtener la satisfacción profesional docente a través de incentivos económicos, no garantiza mejora en la calidad de la educación, sólo favorece la retención de los profesores en el trabajo. Sin embargo, considero que se puede lograr un bienestar profesional docente si se desarrolla una buena formación basada en la vocación, si se recibe reconocimiento por parte de las autoridades y la comunidad, si se encuentran oportunidades para el perfeccionamiento, si existe una supervisión eficaz y cooperativa, buen ambiente de trabajo y posibilidad de ascensos futuros.

Las tensiones que vive en la actualidad la práctica docente, son expresión de las transformaciones sociales y de las nuevas exigencias que se plantean para la formación de las nuevas generaciones. El acceso a la información y al conocimiento, los cambios de familia y de los propios alumnos, las modificaciones en el mercado laboral, los valores sociales emergentes y la rapidez de los cambios, son algunas de las características de la sociedad del siglo XXI que afectan, sin duda, al ejercicio de la actividad docente (Marchesi 2008 realizar). De aquí que sea importante realizar investigaciones que expongan estrategias para fortalecer la autoestima en el docente.

### 3.6 Fortalecimiento de la autoestima docente

La autoestima es inherente a todos los seres humanos, es un producto social que se desarrolla en la interacción hombre-mundo, en el proceso de la actividad y la experiencia social. Su carácter social y desarrollador la provee de una extraordinaria significación para la educación de niños, adolescentes, jóvenes y adultos. La autoestima es de naturaleza dinámica, multi-dimensional y multi-

causal, es decir, diversidad de influencias que la forman en interacción continua (Acosta 2004).

Si se asumiera teóricamente que existe una relación directamente proporcional entre los niveles de autoestima y los niveles de aprendizaje, entonces aumentar la autoestima de alumnos y docentes significa mejorar los niveles de aprendizaje y de igual forma las posibilidades de éxito de estos en la vida privada y profesional (op. Cit.).

El fortalecimiento de la labor docente supone una acción en varios ámbitos interrelacionados: mejorar sus competencias profesionales y su preparación, cuidar su equilibrio emocional, situar la profesión docente en la dimensión moral que le corresponde y velar por el prestigio de la profesión.

Como se ha mencionado a lo largo de este trabajo, la acción educadora exige una estrecha relación personal entre el profesor y los alumnos. Una cualidad de la actividad docente es que este vínculo impuesto se convierta en una relación constructiva, en la que la confianza, el afecto y el respeto mutuo, sean sus elementos constitutivos. Para esto es imprescindible que el profesor cuide su dimensión emocional, un cuidado del que deben ser responsables también las autoridades escolares. Porque, aunque todos los seres humanos requieren un salario por su trabajo, el cual nos permite satisfacer los requerimientos vitales y aún más allá de ellos. Sin embargo, más que la retribución económica, existen otro tipo de satisfacciones, las que tienen que ver con la parte psicológica, es decir las que ayudan a fortalecer la autoestima, las que en un lenguaje común, significan una especie de palmada en la espalda, para decirnos que estamos haciendo bien las cosas, que lo que conseguimos no se relaciona sólo con el pago o reconocimiento económico, sino que va mucho más allá de eso.

El fortalecimiento de la autoestima del docente es muy necesario, dada la delicadeza de la tarea que cumplen, formando niños y jóvenes; lo que frecuentemente se menciona como el recurso más importante que tienen los países.

La tarea de reforzar la identidad profesional de los docentes conduciría a que las autoridades educativas defendieran el establecimiento de una carrera profesional incentivadora y exigente. Además de apoyar también las distintas formas de representación colectiva de los profesores. Entre ellas, además de los sindicatos y de las asociaciones de profesores, debería existir un Consejo General de la Profesión Docente que fuera un referente ante la sociedad por las iniciativas para mejorar la situación del profesorado y la calidad de la educación, porque es bien sabido que muchas veces las decisiones que se toman a niveles importantes de la educación son tomadas por personas que nunca han tenido una experiencia directa con la profesión de educar. Y que lejos de ayudar vienen a atentar contra el docente.

Otro punto importante para ayudar a mejorar la autoestima del docente es que ellos deben sentir que forman parte de una profesión respetada y valorada ya que gran parte de la identidad profesional depende de la consideración social percibida. El sentimiento de pertenecer a una colectividad, favorece a la autoestima. Es por ello que las autoridades escolares tendrían que contribuir a que los profesores se sientan orgullosos de ser profesores y esto no es una tarea sencilla, teniendo en cuenta que la mayor parte de los profesores consideran que ni la sociedad ni las propias autoridades escolares los valoran a ellos y a su trabajo.

El dejar toda la responsabilidad de la acción educativa al profesor sería injusto, ya que la capacidad de los profesores para enseñar adecuadamente a todos sus alumnos y crear un clima de convivencia, tiene mucho que ver con las condiciones en las que se enseña, los apoyos disponibles, el ambiente sociocultural, etc.

## CONCLUSIONES

Para cualquier profesional de la enseñanza, su propia autoestima es un tema relevante, sobre todo si ésta es insuficiente o frágil. La práctica educativa requiere de la mejor formación docente posible. Pero esa formación entronca sin duda con algunos factores de la personalidad que pueden ser especialmente relevantes en la práctica de la profesión: la autoestima docente es uno de ellos, y de notable importancia, porque su satisfacción pudiera comprenderse como buena condición para emprender procesos didácticos, de desarrollo profesional y personal con mayores garantías de éxito. Un docente con una autoestima bien articulada está en muy buenas condiciones iniciales, claro está, para favorecer la formación de sus alumnos, en cualquier etapa.

Entiendo por autoestima el recubrimiento afectivo o la valoración emocional que la persona elabora en gran medida a partir de su autoconcepto. Globalmente la entiendo como centro de gravedad del equilibrio personal, la felicidad y la motivación, y como llave de la adaptación social y para la vida. Por eso, puede ser, además, una fuente de sentimientos positivos de confianza, de competencia, de respeto hacia sí y hacia los demás que permea y colma la inteligencia, las capacidades y rendimientos que con ella más se relacionan. La falta de autoestima gira en torno a la necesidad básica de que nos quieran, aprecien y acepten por lo que somos y hacemos.

En el caso de la educación, se demanda que el rol del profesor, como agente que interviene y comunica, logre que su autoimagen y apreciación personal tenga un mayor impacto que el de otros actores sociales, pues, entre sus funciones, está el de transmitir mensajes en forma permanente, utilizando para ello sus propias emociones respecto a sí mismo, elemento clave para desarrollar la autoestima en los alumnos.

Considero que, las dimensiones que deben considerarse como relevantes para el estudio de la autoestima de los profesores se refieren a: *Yo Soy, Yo Siento y Yo Hago*. Revisar estos aspectos resultara de utilidad para comprender mejor al Docente.

Al analizar estas dimensiones, no debemos olvidar que están estrechamente ligadas con el concepto de sí mismo, y por ello parecería que cada persona actúa en forma independiente en la aceptación de su propia autoimagen. Sin embargo, en el caso de los profesores, responden a la imagen y estatus social del que se han apoderado a través de su propia historia, de su experiencia compartida de un proceso de formación profesional y de las experiencias individuales en su práctica docente. Con ello ha incrementado la responsabilidad de capacitarse y actualizarse, tarea que demanda cada día más exigencias a su quehacer profesional, lo cual hace que sus desatinos sean también cada vez más cuestionados, razón por la cual el análisis de la realidad educativa, tiende a centrar su atención en aquellos elementos del medio que dificultan el logro de los objetivos educativos.

El estudio de la autoestima de los profesores, pone en evidencia la necesidad de conceptualizarla como un constructo de carácter dinámico y, esencialmente, mediador, en el que coexisten apreciaciones personales y sociales, y que al tomar en cuenta esto la formación permanente se oriente, no sólo a actualizaciones curriculares y de enseñanza, sino también a motivar y elevar el estatus del docente.

Actualmente en nuestro país se ha escuchado la frase “estudia para maestro aunque sea”, frase irónica que se ha dicho de forma inconsciente porque se tiene la idea de que ser maestro sólo es presentarse a la escuela y poner a los alumnos a hacer algún trabajo, o investigación. Ser Docente no es cosa fácil, un maestro debe conocer todas las disciplinas y áreas que complementan las ciencias de la educación o la pedagogía, entre ellas la psicología educativa, la sociología de la educación, modelos educativos etc., porque el maestro debe ser

reflexivo para asumir en su labor profesional la complejidad de comprender qué es lo que sucede en el proceso enseñanza- aprendizaje, y las múltiples dificultades a que está expuesto el sistema educativo que actualmente, es y será un tema de debate y crítica en la sociedad actual. Y esto en gran medida condiciona a la autoestima del docente, el hecho, de críticas por parte de la sociedad en general condicionan el autoconcepto, lo que sienten de sí mismos como personas, de lo que siente en su actuación profesional, de lo que sabe y siente de sí mismo como profesional.

El maestro hoy día tiene que enfrentarse al desafío de enseñar a sus estudiantes mediante una educación ajustada a los cambios que enfrentamos en el quehacer educativo. Ser maestro significa tener vocación para apoyar en el arte de la formación del ser humano en todos sus aspectos.

La sociedad del siglo XXI necesita y busca maestros comprometidos que sirvan de modelo para el desarrollo integral de los estudiantes que son el futuro de nuestra sociedad, nuestra nación y nuestro mundo.

El docente, como todo ser humano, es complejo por naturaleza. Es un ser que es producto de su historia personal, de su contexto familiar, del medio socioeconómico y cultural en que se ha desenvuelto, de su formación profesional, entre otras de sus pertenencias sociales. Pero el profesor, además de ser producto de su historia personal, también es productor de la misma; es un ser capaz de imaginar, de crear, de reconstruirse. Estudiarlo como un profesional de la educación no debería implicar verlo sólo como un técnico de la enseñanza, sino como un ser complejo que reproduce lo que es como persona y, por ello, se hace necesario abordar su estudio reconociendo dicha complejidad. Sin embargo a lo largo de esta investigación nos percatamos que pese a las investigaciones existentes poco se ha encontrado sobre autoestima en profesores, debido a que la mayoría de los estudios la enfocan hacia el alumno y por lo mismo no existen referencias suficientes bibliográficas al respecto.

La sociedad en general ha olvidado que el docente es un sujeto histórico, producto de su tiempo y que la expectativa social hacia su labor configura su ser docente y, en parte, su identidad personal. Por ello, es significativo conocer los devenires de los docentes como parte de su confirmación personal y profesional y el cómo los cambios sociales han influido en esto.



## BIBLIOGRAFIA

**Acosta, P. R.** (2004). *La autoestima en la Educación*. Limite, vol1 núm. 11, 2004 Arica, Chile. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>.

**Branden, N.** (1994). *El poder de la autoestima*. Como potenciar este importante recurso psicológico. México: Paidós

**Branden, N.** (1995). *Seis Pilares de la Autoestima*. México: Paidós Siglo XXI.

**Branden, N.** (2010). *Como mejorar su autoestima*. México: Paidós.

**Catalán, J.** (1990). *Autoestima, educación y cambio*. Revista Temas de Educación. Nº 3, pp. 45-57.

**Caunt, J.** (2005). *Eleve su autoestima*. Barcelona: Gedisa,

**De la Herran, A.** *El Docente de Baja autoestima: implicaciones Didácticas 2004* Indivisa. Boletín de Estudios e investigación. Recuperado de <http://www.Redalyc.org/articulo.oa?id=77100504> visitado (agosto 2013.)

**De Mezerville Z.** (1993). *El aprendizaje de la autoestima como proceso educativo y terapéutico*. Revista de Educación. Universidad de Costa Rica. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.15517/revedu.v17i1.12688> Visitado (septiembre 2014).

**Dulato E.** (s/a) *La importancia de la familia, los profesores y los adultos significativos en la formación de la autoestima de niños y adolescentes*. Recuperado de <http://www.rehueong.com.ar/archivos/AUTOESTIMA.doc> Visitado (agosto 2014).

**Esteve, J.** (1994). *El malestar docente*. 3ª. ed. Barcelona. Paidós.

**Goleman D.** (2000). *La inteligencia emocional*. Barcelona. Vergara.

**Gómez, R. y Palacios S.** (1995). *La autoestima desde la perspectiva psicoanalítica*. Tesis de Licenciatura, México. Facultad de Estudios Superiores, Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México,

**Gondra, R.** (1981). *La psicoterapia de Carl R. Rogers. Sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica. Sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica*. España :Desclie de Brouwer:

**Goodson, I.** (2003). *Hacia un desarrollo de las historias personales y profesionales de los docentes*". Revista Mexicana de investigación educativa. vol. 8, núm. 19.

**Hernández V.** (2001). *Desarrollo Motivacional* México: Nueva Imagen.

**James, W.** (1989). *Principios de Psicología*. México: Fondo de Cultura Económica,

**Lopez, Isabel** (2007). *Autoestima Docente y programación Neurolinguística*. Argentina: Ridep.

**López, E. y Schnitzler, E.** (1983). Factores emocionales y rendimiento escolar. Buenos Aires: Paidós.

**Maslow, A.** (1991). *Motivación y personalidad*. México: Edit. Díaz de Santos.

**Mendoza, R. Alma Laura** (2001). *Confirmación de la autoestima y la participación Docente*. Tesis de Licenciatura, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México, México.

- Miranda, Ch.** (2005). *La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas*. Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y cambio en Educación. Recuperado en [http://www.ice.deusto.es/rinace/reice/vol3n1\\_e/Miranda.pdf](http://www.ice.deusto.es/rinace/reice/vol3n1_e/Miranda.pdf). Consultado (septiembre 2013)
- Mruk, C.** (1999). *Autoestima, investigación, teoría y práctica*. España: Descleé.
- Rodríguez, M.** (1988). *Autoestima: clave del éxito personal*. México: Manual Moderno.
- Sacristan, J. G.** (1997). *Docencia y cultura escolar reformas y modelo educativo*. Argentina: Ideas
- Sandoval, J.** (2005). *Identidad de los profesores del siglo XXI*. México: Rumbo educativo, 6, 32
- Satir, V.** (1991). *Relaciones Humanas en el núcleo familiar*. México: Pax.
- Thomaenettel, D.** (2006). *Infancia y autoestima. Rompan Filas: Familia, Escuela y Sociedad*. núm. 29.
- Vallés, A.** (1998). *Cómo desarrollar la autoestima de los hijos*. Madrid: EOS.
- Voli, F.** (2008). *La autoestima del profesor*. Madrid: Manual de reflexión y acción Educativa.
- Whittaker, J.** (1989). *Psicología*. México: Interamericana.
- Wrycza, P.** (2002). *PNL. Darse cuenta*. El desarrollo de la conciencia y la percepción. Madrid España: Gaia Ediciones.