AUTOESTIMA Y HABILIDADES

Dr. Carlos Pinto
Psicólogo clínico y familiar
Coordinador de EIRENE-Internacional

INTRODUCCION

Desde la década de 1980 se ha venido afirmando que los niños, niñas y adolescentes necesitan tener una buena autoestima.

Desde entonces, los psicólogos, educadores, trabajadores sociales y padres de familia comenzaron a utilizar el elogio en forma intencional con el afán de lograr que los niños se sientan bien y se valoren; A su vez, en la actualidad la comunidad psicológica manifiesta que es necesario dar a los niños y adolescentes la oportunidad de poseer también habilidades propias porque esto provocara que tengan mayor firmeza en su o autoestima. Los estudios sobre autoestima en la población infantil indican que existe una relación positiva entre el ser diestro en alguna habilidad, el tener una buena autoestima, y tener un buen nivel de resiliencia.

El principio asociado a esta nueva propuesta es que el sentirse bien sobre uno mismo tiene que ser fundamentado en algo más que en las palabras o en un sentimiento. Frecuentemente se pasa este mensaje:*" Tú eres un buen niño debes sentirte orgulloso de quien eres"*. Si bien es cierto estas palabras son necesarias como fundamento para desarrollar una buena autoestima, es también necesario que el niño experimente sus propias competencias o habilidades para que tenga una confianza aun más sólida en sí mismo. Básicamente si la autoestima se basa en el reconocimiento de las propias habilidades adquiridas, el niño se arriesgará a enfrentarse a nuevas situaciones por la confianza que tiene en sí mismo.

SENTIMIENTOS O HABILIDADES

Quienes trabajan con la población infantil y adolescente requieren evitar enfatizar solo el elogio y los sentimientos positivos o solo la capacitación de habilidades ya que ambos elementos son complementarios.

Si un adolescente que aparentemente es rebelde pero que en el interior no lo es. le decimos a, que "estamos orgullosos de él por que es un buen chico", esto le hará sentirse bien; pero si a su vez le damos la oportunidad de capacitarse en un programa residencial donde adquiera habilidades o destrezas que al reinsertarse en la sociedad pueda ponerlas en práctica, se sentirá aun mejor porque su valor propio estará basado en una habilidad que posee. Cuando un niño o adolescente adquiere una habilidad, cada vez que la ejecuta se autoafirma como una persona capaz y su autoestima se tornara más firme.

Si el adolescente aprende alguna habilidad especifica, como carpintería o armar computadoras etc, su autoestima será más sólida pues dependerá de un factor más objetivo que el de sentirse bien porque se le dijo que era el mejor del grupo.
El sentirse bien por un elogio es una base frágil, aunque necesaria, pero el sentirse bien porque uno sabe y ha probado que es diestro en alguna competencia, hace que la autoestima sea aún más consistente y sólida, menos dependiente de las emociones que son muchas veces fluctuantes.

AUTOESTIMA Y RESILENCIA

Los niños que crecen en situación de calle sufren muchas carencias afectivas y por lo tanto los programas orientados a atender a esta población focaliza sus intervenciones a promover una buena autoestima para que el niño o adolescente se sienta bien de sí mismo.

Considerando que el estudiar en una escuela, colegio o instituto técnico, en América Latina, es un privilegio de los niños que más tienen, la importancia de enseñar habilidades o capacidades se torna aún más importante que el elogio para promover resiliencia en esta población vulnerable.

En la actualidad existen una serie de programas de apoyo a la niñez que son muy buenos y responden a las necesidades de sus propios contextos. A quienes trabajan en estos programas les invito a recordar lo orgulloso que una niña o un niño se siente al construir sus primeros castillos en la arena en la playa. Éste es un ejemplo concreto de cómo la autoestima existente se amplia y desarrolla aún más cuando la persona aprende una habilidad o competencia.

RECOMENDACIONES

- Evita elogiar por elogiar sin contenido real para no caer en elogios superficiales
- Identifica los momentos en que el niño, niña o adolescente hacen algo bueno para elogiar el comportamiento, actitud o logro.
- Establece expectativas realistas y comunícalas en forma clara y de acuerdo a la edad del menor para que no se sientan desvalorizados por no cumplir una expectativa irrealista.
- Disminuye mensajes que digan que el niño o niña es incompetente, adiéstralo a ser competente.
- Finalmente, analiza cómo tus propios sentimientos de incompetencia, si los tienes, están influyendo en tu trato al niño, niña o adolescente incompetente.
- Ante los ojos de Dios todos somos incompetentes espiritualmente, pero el nos mira a través de lo que Cristo hizo por nosotros y de esa manera su mirada es más optimista y realista a la vez.

Dr. Carlos Pinto
cpinto@hcjb.org.ec