



La vivencia religiosa como elemento potenciador de la autoestima. Un análisis desde el personalismo

Ma. Carmen Montaner Abasolo¹

1 Doctora en Pedagogía por la Universidad de Valencia. Ver más en nuestro link de Autores.

Introducción

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, del conjunto de rasgos de nuestra personalidad. Ligada al autoconcepto, la autoestima se genera y refuerza desde la infancia, en la familia; aunque es variable y siempre se puede mejorar.

Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, posibilita y potencia las capacidades de la persona para desarrollar sus habilidades y conseguir el éxito en los procesos y acciones, mientras que una baja autoestima suele abocar a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Encontramos en el Personalismo un marco antropológico adecuado para definir, analizar y potenciar la autoestima. Desde esta perspectiva, la autoestima, fundamentada en el valor absoluto de la persona, es necesaria para avanzar en el proyecto de vida y encuentra su plenitud en el Amor (con mayúscula) que proviene de 'más allá' de la propia voluntad. La aceptación de ese Amor se manifiesta en una vocación de servicio a la comunidad desde la realización personal.

Voy a hablar brevemente del concepto de la autoestima en relación a otros conceptos de la vivencia religiosa desde la perspectiva personalista, y por último del estudio que realicé donde se pone de manifiesto la relación entre ambas.

Concepto de autoestima

Cuando uno se describe a sí mismo, expresa su 'autoconcepto'.

En la infancia, el sujeto va creando, en un proceso reflexivo, personal, a partir de las imágenes de los otros, su autoconcepto¹. Más tarde, entrarán en juego las propias acciones, los logros, de forma que todo va configurando su autoconcepto.

Cuando la persona se somete al juicio de sí misma, se evalúa, hablamos de 'autoestima'. Ambos conceptos, autoconcepto y autoestima, son aspectos nucleares de la personalidad. No se puede no tener autoconcepto ni algún tipo de valoración (positiva o negativa) hacia uno mismo.

Para Aquilino Polaino (que se refiere a la autoestima como "la convicción de ser digno de ser amado por sí mismo -y por ese mismo motivo por los demás-, con independencia de lo que se sea, tenga o parezca"²), la autoestima es un término de moda que no hay que confundir con otros términos como: amor propio (un deseo de autoafirmación que indica falta de autoestima), orgullo, vanagloria, vanidad, narcisismo, soberbia (concepto moral, no psicológico), etc.³.

Especialmente, el término 'autoestima' puede presentar connotaciones narcisistas, aunque puede que todo responda a una función; esto es: las actitudes narcisistas nos conducen en primera instancia a la autoestima, y ésta, a su vez, parece tener la función de favorecer la superación personal y el darnos a los demás.

1 Cfr. Mead, G. H., *Mind, self and society. From the standpoint of a social behaviorist (La mente, el sí-mismo y la sociedad. Desde el punto de vista del comportamiento social)*. Illinois, University of Chicago Press. (v. esp. Ed. Paidós, Barcelona 1982).

2 Polaino, A.: *En busca de la autoestima perdida*. Ed. Desclée de Brouwer, Bilbao 2003, p. 11.

3 Cfr. Ibid.

En la vida cotidiana

Tener una sana autoestima (general), ser conscientes de ser dignos de respeto con independencia de nuestras limitaciones (físicas, intelectuales, sociales...), no es algo que dependa directamente del nivel sociocultural o del tipo de trabajo, pues en todos los ámbitos descubrimos a personas con un nivel variable de autoestima.

El trabajo es uno de los pilares sobre los que se edifica la autoestima y también el hacer algo por los demás pues, como afirma el psiquiatra Enrique Rojas, si se tiene una personalidad equilibrada se es más feliz al dar que al recibir, y esto va conduciendo a una cierta armonía interior.

Martín Seligman, autor de la Psicología positiva, valora la autoestima (y el bienestar...) pero hace una distinción afirmando que ha sido un error no diferenciar entre la autoestima producida por el esfuerzo, la consecución de logros, la habilidad en los deportes, en el trabajo, en llevarse bien con la gente y el tipo de autoestima que hace referencia al mantra "soy especial"..., el tipo de autoestima que considera la competición una palabra mala entre los jóvenes y que conduce a un trabajo menos duro⁴.

Vivencia religiosa y autoestima

Los postulados personalistas de Mounier van en la línea del misticismo, el Espíritu y la experiencia de fe.

El cuerpo místico de Cristo, que aparece en el Nuevo Testamento, en que cada órgano tiene su función única y diferenciada pero todos juntos conformamos el Todo que vive animado por el Espíritu, se corresponde con la visión personalista de Mounier.

La experiencia de fe (no las creencias o ideología), que es un encuentro vivo, interpersonal, desde el que las cosas no se alcanzan ya con el solo esfuerzo personal, hace avanzar de la parcialidad hacia la totalidad, de lo temporal a lo eterno. Todo alcanza otro nivel de profundidad, la empatía hacia los demás se transforma en amor, la relación en encuentro íntimo, el pacto en comunión, la felicidad en salvación, etc. También la autoestima, desapegada de sí misma, alcanza otra plenitud, en línea con la maduración personal, superando particularismos e inmediateces.

Como afirmaba Gandhi: "La prueba de que uno experimenta dentro de sí mismo a Dios, no procede de

4 Ibid.

una experiencia extraña a nosotros, sino de una transformación de nuestra conducta y nuestro carácter. El testimonio se nos da por la experiencia vivida de una línea ininterrumpida de sabios y profetas pertenecientes a todos los países"⁵.

Ahora bien, cuando la experiencia religiosa se expresa y se estructura racionalmente, puede dejar de ser experiencia. Quién sabe si todas las ideologías preceden a un tiempo que les sobrepasará con creces.

La 'experiencia' por definición está siempre abierta a lo nuevo, a lo radicalmente nuevo; en la fe cristiana es un proceso de descentramiento y desapropiación; se trata de fundamentar la vida, y también la autoestima, en la gratuidad del amor de Dios y no en el orden religioso-moral de la salvación⁶.

La autoestima, como la felicidad, no es en sí una meta (aunque su carencia necesita superarse); si se encierra en sí misma cae en el hastío y el atrapamiento; es una 'estación de paso' orientada hacia la madurez y hacia la vocación comunitaria.

Jesús y la autoestima

En los evangelios encontramos una imagen de Jesús libre de toda carencia de autoestima. Ejerce su misión con liderazgo, sencillez, contundencia..., gozaba del encuentro con la gente sencilla, los niños... y actúa dándose totalmente promoviendo la fe y la restitución de las personas enfermas, marginadas o pecadoras. Hablaba en público con asertividad (ni agresividad ni pasividad) y sin tapujos. En ningún momento aparece como persona que se desestime o se sienta inferior.

Cuando Jesús habla de abnegación no lo hace en el sentido de negarse a sí mismo como anulación de la persona, sino que anima a una abnegación 'por el Reino'; es decir, se refiere a las actitudes egoístas que impiden comprender y vivir la vida desde el Reino de Dios. Algo así como negar el yo para pasar al nosotros, (el Reino sería un nosotros al estilo de Dios -los necesitamos en primer plano- y con Dios).

La frase Amarás al Señor tu Dios...y al prójimo "como a ti mismo"⁷ señala el punto de equilibrio entre el narcisismo y la entrega sin medida o servilismo.

5 Gandhi, M.: *Todos los hombres son hermanos*. Ed. Atenas, Madrid 1975, p. 90.

6 Cfr. Garrido, J.: *Una espiritualidad para hoy*. Ed. San Pablo, Madrid 1988, p. 131.

7 Lc 10, 27.

La importancia de la vivencia religiosa para la autoestima del profesorado de religión

En 2003 realicé un estudio diagnóstico sobre la autoestima del profesorado de religión; un colectivo profesional docente en el que concurren circunstancias específicas de tipo sociopolítico que pueden afectar a su autoestima personal y profesional. Criterios que no son pedagógicos o educativos son los que aparecen en el debate actual sobre la asignatura de religión en la escuela pública. En ésta existe la oferta de la opción confesional (mayoritariamente católica) que la Constitución (y el derecho internacional) ampara en cuanto al "derecho de los padres a educar según las propias convicciones morales y religiosas"⁸.

Asimismo, la situación jurídico-laboral también afecta de manera específica a este colectivo, con inestabilidad, incertidumbre... Un ejemplo de ello es la situación de dependencia de la elección de la materia (opcional) por parte del alumnado, o la laxitud con la que se cumplen ciertas reglas de organización académicas y estructurales, el estatus académico insostenible con una alternativa ambigua y no evaluable, etc.

El estudio lo realicé por medio de un cuestionario anónimo enviado a más de seiscientos profesores y profesoras de "Religión y moral católica" de centros públicos de la diócesis de Valencia (España).

En él analicé cinco variables que el modelo de Franco Voli propone como pilares de la autoestima del profesorado (en general); estos son: Seguridad, Identidad, Integración, Finalidad y Competencia. Para cada uno de ellas utilicé unos indicadores orientados al profesorado de religión y su trabajo; así:

De "Seguridad": la empatía, el liderazgo, el contacto humano, el estilo creativo-participativo y antipaternalista, la aceptación de las propias limitaciones, etc.

De "Identidad": los rasgos que constituyen el perfil eclesial y profesional;

De la "identidad eclesial" (confesionalidad del profesorado): el sentido de pertenencia a la parroquia, el sentido celebrativo-comunitario, la vivencia de fe, la opción por los necesitados, la vocación cristiana, etc.

De la "identidad profesional": el interés asociacionista, la vocación por este trabajo, la satisfacción laboral, etc.

De "Integración": el talante dialogante, el interés por los fenómenos sociales, la adopción de un uso

menos sexista del lenguaje, la realización de actividades interdisciplinares, etc.

De "Finalidad": la ayuda integral al alumnado, el aprendizaje del hecho religioso, tener trabajo y sueldo, contribuir a un mundo más solidario y fraterno, etc.

De "Competencia": los conocimientos teológicos bíblicos, cristológicos, eclesiológicos, doctrina social de la Iglesia..., estar al día de los acontecimientos, formación continuada en lo pedagógico y teológico, etc.

Entre otros factores, a partir de las correlaciones y análisis estadísticos también investigué 'la vocación'.

Realizado el estudio, la autoestima global del colectivo resultó más elevada de lo esperado teniendo en cuenta las dificultades actuales (las cuales aparecieron claramente reflejadas por el profesorado). Veamos algunas otras conclusiones:

Muy destacable resultó la aparición de un nuevo factor claramente significativo: la vivencia religiosa. La diferencia existente entre la identidad eclesial y la profesional, junto a otros resultados (alta motivación-finalidad y vocación), indican que existe un factor que, de manera determinante, incide en la autoestima de este colectivo y tiene que ver con "la experiencia de fe". Dicha vivencia constituye un factor integrador y potenciador de los pilares que hemos investigado. Por eso, las dificultades externas, que sin duda afectan a estos docentes, no lo hacen de la manera que cabría esperar.

Un gran número de docentes, principalmente de Educación Secundaria, reflejan la vivencia religiosa relacionada en alguna medida con los siguientes indicadores: son personas con un sentido de la vida religioso; son motores de actuación en el centro de trabajo; celebrativos en su comunidad eclesial; el Evangelio es su referente y comprenden la radicalidad de Jesús; transmiten la experiencia de fe que viven; se sienten personas 'llamadas', elegidas (vocacionadas); se interesan por la sociedad (leen la prensa, dedican mucho tiempo al voluntariado); tratan de ayudar a la reconstrucción personal de sus alumnos y alumnas; son integradores en todos los aspectos (dialogantes, ecuménicos, motores de acciones en el Centro...); intentan hacer descubrir que, más allá de los hechos que cuenta la Biblia, está la experiencia de vida y de fe que reflejan; les importa mucho transmitir alegría; interaccionan empáticamente y dan importancia a lo relacional; inciden en el objetivo de que "los jóvenes discurren por sí mismos/as" y en despertar la pregunta por el sentido; se trata de un profesorado que no elude temas como la ética económica o 'el más allá' y no son fatalistas sino que trabajan con esperanza activa.

Para finalizar, recalamos:

- En las personas, lo afectivo, intelectual, relacional... y lo espiritual, no son componentes separables a cuchillo sino que están íntimamente relacionados; cada una parte de su singular realidad y complejidad, pero juntos conforman la persona y su personalidad, así como su autoconcepto y su autoestima.

- La 'vivencia religiosa' es un factor fundamental en la elevada autoestima del profesorado de religión; y potencia, directamente o de forma global, los otros componentes o pilares.

- La autoestima se redimensiona desde la vivencia religiosa, al igual que otras realidades humanas (empatía, comunicación...).

- Se pone de manifiesto la importancia de la capacidad de lo trascendente para los modelos antropológicos que subyacen en los modelos de investigación pedagógica y de las ciencias humanas en general. El Personalismo es el modelo que se propone; desde el valor absoluto de la persona y su apertura a lo trascendente; hablaríamos entonces de lo bio-psico-social-espiritual.

En mi trabajo expreso un convencimiento: "Cuando nos conformamos con el 'pasar inadvertidos', refugiándonos en el ritualismo del trabajo, no estamos poniendo nuestro yo; nos despersonalizamos; la autoestima está a la baja y nada marcha bien. Por eso sale ganando quien pasa del individualismo conformista al personalismo; es decir, al crecer con los demás desde nuestra vocación de servicio poniendo nuestro yo personal en lo que hacemos"⁹.

Desde otra vertiente, desde mi experiencia como coach en diversos ámbitos profesionales, quiero añadir que tener en cuenta el 'sentido' trascendente de la actividad y el trabajo hace que todo se realice con más productividad y alegría.

En el coaching podemos hablar de objetivos y metaobjetivos, pero de poco vale el logro de los mismos si no va acompañado del cuestionamiento existencial que

nos hace preguntarnos, por ejemplo, por las repercusiones éticas de dicho objetivo. Integrar el 'sentido', el 'para qué, con qué fin', nos permite abrirnos a un horizonte diferente y más profundo, de tal manera que la energía vital fluye de otra manera, como cuando se rema a favor de la corriente.

En el mundo laboral, existe en cierto grado una tendencia mecanicista pues en la formación profesional ha faltado atender aspectos humanos que van más allá de lo técnico. Siempre es necesario preguntarse por la razón de ser del saber, del trabajo, del hacer, del saber que se sabe... Es importante descubrir los signos de la propia vocación en un entorno global, y donde la realización personal alcanza ámbitos que no sospechamos.

Si en mi investigación se observaba que el profesorado más competente es el que además desarrolla competencias en otros ámbitos fuera del trabajo, también puedo afirmar que quien desarrolla en sí mismo la habilidad de despertar preguntas sobre lo trascendente y se adentra en ello, trabaja con más sentido, autoestima y alegría.

◆ "En mi trabajo expreso un convencimiento: Cuando nos conformamos con el 'pasar inadvertidos', refugiándonos en el ritualismo del trabajo, no estamos poniendo nuestro yo, nos despersonalizamos; la autoestima está a la baja y nada marcha bien. Por eso sale ganando quien pasa del individualismo conformista al personalismo; es decir, al crecer con los demás desde nuestra vocación de servicio poniendo nuestro yo personal en lo que hacemos".



9 Montaner Abasolo, M. C.: *La autoestima del profesorado de religión. Una piedra angular de la educación hoy*. Ed. Entheos, Madrid 2006.