

LA PARADOJA DE UNA **AUTOESTIMA ALTA**



Amanda Céspedes*

* Amanda Céspedes: Médico Neuropsiquiatra Infantil U. De Chile. Postgrado U. Degli Studi de Turín, Italia. Desarrolla y promueve el conocimiento del cerebro infantil aplicado a la educación. Escritora.

LA PARADOJA DE UNA AUTOESTIMA ALTA

La autoestima es la dimensión valorativa de sí mismo. Se sostiene que una sólida autoestima favorece una adecuada identidad personal, permite adaptarse socialmente y hacer proyectos realistas para el futuro. En psicología infantil se otorga mucha importancia al papel de los padres, cuidadores y educadores en la formación de la autoestima en los niños, por cuanto durante los primeros años de vida el niño va acuñando una valoración de sí mismo a partir de las actitudes y las opiniones de los adultos significativos para él o ella. Son muy determinantes las actitudes de respeto, de consideración y el reconocimiento consistente, sistemático y realista de las fortalezas, valores y virtudes del niño, sin sobredimensionarlas. Durante la preadolescencia se comienza a construir una autoestima propia, personal, que se independiza de los juicios de los adultos haciéndose parte de un proceso de individuación y de elaboración de una identidad personal y social. Se afirma que un adulto con autoestima alta es asertivo, creativo, optimista; se acepta a sí mismo, sabe crear y mantener redes sólidas de apoyo, vive la vida con optimismo y muestra resiliencia frente a las adversidades, mientras que una autoestima baja se asocia a fracaso personal, pesimismo, pensamientos derrotistas, dificultad para hacer proyectos de vida y para cultivar redes de apoyo sanas. La baja autoestima suele tener un origen temprano, cuando los adultos significativos para un niño son afectivamente negligentes, establecen vínculos ambivalentes o son directamente maltratadores. Planteado de esta manera, la dimensión psicológica denominada autoestima aparece como un eje de la personalidad sana.

Sin embargo, a mediados de la década de los noventa dos investigadores estadounidenses mostraron que hay un factor de enorme peso para generar una autoestima alta en jóvenes y adultos y, de paso, demostraron que no siempre una alta autoestima facilita la adaptación social y el éxito. Este factor es la ignorancia, a menudo asociada a la carencia de pensamiento crítico. A partir de dichas investigaciones se habla de “efecto Dunning Kruger”, el cual apunta a un peligroso sesgo cognitivo que consiste en que a mayor ignorancia de la persona mayor es su arrogancia y su presunción, descalificando con mucha facilidad a quien posee mayores conocimientos. En efecto, el profesor Dunning, de la Universidad de Cornell, quedó intrigado al leer acerca de un audaz ladrón que asaltó dos bancos sin cubrirse el rostro. Lo hizo porque días antes unos amigos le habían convencido que el zumo de limón volvía invisible el rostro de la persona. El ladrón bañó su rostro con jugo de limón y se dirigió a asaltar los bancos tan confiado como el emperador que se paseó desnudo por su reino, siendo rápidamente reconocido y apresado. Dunning se propuso investigar por qué ciertas personas podían ser tan presumidas como para cometer gruesos errores sociales, descubriendo que tras esa fanfarronería se agazapaba una supina ignorancia unida a una carencia de pensamiento crítico.

Esto nos lleva a reflexionar acerca de la ignorancia; hoy es un error considerarla una simple carencia de conocimientos. Por el contrario, los cerebros actuales, y muy especialmente aquellos de los jóvenes y adultos jóvenes, se encuentran inundados de información adquirida desde diversas fuentes, pero la cual no ha sido adecuadamente transformada en conocimiento ni se ha separado lo valioso y/o útil de lo banal. En la sociedad de la prisa y de la información han desaparecido los pasos más importantes para que un conocimiento pase a formar parte del acervo cultural e intelectual de quien lo adquiere: tiempo y reflexión para comprender la información, tiempo y reflexión para integrarla con conocimientos previos y capacidad crítica para separar el grano de la paja. A esto debemos agregar una necesaria dosis de humildad y de prudencia. Para el ignorante presumido, cuya cabeza explota de información sin procesar, basta con poseer dicha información para denigrar a quien posee conocimientos reales, integrados y separados de lo accesorio o banal. No es infrecuente escuchar a alumnos de primer año universitario afirmar que un determinado profesor “no tiene idea de enseñar, apenas sabe lo que está explicando” para justificar el esfuerzo que les ha significado comprender la clase, esfuerzo a menudo estéril. Similar arrogancia se exhibe en las redes sociales, donde se denigra, se desprestigia y se injuria al otro con total desfachatez.

El efecto Dunning-Kruger debiera ser tomado en consideración cuando se diseñan los currículos de enseñanza media; un currículo abultado, que privilegia la adquisición de contenidos sin dar tiempo para su comprensión e incorporación al acervo cultural de los alumnos y en el cual no se da un espacio privilegiado al pensamiento crítico puede convertirse en una fábrica de jóvenes cuya arrogancia intelectual irá de la mano de una supina ignorancia acrítica; si en estos jóvenes recaerá la tarea de hacer un mejor país, más inclusivo, democrático, humanitario y sostenible, estimamos que será una tarea altamente improbable, y la culpa será nada menos que de una autoestima alta pero carente de cimientos.