

AUTOESTIMA Y SU RELACION CON EL APRENDIZAJE DEL INGLÉS. UN EJEMPLO SIGNIFICATIVO, LA CARCEL

Mary Jane Abrahams
UMCE / SONAPLES
Osorno, Abril, 2004.

I. Introducción

Para muchos el aprendizaje de una lengua extranjera representa una amenaza a su seguridad, a su necesidad de aceptación y de reconocimiento por parte de sus amigos y compañeros de clase, de su profesor/a de inglés y, a veces, hasta de su propia familia. Es muy difícil para nuestros alumnos aceptar que, para aprender una lengua extranjera, se tienen que cometer errores. El temor al ridículo y a ser señalado como inepto anula muchas veces la motivación realizada por el profesor. Por lo tanto, aprender otro idioma significa tener la voluntad de correr riesgos y aprender a tolerar ambigüedades, e, incluso, algún tipo de caos (Oxford, 1998 y Brown, 1996).

Es interesante comprobar que dentro de las estrategias para la enseñanza del inglés se han incorporado aquellas que están relacionadas con las emociones del individuo, (Oxford, 1998 y Hadley O., 1997) llamadas estrategias afectivas, que explican por qué los sentimientos negativos más básicos resienten la motivación por aprender y, por ende, los resultados de ese aprendizaje. Emociones tales como la vergüenza, la falta de confianza en si mismo, la sensación de amenaza e inseguridad provocan serias repercusiones en la relación del alumno con sus estrategias y con sus logros de aprendizaje.

Se pensó que un marco apropiado para llevar a cabo un estudio significativo en esta área era en el sistema penitenciario debido a que las personas que se encuentran cumpliendo una pena por transgredir la ley generalmente aducen que la falta de autoestima o una autoestima muy baja es una de las principales causas para delinquir (Coyle, 2002). Por lo tanto, se diseñó un proyecto que establecía un convenio entre la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación y la Dirección Nacional de Gendarmería para que alumnos voluntarios del último semestre de Pedagogía en Inglés pudieran realizar su práctica profesional en un recinto carcelario en la Región Metropolitana. Para dicho proyecto se aceptaron cuatro voluntarios quienes enseñarían un semestre de

inglés bajo la supervisión de un profesor del Departamento de Inglés y un orientador del Departamento de Formación Pedagógica de la UMCE.

II. Descripción del Estudio

Los sujetos de este estudio fueron 43 reclusos (37 varones y 6 mujeres) voluntarios de dos de los recintos carcelarios de Santiago, la Ex Penitenciaría y el Centro Penitenciario de Mujeres. Provenían de diversas secciones de sus instituciones, dependiendo de su conducta y del crimen cometido., y de la pena (en términos de número de años por cumplir) recibida.

Los reclusos varones, de entre 21 a 56 años y nivel socio-económico bajo, estaban en un ambiente que ellos mismos describían como hostil y super poblado, muchos sufrían de maltrato, tanto de violencia física, como psicológica, y abandono. Su nivel educacional era bajo, prácticamente ningún recluso tenía su educación básica completa. Las reclusas, de entre 20 y 47 años y nivel socio-económico bajo, vivían en mejores condiciones, recibían mejor trato debido a que voluntariamente se habían sometido a tratamiento psicológico permanente. Todos ellos se inscribieron con el compromiso de que este proyecto duraría cinco semestres, lo que les permitiría terminar con un nivel intermedio de inglés.

Las actitudes iniciales más comunes, que pudieron ser objetivamente observadas por los practicantes, estaban reflejadas en una evidente timidez, en problemas para relacionarse con los demás, en falta de expectativas, en ausencia de metas personales, en no participar con opiniones y en el uso de expresiones como: "Yo no puedo!" Era imposible lograr su participación espontánea, se sentían incómodos y violentamente expuestos cuando el practicante llamaba a alguno por su nombre y le pedía hacer un ejercicio o contestar una pregunta.

III. Objetivos

1. Objetivo General

Descubrir si la autoestima de los reclusos puede verse significativamente potenciada a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje del inglés.

2. Objetivos Específicos

- a. Corroborar la efectividad de las actividades en el desarrollo de la autoestima en una clase de lengua extranjera.
- b. Descubrir si la autoestima puede mejorar la relaciones personales.
- c. Descubrir si al aumentar la autoestima en los reclusos, mejora el aprendizaje del inglés.

IV. La Autoestima, trabajando una definición

El término 'autoestima' ha sido definido de variadas maneras. Robert Reasoner, Presidente del Consejo Internacional para la Autoestima, la define como 'una callada confianza en el potencial propio' (Reasoner, 2000). Verónica De André la define como 'nuestra capacidad para aceptar y reconocer tanto nuestra luz, como nuestra sombra' (De André, 1999). Del mismo modo, Stanley Coopersmith, psicólogo infantil, pionero en el campo de la investigación sobre la autoestima, la define como 'La evaluación que el individuo hace y mantiene con respecto a si mismo; expresa una actitud de aprobación o desaprobación, e indica hasta donde el individuo cree que es capaz de ser exitoso, significativo, capaz y trascendente.... Es un juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que el individuo tiene consigo mismo.' (Coopersmith, 1967). The California Task Force (1990) proporciona esta definición: 'Autoestima es apreciar mi propio valor e importancia y tener la fuerza suficiente para dar cuenta de mis actos y actuar responsablemente con otros'.

Esencialmente, todos parecen estar de acuerdo en que la autoestima es cuánto valor me asigno a mi misma, mi autopercepción en relación a las áreas de influencia de mi entorno: físico, social, académico, transpersonal y emocional, y mi reacción de compromiso o falta de él, frente a todos ellos.

Así, se entiende que ésta es una característica que se debe desarrollar desde la niñez, a través de experiencias e interacciones con otros. En la medida en que se estimule el trabajo y el esfuerzo, se apoye al niño en su desarrollo integral, se le motive a lograr metas a su alcance y se le enseñe a evaluar su potencial, al aproximarse a su adolescencia este niño dejará de necesitar el reconocimiento explícito de sus mayores para buscarlo en sus pares (Branden, 1994).

V. Buscando Vínculos

El resultado de que un individuo tenga una autoestima positiva se refleja en su confianza para emitir juicios y opiniones, en creer y defender sus principios y valores, en su tolerancia y flexibilidad, en hacerse cargo de sus acciones en términos de la responsabilidad que le cabe (sin culpar a otros), en plantearse metas con posibilidades de logro, en adaptarse frente a situaciones difíciles. Al no desarrollarse estas características, el individuo reaccionará negativamente frente a todo lo que signifique demostrar confianza y fe en si mismo. De tal manera que, ya sea que se trate de actuar como ciudadano respetuoso de las leyes, o de arriesgarse a hacer el ridículo tratando de aprender un idioma extranjero, este individuo enfrentará sus problemas con respeto por si mismo y responsablemente.

Si se trata de reclusos, Christy Camp (1995) establece que el nivel de autoestima de un preso a punto de ser liberado determina su potencial para delinquir nuevamente. Rosenberg (2001) dice que para adolescentes con baja autoestima delinquir es una forma de vengarse del sistema. Pensamos que hay pocas dudas sobre la relación existente entre una baja autoestima y el acto de delinquir, en este sentido se hace imprescindible pensar en alternativas que puedan motivar a los reclusos a cambiar sus comportamientos para así darle un giro a sus vidas, luego de cumplidas sus penas. Aprender inglés es, entonces, una forma de relacionarse con otros, de sentirse competente, de establecerse metas, de sentirse un individuo, y de tener un propósito que va más allá de la inmediatez de la cárcel.

Si pensamos en estudiantes de educación básica y media, llegamos a conclusiones similares. Los profesores juegan un papel decisivo en desarrollar la autoestima de sus alumnos, ellos son quienes crean las condiciones que rodean a los estudiantes, un ambiente donde cada uno de ellos tenga sentimientos de orgullo y pertenencia. El profesor debe asegurarse de que cada alumno sea reconocido como un individuo y por sus características propias. Sería, por lo tanto, deseable que los profesores pudieran desarrollar la autoestima diseñando actividades en las cuales los alumnos den opiniones, hagan aportes y sugerencias, y tomen sus propias decisiones. Del mismo modo, es necesario dar retroalimentación de manera específica e informativa que fortalezca la autoestima, y no general, o por simplemente ‘cumplir’ (Branden, 1994).

Williams & Burden (1997) toman la teoría de la mediación de Feuerstein, formulada en relación a las experiencias de aprendizaje para explicar los factores que favorecen el desarrollo social, el sentido de pertenencia, el deseo de compartir, el valor de cada individuo, y la aplican en actividades para enseñar un idioma extranjero con la idea de que se transforme en parte integral de las estrategias de enseñanza del profesor y que colaboren en el desarrollo del auto-concepto: “la totalidad de un sistema complejo y dinámico de creencias aprendidas que cada individuo piensa que son ciertas sobre su existencia personal y que dan consistencia a su personalidad.”; del cual la autoestima forma parte inseparable.

IV. Metodología

Los cuatro alumnos practicantes trabajaron en el desarrollo de un conjunto de actitudes de los 47 reclusos relacionadas con la habilidad de expresar opiniones y sentimientos abiertamente y de pensar positivamente con respecto a sí mismos. Para ello los pasos que siguieron para llevar a cabo el estudio fueron los siguientes:

- Aplicación un test de autoestima de Coopersmith para evaluar el problema, los resultados fueron de moderados a bajos.
- Selección y aplicación actividades para el aprendizaje del inglés que desarrollaran la autoestima.
- Selección y aplicación de herramientas cualitativas, tales como observación de clases, listas de cotejo y formularios de autoevaluación, para evaluar los cambios que se fueran produciendo. Se esperaba que el aumento de autoestima se reflejara en su desempeño y en su actitud hacia el aprendizaje.
- Interpretación de los datos.
- Conclusiones

V. Las Actividades

Las actividades seleccionadas se basaron, en general, en el enfoque humanista, algunas fueron adaptadas al contexto de los alumnos reclusos, cuyo nivel era el de principiantes. Estas combinaron lo que los reclusos sentían, pensaban y sabían con lo que estaban aprendiendo en inglés. Eran entretenidas, interesantes y motivadoras para estimular el uso del idioma y, al mismo tiempo, satisfacían la necesidad de sentir las relevantes y

pertinentes para ellos como individuos. Su objetivo estaba dirigido a desarrollar seis componentes principales desde el punto de vista de la autoestima:

1. La práctica de vivir conscientemente (entendiendo tanto el mundo exterior como el interior).
2. La práctica de autoaceptación (la voluntad de vivir sin evasiones o negaciones).
3. La práctica de la autorresponsabilidad (asumiendo decisiones y elecciones).
4. La práctica de la autoassertividad (respeto y autenticidad).
5. La práctica de vivir con un propósito (identificando metas de corto y largo plazo, formulando planes para lograrlas).
6. La práctica de integridad personal (vivir congruentemente con lo que uno cree, sabe y hace). Branden, 1994.

Para ello las actividades fueron divididas en cuatro grandes áreas:

1. Expresión Artística

Mediante esta actividad, la intención era permitir que los reclusos pudieran sentirse libres para expresarse en formas inesperadas para ellos. Aquí se combinaban técnicas humanistas con arte y escultura para ayudarlos a descubrirse, entretenerse y mejorar su autoestima. Dichas técnicas favorecían el autodescubrimiento y la consciencia, contactarse con sus sentimientos y aumentar la creatividad.

Ejemplo: "El Mejor Producto: YO"

- *Objetivos: Pensar introspectivamente, estimular la creatividad y la imaginación, practicar el uso del Presente Simple, practicar el uso de Adjetivos Calificativos.*
- *Materiales: Una hoja de papel por estudiante, revistas, tijeras, pegamento y plumones.*
- *Procedimiento: El profesor explica que van a crear un aviso sobre ellos mismos. Los alumnos piensan por qué son tan especiales y luego diseñan su aviso explicando sus cualidades. Cuando terminan, comparten con el grupo.*

2. Literatura

Esta tenía dos propósitos. Uno era desarrollar vocabulario y lenguaje, una necesidad fundamental para estos adultos para quienes el inglés era una lengua extranjera. El otro era estimular la autoaceptación y la autocomprensión a través de preguntas de reflexión que servirían como base para el análisis y discusión de los textos y debate sobre temas tan importantes como la fe, el respeto, la individualidad, etc.

Ejemplo: "I am special" (Author Unknown)

- *Objetivos: Pensar acerca de ellos mismos introspectivamente, pensar en su individualidad, practicar el uso de 'be', 'can', 'have got', practicar las expresiones relacionadas con características personales.*
- *Materiales: Una fotocopia del exto para cada recluso.*
- *Procedimiento: El profesor comienza con una lluvia de ideas sobre lo que hace a una persona especial. Los alumnos leen texto en silencio y luego el profesor lo lee en voz alta. Se forma un círculo para su discusión y análisis, cada uno da su opinión y habla de sus emociones. Finalmente, los alumnos dan su opinión sobre la actividad misma y lo que aprendieron.*

3. Redacción Creativa

Estas actividades eran un grupo de tareas dirigidas a ayudar a los reclusos a comprenderse mejor, expresando su individualidad y escuchando a los otros. Desde el punto de vista del aprendizaje del inglés, los logros lingüísticos fueron increíbles, pudiendo ser atribuidos a la naturaleza de las actividades ya que facilitaron expresar sentimientos de manera creativa y original.

Ejemplo: "Dando el Tiempo"

- *Objetivos: Darse cuenta de lo que se siente en distintas situaciones, practicar palabras y expresiones relacionadas con el tiempo usando el tiempo verbal adecuado.*
- *Materiales: Fotocopias con una serie de preguntas.*
- *Procedimiento: El profesor explica que en cualquier situación hay una multiplicidad de sentimientos y que ellos van a responder a cada situación planteada usando expresiones relacionadas con el tiempo: hot, warm, chilly, freezing, bright dark, blue, foggy, cloudy, sunny, etc.*

4. Música

Se seleccionaron canciones para desarrollar la comprensión auditiva y para contactarse con sus sentimientos. Mediante la música se lograba un ambiente relajado y agradable donde los sentimientos afloraban con mayor facilidad.

Ejemplo: "Fantasy" de Earth, Wind and Fire

- *Objetivos: Aprender acerca de ellos mismos a través de fantasías, practicar el uso de los imperativos y del presente simple.*
- *Materiales: Radio tocacassettes, cassette, una fotocopia de la letra para cada alumno, una fotocopia de ejercicios de completación.*
- *Procedimiento: El profesor presenta la canción pidiéndole a los alumnos que adivinen el contenido de la canción por medio del título. El profesor aclara dudas de vocabulario, los reclusos escuchan la canción y rellenan los espacios en blanco. Finalmente discuten el sentido profundo de la letra y llegan a sus propias conclusiones.*

Los conceptos que se eligieron para explorar y desarrollar en las actividades propuestas fueron los siguientes:

- Individualidad – Necesidad de un sentido de valiosa auto-consciencia
- Sentimientos – Aprender a reaccionar con emociones, sin analizarlas previamente
- Respeto – Especialmente por los conocimientos, habilidades o cualidades del otro
- Habilidades – Admitir potenciales propios y desarrollarlo con orgullo
- Creatividad - Habilidad para generar o recombinar de manera original
- Comunicación – Intercambiar información o expresar ideas y sentimientos
- Optimismo – Creer que siempre habrá cosas mejores
- Fe – Creer que se puede confiar en alguien y que se puede hacer lo correcto

VI. Los Resultados

Ver gráficos

VII. Análisis y Discusión

Los resultados muestran un significativo aumento en la autoestima de los reclusos, al igual que en sus relaciones sociales y en su desempeño en inglés. De julio a septiembre disminuyó notablemente el número de reclusos con baja autoestima. Las relaciones interpersonales mejoraron y el desempeño académico mostró un importante incremento. Se pudo observar que de un 16% de reclusos con buen nivel de logro, se aumentó a un 48%. Existen varias posibles explicaciones para esto:

1. Implementación de actividades de autoestima en la clase. Las diez actividades implementadas durante este estudio lograron aumentar la autoestima de los reclusos, lo que se vio reflejado en:

- Aumento de la consciencia sobre sus fortalezas y debilidades
- Su capacidad para establecer metas
- Su creatividad
- Su responsabilidad en los resultados de sus acciones
- Su optimismo

2. Estrategias utilizadas por los alumnos practicantes: algunas de las que se usaron en todas las clases y se aplicaron en combinación con las anteriores, fueron:

- Llamar a los reclusos por su nombre.
- Conversar con cada alumno para que pudieran expresar sus esperanzas, miedos y logros con el profesor, estas conversaciones se realizaban después de clases.
- Dar múltiples alternativas sobre cómo realizar las actividades para que los reclusos pudieran sentir que estaban logrando lo propuesto, especialmente dándoles tareas adecuadas a sus habilidades.
- Exhibir el trabajo de los reclusos en las paredes.
- Dar la oportunidad para que los demás discutieran el trabajo de sus pares y pudieran evaluarlos. Esto fue muy difícil al principio, pues los reclusos no se atrevían a hacerlo. La situación cambió con el tiempo, después de que aprendieran a manejar cómo dar opiniones y recibir críticas.
- Darse tiempo para ayudar a los que tenían problemas y se estaban quedando atrás.
- Estimularlos a correr riesgos y a aceptar desafíos.
- Estimular y aceptar sugerencias y decisiones, por ejemplo para elegir temas, textos, seleccionar trabajos.
- Estimular el trabajo en equipo o en parejas.
- Destacar los logros con entusiasmo.

Se evidenció un incremento en su desempeño académico cuando aumentó la participación voluntaria en actividades tanto orales, como escritas, así como una mejor disposición a aprender un idioma extranjero. Su esfuerzo por aprender y participar fue cada vez más notorio, del mismo modo que aumentó su voluntad de trabajar con otros y su responsabilidad para realizar sus tareas. Tal vez la mejor manera de apreciar el

aumento de la autoestima y del desempeño académico se encuentra en sus auto-evaluaciones.

VIII. Conclusiones

A menudo los profesores de inglés piensan que sus clases no tienen suficiente impacto en los estudiantes, que no llegan a ellos más allá de algunas discusiones interesantes sobre temas generales y , por lo demás, comunes. Sin embargo, a través de este estudio se evidencia claramente la posibilidad/necesidad de seleccionar estrategias de enseñanza y de sistematizar actividades que desarrollen valores fundamentales para cada individuo, específicamente la autoestima, y que simultáneamente ayuden a mejorar el desempeño en el aprendizaje del idioma extranjero.

La enseñanza del inglés es muy versátil, de hecho se presta para poder referirse a una gran variedad de temas y problemas, por lo tanto permite que los estudiantes puedan hablar de sus reacciones, emociones y opiniones sobre ellos, puedan vincularse a ellos con sus recuerdos, sus experiencias negativas y positivas, sus miedos y sus esperanzas. El profesor de una lengua extranjera puede proveer a sus alumnos, a través de los distintos temas que se deben tratar en clases, con un contenido altamente significativo: el estudio sobre ellos mismos.

IX. BIBLIOGRAPHY

Brown, H.Douglas. (1994) *Teaching by Principles. An Interactive Approach to Language Pedagogy*. New York: Heinle & Heinle.

Branden, Nathaniel. (1994) *The Six Pillars of Self-Esteem*. New York: Bantam Books.

California Task Force. (1990) *To Promote Self-Esteem and personal and Social Responsibility. Towards a State of Self-Esteem*. Sacramento, C.A.: California Department of Education.

Camp, Christy. (1995) *Time's up*. July 29th www.lairdcarlson.com/celldor.htm

Coopersmith, Stanley. (1967) *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W.H. Freeman and Company.

Coyle, Andrew. (2002) *La Administración Penitenciaria en el Contexto de los Derechos Humanos*. Londres: Centro de Estudios Penitenciarios.

De André, Verónica. (1999) *What is Self-Esteem*. May 22nd www.newrenaissance.ibs.ee/veronica/english/frame/index

- Hadley Omaggio, Alice. (1993) *Teaching Language in Context*. Heinle & Heinle.
- Oxford, Rebecca. (1990) *Language Learning Strategies*. Boston, Heinle & Heinle.
- Reasoner, Robert & Malhi, Ranjit. (2000) *Enhancing Self-Esteem*. Kuala Lumpur: Self-Esteem Seminar.
- Williams, Marion & Burden, Robert L. (1997) *Psychology for Language Teachers*. London: Cambridge Language Teaching Library, CUP.