

LA INFLUENCIA DE LA FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA  
Y EL AUTOCONCEPTO EN LA ADOLESCENCIA

Luz Adriana Camacho Sánchez

Universidad de La Sabana,

## Resumen

El objetivo del presente artículo es describir la influencia y formación de la autoestima y el autoconcepto en los diferentes contextos del adolescente. Para tal fin, se definirá la adolescencia y la relación con la autoestima; a continuación se describirá la relación y la diferencia de la autoestima y el autoconcepto, y como estos se forman influenciado la personalidad del adolescente. Para finalizar se resaltarán algunas influencias que la autoestima y el autoconcepto producen en los adolescentes. Para la elaboración de este documento se utilizaron diversas bibliografías publicadas relacionadas con el tema en cuestión.

*Palabras claves:* autoestima, autoconcepto y adolescencia

## Abstract

The aim of this document is describing the influence and formation of self-esteem and self-concept in different contexts of the adolescence. For this, is necessary to define adolescence, and some relations with self-esteem, the document will describe differences and relations between self-esteem and self-concept, and the way they take form influencing the adolescent personality. Finally, it will remark some self-esteem and self-concept influences , on the adolescent person. For writing this document were used different published bibliographies, relationed with the topic in investigation

*Key words:* self-esteem, self-concept and adolescetns

## LA INFLUENCIA DE LA FORMACIÓN

### DEL AUTOESTIMA Y EL AUTOCONCEPTO EN LA ADOLESCENCIA

'Tormenta y estrés' en una de las frases con la que más se ha caracterizado el periodo de la adolescencia, dicha frase es señalada por Nottelann (1995), este autor también argumenta que el ajuste psicológico reporta estabilidad y cambios a lo largo de la adolescencia; el más importante y una de las necesidades primordiales en la transición de esta etapa hace referencia al desarrollo de la identidad, la cual conlleva un proceso adaptativo donde se vincula el autoconcepto y la autoestima.

En el 2002 DuBois, Burk- Braxton, Swenson, Tevendale, Lockerd y Moran explicaron que la autoestima es una necesidad fundamental del ser humano, esta necesidad se traduce en el amor a uno mismo, tomándolo como un sentimiento legítimo que nos motiva a fijarnos objetivos y metas; así como a procurar ser eficaces en la resolución de nuestros problemas y a establecer alianzas y vínculos sociales sanos.

Asumiendo la postura de estos dos argumentos, se ve la necesidad de hacer una revisión teórica con el fin de ver cuales son las implicaciones de la formación de la autoestima y el auto concepto en la etapa de la adolescencia.

La adolescencia es la vida entre la niñez y la adultez. Esta comienza con los primeros cambios de maduración sexual y termina con el logro social de dependencia dándole un estatus de adulto; un periodo reconocido en el mundo occidental como el que responde a los años de juventud (Mayers, 1999, p. 99). Según Papalia, Olds y Feldman (2001) esta transición en el desarrollo entre la niñez y la edad adulta implica importantes cambios físicos, cognitivos y psicosociales interrelacionados (p.289).

Diversos teóricos (Blyth, Simmons, y Carlton-Ford, 1983; Eccles, Midgley, y Adler, 1984; Hill y Lynch, 1983; Rosenberg, 1986; Simmons, Blyth, Van Cleave, y

Bush, 1979) citados por Wigfield, Eccles, Mac Iver, Reuman, y Midgley (1991), han propuesto que estos cambios en la adolescencia pueden tener un impacto significativo sobre la autopercepción y la autoestima.

Por lo tanto, Wigfiel et al. (1991) citando a sus colegas (Eccles, 1987; Hill y Lynch, 1983; Parsons y Bryan, 1978) confirma que los cambios biológicos y sociales asociados con la pubertad son también los responsables por algunos de los cambios en la autopercepción en la adolescencia. Uno de estos cambios de la autopercepción sugiere que el asumir las actividades apropiadas al rol de su género –femenino o masculino– puede hacerse más importante en los jóvenes adolescentes, en el momento que traten de confirmar los estereotipo relacionados con la conducta de los roles del género a través del comportamiento; este fenómeno de reconfirmación podría conducir al adolescente a tener bajas creencias positivas e involucrase menos en actividades que ellos ven como las adecuadas para el propio género.

Retomando lo anterior, podemos decir que la adolescencia en un periodo de vida, en el cual individuo se encuentra sometido a una serie de cambios que influye en la autoestima, es por esta razón la importancia de ver el papel que la autoestima realiza en el desarrollo del adolescente.

Según Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling, Potter, (2002) a lo largo de los años se han elaborado diferentes investigaciones que relacionan el autoestima y la los ciclos de vida, sin embargo hay una falta de conciencia sobre este tema lo que ha llevado a diversos debates donde a los resultados obtenidos no les han implementado una trayectorias clara de la autoestima desde la niñez a la edad adulta. Relacionado con la adolescencia Robins et al argumentan que:

Investigaciones sobre el desarrollo de la autoestima que siguen la transición de la adolescencia brinda un cuadro confuso en sus explicaciones. Algunos estudios reportan un incremento de la autoestima en la adolescencia (Marsh, 1989; McCarthy & Hoge, 1982; Mullis et al. , 1992; O'Malley & Bachman, 1983; Prawat, Jones, & Hampton, 1979; Roeser & Eccles, 1998), otros no reporta cambios (Chubb et al. , 1997),y otros reportan disminución (Keltikangas-Jarvinen, 1990; Zimmerman et al., 1997). Algunas de estas inconsistencias se deben a la diferencias de género donde se creen que emergen estas, especialmente la tendencia por los hombres a tener una mejor autoestima que las mujeres (Block & Robins, 1993; Kling, Hyde, Showers, & Buswell, 1999; Major, Barr, Zubek, & Babey, 1999).

Esta información divergente sobre el nivel de autoestimas en las etapas de la vida, condujo a una investigación realizados por Robins et al (2002) en la cual se examinó la diferencia de la autoestima a través de ocho décadas a los largo de la vida. Los resultados obtenidos de esta investigación arrojaron grandes conclusiones sobre la manera en que la autoestima se desarrolla de la adolescencia a la edad adulta. Sobre la adolescencia se llevo a la conclusión:

La disminución en la autoestima que comienza durante la niñez continúa en la adolescencia, produciendo una caída substancial. Esta disminución fue obtenida por todos los subgrupos demográficos y así una apariencia particular del decremento de la autoestima. Los investigadores han atribuido el descenso de la autoestima en la adolescencia a los cambios asociados a la maduración con la pubertad, los cambios cognitivo asociados con la aparición del pensamiento operacional y los cambios del contexto social asociados con la transición de la escuela primaria al bachillerato (Harter,

1998; Simmons, Blyth, Van Cleave, & Bush, 1979; Wigfield, Eccles, Mac Iver, Reuman, & Midgley, 1991).

A pesar de los diferentes puntos de vista que se tienen sobre la relación de la autoestima con la adolescencia, existen otros señalamientos que afirman que la autoestima es relativamente estable en algunas etapas del ciclo vital, por lo cual esta puede afectar los cambios y las experiencias o acompañar el proceso de desarrollo del adolescente. Cuando la autoestima está basada en recursos internos hay mayor probabilidad de un nivel de estabilidad, a diferencia de quienes dependen de recursos externos y la retroalimentación de otros. Sin embargo, el nivel de autoestima puede variar con grandes expectativas propias o acompañar las cosas de algún significado (...) así, la autoestima puede influenciar la percepción sobre las competencias y el autovalor (Branden, Family Development Programs -Programas de desarrollo familiar).

Ya sabemos que la autoestima es un factor importante, variable a lo largo de la adolescencia y depende de unos recursos personales de los individuos, pero en sí ¿Qué es la autoestima?. En 1995 Givaudan y Pick asentaron que autoestima hacía referencia al valor que nos asignamos a nosotros mismos, y que se relaciona con cuánto nos aceptamos como somos y qué tan satisfechos estamos con nosotros mismos. Esto a su vez está íntimamente relacionado con el grado en que creemos que tenemos derecho a ser felices y cuánto respetamos y defendemos nuestros propios intereses. Las personas que han desarrollado estas habilidades y una alta valoración de sí mismas tienen una autoestima más alta que aquellas que no han logrado esta meta.

Afirmando lo anterior Gaete (1997) afirma que un aspecto central de la autoestima, es el conocimiento de nosotros mismos. Cuanto más conocemos, es más posible querer y aceptar nuestros valores. Si bien las metas son básicas para darle un

sentido a la vida, ellas tienen costos en esfuerzo, fatiga, desgaste, frustración, pero también en maduración, logros y satisfacción personal.

De acuerdo con Branden (2001), un adecuado nivel de autoestima es la base de la salud mental y física del organismo. Dos factores son determinantes en su desarrollo, el primero es el autoconocimiento que tenga la persona de sí, y el segundo son los ideales a los que espera llegar, es decir, cómo a la persona le gustaría o desearía ser; este aspecto se ve fuertemente influenciado por la cultura en que se está inserto. El ideal que cada persona tiene de sí mismo supone implícitamente el modelo que ésta tiene que enfrentar, enjuiciar y evaluar para hacerlo realidad. Es precisamente en este punto que el ideal de sí mismo cobra una inmensa importancia, ya que le imprime dirección a la vida de cada persona.

Por tanto, en el 2004 Polaino expresa: “he aquí un primer factor del que depende la autoestima” la información de que el adolescente dispone acerca de sí mismo en el mapa cognitivo. Basta con que cierre los ojos y se pregunte ¿quién soy? o ¿qué representaciones y cogniciones aparecen en mi mente?, para que infiera de sus propias respuestas lo mucho o lo poco que se estima a sí mismo (p. 36-37).

Sin embargo, Mruk (1999) enuncia que para que la autoestima de una persona esté bien fundada ha de estar basada en la *realidad*, lo que supone la necesidad de apoyarse en el conocimiento real de la realidad —valga la redundancia— de sí mismo. En ausencia de ese conocimiento, la autoestima se autoconstituiría como un amor irracional, que sería muy difícil de distinguir de los prejuicios, sesgos y estereotipias, y en el que, con facilidad, harían presa las propias pasiones.

Por la tanto, todas las percepciones que los adolescentes tienen de si mismo están relacionadas no sólo con el reconocimiento propio, sino también con el concepto que elabore en el momento de valorarse, demostrando la existencia del autoconcepto.

La autoestima como factor importante de la formación de la personalidad se ha visto estudiada en diversas investigaciones y se ha evidenciado la profunda relación con el autoconcepto (Garaigordobil, Cruz y Pérez, 2003). Por esta razón cabe la oportunidad de distinguir la diferencia entre estos conceptos y la influencia en el adolescente, sin dejar a un lado que siempre estarán relacionados.

En 1999 Fierro, retomando el primer factor anteriormente mencionado enunciado por Branden, considera que el concepto de si mismo equivale al autoconocimiento, entrando en esta clase de actividades y de contenidos cognitivos, no sólo conceptos propiamente tales, sino también preceptos, imágenes, juicios, razonamientos, entre otros. Los juicios acerca de uno mismo constituyen probablemente la organización cardinal de todo ese sistema de autoconocimiento. La autoestima constituye la porción valorativa del autoconcepto, del autoconocimiento, es decir, el conjunto de juicios autoevaluativos de las personas. La relación entre autoconcepto *descriptivo* y autoestima *valorativa* es de naturaleza jerárquica, la autodescripción sirve a la autoevaluación positiva y ésta, a su vez, cumple funciones de protección del sistema de la persona.

De esta misma forma Fierro (1999) también explica que el autoconcepto, en general, y la autoestima, en particular, conocen un curso evolutivo. Inicialmente más bien indiferenciados, sólo poco a poco van haciéndose diferenciados, y complejos. En ese desarrollo evolutivo, la adolescencia marca un hito importante, en el cual autoconcepto y autoestima pasan a ocupar un lugar central en la construcción de la propia identidad. En particular, los adolescentes se muestran singularmente preocupados

por todo lo concerniente a su propio cuerpo, a sus caracteres físicos, sexuales y a su atractivo para el otro sexo.

En 2001 Calvo, González y Martorell señalaron que este proceso de formación del juicio sobre el propio valor los periodos de la infancia y adolescencia son cruciales. Todas las vivencias que el sujeto experimenta están mediatizadas por el contexto, de tal manera que el concepto de sí mismo dependerá en gran medida de estos referentes personales entre los que se destacan el grupo de iguales, los profesores y la familia.

Concluyendo la diferencia entre estos conceptos podemos afirmar que el término de autoconcepto se asocia a los aspectos cognitivos del conocimiento de uno mismo y el término de autoestima para los aspectos evaluativo-afectivos; además que los dos se van formando a lo largo de la vida del ser humano influenciando aspectos con la concepción de su cuerpo, su vida social entre otros. Pero para entender mejor como es la formación del autoestima y el autoconcepto a continuación se describirá la forma como estos se desarrollan.

#### Formación de la autoestima y el autoconcepto

En 1997 Gaete, Garrido y Girón señalaron que el concepto del Yo y de la autoestima se desarrollan gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos e incluso, complicados razonamientos sobre el Yo.

En concordancia, para Maiz y Güereca (2003) el desarrollo del autoconcepto empieza durante los primeros años de vida del niño, en donde la experiencia respecto del mundo exterior contribuye al propio conocimiento. Los fundamentos del autoconcepto del bebé se establecen cuando éste empieza a hacer distinciones entre el yo

y el no-yo. Aprende que los objetos y/o personas son entes separados de él y en general obtiene un aprendizaje sobre su entorno (p. 29).

De acuerdo con Escrivá, Samper y Pérez (2001), el desarrollo del autoconcepto se considera un factor central en la madurez personal y autonomía del individuo. La aparición del concepto del *yo* en el niño/a tiene un carácter evolutivo, que está mediatizado por variables de tipo social, de maduración y de personalidad. La persona en cada fase de su desarrollo está comprometida en un proceso de autorregulación. Poco a poco va evolucionando desde una regulación ejercida por los demás a una autorregulación (Trad, 1987; Collins, Gleason y Sesma, 1997; Grolnick y Ryan, 1989, citado por Escrivá et al, 2001), va adquiriendo un sentimiento de confianza en sí mismo, la creencia de que uno tiene control sobre su propia vida y sentimientos subjetivos de ser capaz de tomar decisiones sin excesiva validación social (Sessay Steinberg, 1991, citado por Escrivá, 2001).

Según Barriga, Yáñez, Madrigal, Juárez y Ríos (1999) autores como Erickson (1969), que se dedicaron al estudio del desarrollo de la personalidad y del autoconcepto, encontraron que conforme las personas maduran, pasan de perspectivas concretas y fragmentadas acerca de nosotros mismos a perspectivas más abstractas, organizadas y objetivas (p. 149).

De esta manera, los mismos autores mencionados anteriormente afirman que el concepto que tienen los niños muy pequeños de sí mismos está restringido a su apariencia física, su nombre y sexo, sus acciones y aptitudes, pero vagamente hace referencia a sus rasgos o características de personalidad. Durante la adolescencia, los jóvenes consideran no sólo los rasgos físicos o tangibles, sino que pueden describir sus características psicológicas. Las descripciones de sí mismo en los niños mayores y los

adolescentes suelen incluir sus cualidades interpersonales y sociales: amistoso, flojo, estudioso; y comienzan a pensar en ellos mismos —y en los demás— en términos de valores y actitudes abstractos: solidario, tolerante, deshonesto y justo.

En 1999 Barriga et al, consideró indudable que el concepto de sí mismo y el nivel de autoestima con el que nos valoramos como personas es algo que *no* construimos en solitario. Es muy importante la influencia de los padres y familiares, sobre todo en nuestros primeros años de vida, la influencia de los compañeros, profesores, novio(a) o de otras personas significativas se deja sentir conforme crecemos, a veces para bien de nuestra autoestima pero otras para mal. Las tradiciones culturales y los valores imperantes en la sociedad en que vivimos también son determinantes en lo que es socialmente valorado y aceptado de un individuo.

De esta forma, muchas de las aproximaciones tradicionales sobre el desarrollo del autoconcepto tienden a enfatizar el aprendizaje social e interpersonal. Este punto de vista sugiere que los individuos gradualmente adquieren sentimientos acerca de ellos mismos que reflejan el trato que han recibido de su ambiente social (Bandura, 1986, citado por Escrivá, 2001). Es decir, los participantes en gran parte se describen y valoran a sí mismos de la misma forma en que son vistos y valorados por otros.

Al igual que Barriga (1999) y Escrivá (2001), Castillo (2001) afirmó que el descubrimiento del propio yo formado por factores internos y externos del individuo permite al adolescente conocer por primera vez toda una serie de posibilidades personales que ignoraba. Ello permitirá, a su vez, el desarrollo de una tendencia que, por ser exigencia interior de la vida, es en cierto modo común a todos los seres vivos: la “afirmación del yo, la autoafirmación” de la personalidad.

La autoafirmación es una tendencia que aglutina todo el desarrollo adolescente y equivale a “querer valerse por sí mismo”. El muchacho quiere y debe aprender a valerse por sí mismo sin que sus padres y profesores actúen de parachoques, como hacían cuando era niño. Hay toda una serie de rasgos en el comportamiento del adolescente que no son otra cosa que una expresión hacia fuera de la afirmación interior: la obstinación, el espíritu de independencia total, el afán de contradicción (llevar la contraria por sistema, sobre todo a los padres), el deseo de ser admirado, la búsqueda de la emancipación del hogar, la rebeldía ante las normas establecidas. (Castillo, 2001, Pág. 39-40).

Desde esta perspectiva se puede inferir que la formación del autoconcepto comienza en el reconocimiento del niño o niña del su propio *yo* que le permite valerse por sí mismo. Además que esta formación se ve influenciada por el contexto social; sin embargo la familia y la escuela son los dos núcleos más relevantes en el desarrollo cognitivo, personal, emocional y socio-afectivo del niño. En ambos contextos los niños y adolescentes reciben una retroalimentación acerca de sus conductas, actitudes, metas, logros y fracasos; factores que afectan la formación del autoconcepto. Así como el desarrollo del autoconcepto es importante para la formación de la personalidad del adolescente, la autoestima – que se va construyendo paralelamente al autoconcepto – juega un papel muy importante en los individuos.

Según Polaino (2004), la autoestima surge (...) de la percepción de sí mismo a la que se ha aludido, pero entreverada con la experiencia que cada persona tiene del modo en que los demás le estiman. Es decir, que un referente obligado y necesario con el que hay que contar aquí es, precisamente, *la estimación percibida* en los otros respecto de sí mismo (p. 32).

En acuerdo con el anterior autor; Gaete, Garrido y Girón (1997) propone que para desarrollar la autoestima en todos los niveles de la actividad desde un estudiante, pasando por el escritor, el profesional, el obrero, el ejecutivo, etc.; se necesita tener una actitud de confianza frente a sí mismo y actuar con seguridad frente a terceros, ser abiertos y flexible, valorar a los demás y aceptarlos como son; ser capaz de ser autónomo en sus decisiones, tener comunicación clara y directa, tener una actitud empática, es decir, capaz de conectarse con las necesidades de sus congéneres, asumir actitudes de compromiso, ser optimista en sus actividades.

De esta manera, Compas, Hinden, y Gerhardt (1995), señalaron junto a otros colegas (Petersen, Kennedy, & Sullivan, 1991; Sandler & Twohey, 1998, citados por Compas et al) que sentimientos positivos de autovaloración –autoestima- y un soporte de relaciones con otras personas -soporte social- ha sido conceptualizado como un excelente recurso que promueve con éxito la adaptación durante la adolescencia y mejorar la autoestima.

Otra estrategia propuesta en 1997 por Gaete et al para desarrollar la autoestima es cuando una persona se equivoca y es capaz de reconocer y enmendar sus errores, no limitarse a autoculparse, ni culpar a los otros. Tener actitud creativa y ser capaz de asumir los riesgos que implica una nueva tarea, evitar la crítica. También tenemos que evitar la frecuencia muy alta del mensaje, encontrar los datos positivos de otras personas, conectarse con emociones positivas del pasado, ampliar el conocimiento de sí mismo con mayor sinceridad, tener tabla de valores y respetarla, desarrollar el sentido del humor e infundirlo. La autoestima se construye diariamente con el espíritu alerta y la interacción con las personas que nos rodean, con las que tratamos o tenemos que dirigir. La autoestima es muy útil para enfrentar la vida con seguridad y confianza.

Al igual que en el autoconcepto, Polaino (2004) señala que el tipo de relaciones que se establezcan entre padres e hijos constituye un importante factor en la génesis de la autoestima, y junto con otros colegas (Rosenberg, 1965; Coopersmith, 1967; Baumrind, 1975; Newman y Newman, 1987; Polaino-Lorente, 2000; y Polaino-Lorente y Carreño, 2000, citados por Polaino) señala seis actitudes de los padres recomendables para el desarrollo de la autoestima en los hijos que se mencionan a continuación:

Aceptación incondicional, total y permanente de los hijos, con independencia de sus cualidades y formas de ser.

Afecto constante, realista y estable, sin altibajos o cambios bruscos como consecuencia de las variaciones del estado de ánimo, de la impaciencia o del cansancio de los padres.

Implicación de los padres respecto de la persona de cada hijo, de sus circunstancias, necesidades y posibles dificultades.

Coherencia personal de los padres y el hecho de que dispongan de un estilo educativo que esté presidido por unas expectativas muy precisas y que se establezcan unos límites muy claros.

Valoración objetiva del comportamiento de cada hijo, motivándoles a que sean ellos mismos, elogiando sus esfuerzos y logros, y censurándoles sus yerros y defectos.

Proveerles de la necesaria seguridad y confianza, que les reafirma en lo que valen y les permite sentirse seguros de ellos mismos.(p. 33).

Un aporte realizado por Branda en uno de los trabajos realizados en los Programas de Desarrollo Familiar (Family Development Programs) señala que:

Una autoestima saludable no ocurre por accidente o llega como un regalo. Esta ha sido cultivada y ganada, no puede ser mostrado por un elogio, ni por una adquisición material, (...) lo que se ha enseñado en años recientes es que la autoestima no puede ser dada de una persona a otra, sin embargo, los padres, profesores y pares pueden ser muy efectivos en la creación de condiciones que permitan a los jóvenes crecer en habilidades y aprender el uso de la base de su yo propio sobre el cual la autoestima ha de depender (...) es por esto que se necesita el cesante trabajo con los niños y en especial en los hogares para que pueda evidenciar como resultado un nivel significativo de sí mismo, es decir una adecuada autoestima.

Para finalizar la revisión sobre la formación del autoestima vale la pena resaltar la idea de Gaete (1997) indicando que cuando se tiene contacto con personas equilibradas, constructivas, honestas y constantes, es más probable que se desarrolle una personalidad sana, de actitudes positivas que permitan desarrollarse con mayores posibilidades de éxito, aumentando la autoestima.

A lo largo de la explicación de los diversos autores anteriores como se forma el autoconcepto y autoestima de una forma normativa, sin embargo también es importante tener en cuenta esta formación en sujetos que no tienen el mismo desarrollo. Con esto se referencia a las personas con discapacidad física.

Sobre este tema, Maiz et al (2003) explica Para el adolescente discapacitado, la experiencia respecto del mundo es menos accesibles, por ende, su desarrollo es más lento que el de cualquier otro joven, aun cuando el discapacitado tenga la misma inteligencia. Por ello, es más difícil lograr desde un principio el autoconcepto, pues éste se infiere de lo que la persona dice acerca de sí misma. Así mismo al individuo discapacitado se le dificulta más desarrollar la representación mental de *si mismo* ya que

cuenta con menos experiencia en el manejo de su cuerpo, además de que no puede aprender de los demás respecto de sí mismo. En ocasiones el individual tarda en reconocer su limitación debido a la protección de la familia para que no se dé cuenta, convirtiéndose en un factor de vulnerabilidad de baja autoestima al llegar el momento de encontrarse con su discapacidad (p. 30).

Desde otro punto es importante ver como la formación de autoestima y autoconcepto puede ser construida a lo largo de la vida a través de conceptos, esto condice a una investigación realizada por Trzesniewski, Donnellan y Robins (2003) realizó una exploración del desarrollo de varios dominios del autoconcepto a través de la niñez temprana y la adolescencia, este estudio ha demostrado que el desarrollo de las mentes de los niños y niñas se van convirtiendo cada vez más flexibles, la percepción de ellos mismos se va haciendo más diferenciadora y comprensiva recíprocamente en el tiempo. (Harter, 1996, 1999; Marsh, 1989; Marsh & Shavelson, 1985; Stipek & MacIver, 1989; citados por Trzesniewski et al) los niños en edades tempranas sólo son capaces de evaluarse en cinco dominios: competencias física, apariencia física, aceptación de pares, competencia cognitiva y comportamiento (Harter, 1983, 1996, 1999, citada por Trzesniewski et al). El niño reconoce que sus habilidades difieren de la situación, pero con cada dominio ellos tienden a ser dicótomos viendo sobre ellos la habilidad -son buenos o malos-. Por otro lado los adolescentes y los adultos lleva el grado de ellos mismos en un continuo, por ejemplo, de un muy bien a un muy mal.

Siguiendo por esa misma línea en 1999 Harter mostró, que un niño en la niñez media ya son capaces de comprender sentidos globales y generales de ellos mismos, pertenecientes a evaluaciones de dominios específicos en las cinco áreas anteriormente señaladas por Trzesniewski et al (2003). Con el incremento de la capacidad

cognoscitiva, los adolescentes y escolares evidencian la diferencia de las cinco áreas anteriores y las competencias de autopercepción, entonces una competencia cognoscitiva esta dentro de la competencia escolar.

La formación de la autoestima y el autoconcepto, además de causar un efecto sobre los rasgos del adolescente en cuanto a personalidad, adaptación, seguridad, aceptación, reconocimiento familiar entre otros anteriormente mencionados, influyen en otros contextos de la vida cotidiana de la adolescencia.

#### Otras Influencias del Autoconcepto y la Autoestima en los Adolescentes

En el 2004 Garaigordobil señala que el autoconcepto y la percepción del ambiente pueden influir en el balance emocional ya sea positivamente –alta autoestima- o negativamente –baja autoestima- y de esta forma afectar el comportamiento del adolescente. Un buen autoconcepto y una buena percepción del otro estimulan positivamente las emociones y favorece el balance emocional del adolescente y de esta manera el incremento de la autoestima en un contexto donde es aceptado. Asimismo esta autoestima alta desarrolla habilidades en el adolescente para identificar y analizar sus emociones, como también para desarrollar empatía.

En el 2004 Polaino señala que la autoestima es un concepto muy poco estable y excesivamente *versátil* que, lógicamente, va modificándose a lo largo de la vida. Y ello no sólo por las naturales transformaciones que sufre la persona, como consecuencia del devenir vital, sino también por los profundos cambios de ciertas variables culturales (estereotipias, sesgos, atribuciones erróneas, modas, nuevos estilos de vida, etc.), sobre las que es muy difícil ejercer un cierto control y rehusar o escapar a sus influencias.

En 1999 Meyers citando a Paikoff y Brooks-Gunn (1991) señala que a medida que los adolescentes va en búsqueda de su propia identidad, comienzan por si mismos a separarse de sus padres y se ven inducidos a tomar decisiones y formar juicios.

Teniendo en cuenta lo descrito en este documento sobre la autoestima, podemos ver como esta facilita la formación de la identidad conllevando al adolescente a la toma de decisiones que implica la plantación de un proyecto de vida. Para Polaino (2004) las dos condiciones necesarias para hacer crecer la autoestima son las siguientes: primero, que el conocimiento personal esté fundamentado en la verdad; y segundo, que se disponga de un proyecto personal realista que pueda alcanzarse, no importa el esfuerzo que haya que hacer para ello. Si el adolescente no se proyecta en el futuro, si no sabe a qué se destinará, si no acaba de verse a sí mismo realizando su vida personal en la próxima década, lo más probable es que no disponga de proyecto alguno. No disponer de proyecto puede indicar que esa persona se aburre consigo misma, que ha dejado de ser interesante para ella misma. Por eso sin proyecto no hay autoestima posible. El aburrimiento puede considerarse como un indicador de riesgo de que se ha perdido la autoestima o está a punto de perderse (p. 44-45).

Por otro lado, para Broker, Cornock, Gadbois (2003) la apariencia es un factor muy importante para el adolescente que afecta la formación del autoconcepto y la autoestima. La autoestima física del joven -sentimiento sobre su apariencia- es el predictor mas importante de de la autovaloración citando a Harter (1990), y es aun más importante para las niñas que para los niños. Este es un asunto que da importancia a la perspectiva de que las niñas tienden a tener más baja autoestima que los niños.

De acuerdo con lo anterior Polaino anteriormente mencionado, otro elemento imprescindible en la configuración de la autoestima, al que no siempre se da el necesario

énfasis, es el propio cuerpo, o más exactamente expresado, la percepción del propio cuerpo. Lo más frecuente es que haya sesgos, atribuciones erróneas, injustas comparaciones y muchas distorsiones, como consecuencia de haberse plegado la persona para su evaluación corporal a los criterios extraídos de los modelos impuestos por las modas. Esto pone de manifiesto que la persona se estima también en función de cómo perciba su propio cuerpo y de cómo considere que lo perciben los demás, con independencia de que esa percepción sea real o no; en función del valor estético que atribuya a su figura personal; de la peor o mejor imagen que considera que da de sí misma, etc. Tanto importa a la autoestima personal la figura del propio cuerpo que, en algunos casos o en circunstancias especiales, su total distorsión fundamenta la aparición de trastornos psicopatológicos muy graves como sucede, por ejemplo, en la anorexia (P. 35).

Así mismo, en el 2001 Jenser, citando la investigación realizada por Harter (1988, 1999) encontró que la apariencia física esta fuertemente relacionada con la autoestima global, seguida por la aceptación social de los pares. A demás las adolescentes mujeres hay mayor probabilidad que en adolescentes hombre en hacer énfasis en la apariencia física como base de la autoestima (...) las niñas tienen una mayor imagen negativa del cuerpo que los niños y son más críticas sobre sus apariencia física; están menos satisfechas con la forma de su cuerpo que los hombres, y la mayoría de ellas creen que su peso es demasiado y por eso se dirigen a probar dietas (Irwin, Igra, Eyre Y Millstein 1997, citado por Jenser), porque las niñas tienden a evaluar negativamente su imagen y por que su apariencia física es el centro de su autoestima, ellas tienden a tener una baja autoestima mayor que los niños durante la adolescencia (p. 166).

Sin embargo, en los adolescentes hombres, la percepción de cuerpo y otras características relacionadas con el desarrollo biológico realizan un papel importante influenciando la autoestima y el autoconcepto del adolescente.

En el 2002 Steinberg evidencia los estudios comparativos entre la maduración temprana y tardía de los adolescentes hombres. (...). Los datos de la maduración temprana versus a los de la maduración tardía son muy consistentes: en general, los adolescentes con maduración temprana tiene mayor probabilidad de ser implicados en actividades antisociales y desviadas, incluyendo haraganería, delincuencia menor y problemas en la escuela (Duncan, Ritter, Dornbusch, Gross y Carlsmith, 1985, citado por Steinberg) y estos adolescentes tiene una mayor probabilidad del uso de drogas, alcohol y comprometerse en otras situaciones de riesgo, igual que las mujeres adolescentes pero en menor cantidad (Andersson y Magnusson, 1990; Silbereisen, Kracke y Crockett, 1990; Williams y Dunlop, 1999, citado por Steinberg, p. 44-45).

Otra influencia que Steinberg (2002) encontró es que el adolescente con maduración tardía es visto por los pares como un niño y será menos popular y tendrá menos probabilidad de poder sostener una posición de liderazgo. Así mismo, sobre las medidas de la personalidad, a la maduración tardía de los adolescentes exhibe fuertes sentimientos de inadecuación, un mayor autoconcepto negativo y una menor autogratificación (p. 45).

Este mismo autor, cita otros estudios también realizados de maduración, sin embargo en esta ocasión sobre la autoestima y el autoconcepto de adolescentes mujeres. Un estudio evidenció que contrario al de hombres, la maduración temprana en la mujer adolescente trae menos popularidad, menos imponentes, menos expresiva y más sumisa, conllevando sentimientos de baja autoestima y auto valoración (Livzon y Peskin, 1980);

(...) en otro estudio se observó que la maduración tardía de la mujer le traería mayor probabilidad de ser vista más atractiva, sociable y expresiva, por individual del género contrario – haciendo que su autoimagen y autoestima se incremente significativamente y pueda establecer relaciones contacto cercano con hombres generalmente mayores- (Steingber, 2002, p. 46); (...) un tercer estudio señaló que la maduración temprana en niñas a conllevado a dificultades emocionales a quienes maduren a tiempo o tarde, conduciendo a una baja autoimagen, y altas tasas de de depresión, ansiedad, desórdenes de alimentación y ataques de pánico (Aro y Taipale, 1987; Ge, Conger y Elder, 1996); y un ultimo estudio, se definió que el atractivo físico lo define una sociedad, de esta forma esa apariencia física causara problemas de autoestima o autoconcepto dependiendo de la cultura a la que pertenezca el adolescente (Petterson, 1988).

Jenser (2001) y otros colegas citando por él (Bachean y O'Malley, 1986; Dubois y Tevendale, 1999) señalan que el éxito escolar también se ha encontrado relacionado con la autoestima del adolescente, (...) recientes estudios han mostrado que el éxito escolar tiende a ser más una causa que una consecuencia de la autoestima. De hecho, los adolescentes quienes han exagerado su autoestima – que es, un resultado más favorable de ellos mismo que el de sus padres, profesores o pares- tienden a tener conductas más problemáticas en el salón de clase que sus pares ( p.167).

Polaino (2004) también se refirió al contexto escolar como un factor que influye en la autoestima, señalando que la vacación de la educación es una tarea que debe ser aplicada con amor, experimentando una verdadera valoración del alumno y por lo que se les enseña. Esta estimación de los profesores generan siempre consecuencias relevantes en los alumnos, facilitando en ellos un reconocimiento adecuad a los esfuerzos que hacer a nivel escolar..

Además de la educación con amor, este mismo autor nos habla de la relevancia de los estilos educativos en la autoestima del adolescente. Wincky (1982) citado por Polaino, afirma que los estilos educativos o cognitivos constituyen el resultado terminal en el que se integran las diferencias individuales relativas al modelo de percibir, pensar, juzgar y recordar, que son de cada persona. Los estilos educativos influyen mucho y de forma decisiva sobre el aprendizaje y rendimiento del adolescente; sin embargo sus consecuencias van más allá del ámbito escolar, debido a que estos también condicionan – sobre todo en el adolescente- la autoestima personal del alumno, el nivel de aspiraciones y la génesis de su propio autoconcepto.

Por otro lado, estudios realizados sugieren que el impacto de la pubertad sobre las funciones psicológicas del adolescente esta en una buena dimensión, formada por el contexto social en la cual la pubertad toma lugar y le permite al adolescente un buen desarrollo de su propio yo. (Simmons y Blyth, 1987, citado por Steingberg, 2002, p. 38).

La utilización del tiempo libre es otro de los contextos del adolescente que se ve involucrado en la formación y en la buena utilización del desarrollo de la autoestima. Sobre esto, Broker et al (2003) haciendo referencia a la actividad física de los jóvenes argumenta que la autoestima física y la satisfacción con la imagen corporal puede ser realizada durante la adolescencia -en niñas y niños- a través de la vinculación a los deportes. Los beneficios del deporte tales como el incremento del poder aeróbico, el incremento del fortalecimiento muscular y el decremento de la obesidad (Centro Investigativo de Niñas y Mujeres en Deporte, 1997, citado por Broker) han sido demostrados claramente. Confirmando lo anterior Koivula (1999) afirma que los jóvenes que participan en deportes tienen una mejor percepción de la imagen corpórea que los jóvenes que no practican ningún deporte. Además explica que las niñas que no

experimentan baja autoestima puede o de hecho son quienes participan más fácil de la actividad deportiva.

Por otro lado, Castillo (2001) describe la influencia del sentimiento y complejo de inferioridad como otro factor que afecta negativamente el autoconcepto y la autoestima del adolescente, en su libro, los problemas del adolescente señala:

(...)el sentimiento de inferioridad responde corrientemente más a un problema que el individuo se crea que a una dificultad objetiva. El individuo que padece un sentimiento de inferioridad es consciente del mismo, pues en caso contrario tal sentimiento no existiría. Sin embargo, no ocurre lo mismo con el llamado «complejo de inferioridad», que hace referencia siempre al subconsciente. Aun cuando este complejo influya decisivamente en la conducta el individuo ignora que lo tiene.

Para algunos autores actuales el aumento de la conciencia de inferioridad no es necesariamente perjudicial en el adulto. Puede ser, incluso, un punto de partida para el enriquecimiento de la personalidad. Algo muy distinto ocurre con el adolescente, para quien este fenómeno puede ser traumatizante y suscitar reacciones negativas - baja autoestima-. Los jóvenes rechazan el sentirse inferiores. Cuando los adolescentes no logran superar el sentimiento de inferioridad, experimentan un sufrimiento interior que se traduce casi siempre en timidez muy acusada, cobardía, rebeldía o neurosis. Este sufrimiento les suele conducir además a la búsqueda de compensaciones psicológicas inadecuadas que encierran ciertos peligros (p.44).

Por otro lado, Bowker et al (2003) describe la influencia que los adolescentes pueden tener al obtener una alta estima o una autovaloración; es así, como afirma que una autoestima positiva le permite a los jóvenes sentirse bien sobre quienes son y que ellos pueden hacer mientras se adaptan a los nuevos cambios, de acuerdo con este punto,

este autor cita a Harter (1997). Así mismo citando a otros colegas (Baumgardner, 1990; Taylor & Brown, 1988; Rutter, 1997) describe que los individuos con alta autoestima tienen un mejor autoconocimiento que aquellos con baja autoestima, también son personas que se ejercen actividades diarias más activas, tiene una actitud optimista y una mejor salud psicológica; así mismo el mantener una autoestima positiva y un sentido estable del propio yo conllevan a tener factores de protección para evitar problemas psicopatológicos relacionados con la imagen como son los trastornos de alimentación.

Se puede evidenciar la influencia que juega el autoestima y el autoconcepto en los diversos contextos del adolescente, donde no solo se afecta su propio yo si no también su relación con el ambiente - escolar, social, familiar y de ocio- y como este influye en alguno de los marcos cognitivos del joven causando la modificación de su pensamiento y de esta misma forma de su conducta.

## CONCLUSIONES

Después de revisar los diversos aportes de los teóricos de la adolescencia, autoestima, el autoconcepto y las influencia que ejercen los contextos a la adolescencia, se puede concluir que la adolescencia es conocida como una etapa de crisis –debido a los cambios biológicos, psicológicos y sociales-, un periodo en el cual el individuo se ve enfrentado a diferentes problemas normales en su ciclo vital, para ello es fundamental lograr el desarrollo adecuado de su *Yo* que le permita fortalecer su autoconocimiento y de esta forma reconocer las diferentes habilidades para la solución de los problemas con el fin de lograr una estabilidad en su vida.

La formación en el adolescente la concepción de su *propio yo* o autoconcepto se desarrolla paralelamente a la autoestima, de acuerdo a los planteamientos de algunos autores este proceso tiene un inicio progresivo desde la niñez y no tiene un transcurso estándar en al adolescencia –indicando fluctuaciones en el nivel del autoestima en la adolescencia-, por esto este desarrollo subjetivo y depende del contexto en el que el adolescente se desenvuelve.

Sin embargo, la formación de la autoestima y el autoconcepto también se ve influenciada por el impacto que cada uno de los contextos cause en el adolescente, es así como dicha formación depende del papel que realicen los padres, los profesores y los pares, además de la forma como los adolescentes perciban las experiencias y la forma como las maneje.

A lo largo de la revisión vemos como hay diferentes contextos y situaciones como la interacción social, la relación familiar, el manejo del tiempo libre que ayuda a desarrollar una alta o baja autoestima o autoconcepto, sin embargo en acuerdo con

Cornock y Gadbois (2003) la apariencia es uno de los factores más importantes en formación del autoconcepto y la autoestima.

En la actualidad vemos como cada vez más los adolescentes - en especial las mujeres- ponen como un aspecto fundamental en sus vida la apariencia física, debido a que a través de la buena evaluación de ella hace que el adolescente se sienta en un lugar importante y significativo donde tiene popularidad y liderazgo, sobre todo relacionado en el contexto social y en especial en la interacción con sus pares.

Sin embargo cuando esta es percibida de forma negativa, el adolescente experimenta una disminución del autoestima, estos niveles de autoestima baja son los que hoy en día esta conllevando a los adolescentes a desarrollar problemas psicológicos más comunes en este siglo como los trastornos de alimentación, las ideaciones suicidas, sentimientos de inferioridad, aislamiento social, la deserción escolar es refugio en drogas y alcohol entre otros.

Para finalizar es importante resaltar que logrando un adecuado desarrollo de la autoestima y el autoconcepto, conlleva a la formación de adolescentes estables, sanos psicológicamente, con herramientas adecuadas para asumir los cambios propios de la adolescencia y sobretodo conduce al desempeño seguro y adaptable de la conducta del joven. Para esto es fundamental la influencia de los padres como motor fundamental de aprendizaje de autoestima y autoconcepto, y la vinculación del adolescente a contextos adecuados y satisfactorios, donde la formación de interacciones no sean percibidas como amenazantes o de fracaso.

## Referencias

Barriga, F., Yáñez, M., Madrigal, R. Juárez, J, y Ríos, P. (1999) *Desarrollo humano y calidad: valores y actitudes*. México: Editorial Limusa.

Branden, N. (s.f.) How self-esteem develops. *Family Development Programs*. Recuperado el 28 de abril de 2005, en <http://www.members.tripod.com/discoveryprograms/id79.htm>.

Branden, N. (2001). *La Psicología de la Autoestima*. Barcelona: Editorial Paidós.

Bowker, A., Gadbois, S, y Cornock, B. ( 2003, July). Sports participation and self-esteem: *variations as a function of gender and gender role orientation*. Recuperado el 20 de Mayo de 2005, en [http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_m2294/is\\_2\\_003\\_July/ai\\_104634717](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m2294/is_2_003_July/ai_104634717).

Calvo, A., González, R, y Martorell, M. (2001). Variables relacionadas con la conducta prosocial en la infancia y la adolescencia: personalidad, autoconcepto y género [versión electrónica]. *Infancia y Aprendizaje*. 24, 1, 95-111.

Castillo, G. (2001). *Los adolescentes y sus problemas*. Pamplona: EUNSA

DuBois, D., Burk- Braxton, C., Swenson, L., Tevendale, H., Lockerd, E. y Moran, B. (2002, 1 de Septiembre ). Getting By With a Little Help From Self and Others: Self-Esteem and Social Support as Resources During Early Adolescence. [versión electrónica]. *Developmental Psychology*. Vol. 38, 5.

Escrivá, V., Samper, P. y Pérez, E. (2001). Clima familiar y desarrollo del autoconcepto. Un estudio longitudinal en la población adolescente. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 33, 3, 243-259.

Compas, B., Hinden, B. y Gerhardt, C. (1995). Adolescent development: Pathways and processes of risk and resilience [versión electrónica]. *Annual Review of Psychology*, 46, 265-293.

Fierro, A. (1999). Autoestima en adolescentes: Estudios sobre su estabilidad y sus determinantes. *Estudios de Psicología*. 45, 1, 85-107.

Gaete, F., Garrido, S. y Girón, N. (1997). Autoestima: *Definiciones e implicancias. Crítica al concepto en el contexto del capitalismo*. Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación. Recuperado el 26 de mayo de 2005 de [http://www.monografias.com/trabajos\\_16/concepto-de-autoestima/concepto-de-autoestima.shtml](http://www.monografias.com/trabajos_16/concepto-de-autoestima/concepto-de-autoestima.shtml)

Garaigordobil, M., Cruz, s., y Pérez, J. (2003). Análisis correlacional y predictivo del autoconcepto con otros factores conductuales, cognitivos y emocionales de la personalidad durante la adolescencia. *Estudios de Psicología*. 24, 1, 113-134.

Garaigordobil, M. (2004). Effects of a Psychological Intervention on Factors of Emotional\_[versión electrónica]. *European Journal of Psychological Assessment*. Vol, 20, 1, 66-80.

Givaudan, M., y Pick, S. (1995) Desarrollo de la Autoestima y de la Identidad Positiva: *yo papá, yo mamá*. México: Editorial Planeta

Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford.

Jenser, J. (2001). *Adolescente and emerging adolthood: a cultural aproach*. New Jersey: Prentic Hall Inic.

Koivula, N. (1999). Sport participation: Differences in motivation and actual participation due to gender typing. *Journal of Sport Behavior*, 22, 360-381. Recuperado el 31 de mayo de 2005, en [http://www.findarticles.com/p/articles/sport/mi\\_m2294/is\\_/ai\\_104544718](http://www.findarticles.com/p/articles/sport/mi_m2294/is_/ai_104544718).

Meyers, D. (1999). *Exploring Psychology*. New York: Worth Publishers.

Maiz, B. y Güereca, A (2003). Discapacidad y autoestima: *actividades para el desarrollo emocional de niños con discapacidad física*. México : Editorial Trillas.

Mruk, Ch. (1999). Auto-estima: *Investigación, Teoría y Práctica*. Bilbao: Descleé de Brouwer.

Nottelmann, E. (1995). Competence and Self-Esteem During Transition From Childhood to Adolescence [versión electrónica]. *Developmental Psychology*: Vol. 23, 3.

Papalia, D., Olds, S. y Feldman, R. (2001). *Desarrollo Humano*. Colombia: Mc Graw Hill.

Polaino, A. (2004). *Familia y autoestima*. Barcelona: Editorial Ariel.

Robins, R., Trzesniewski, K., Tracy, J., Gosling, S. y Potter, J. (2002). Global Self-Esteem Across the Life Span [versión electrónica]. *Psychology and Aging*. Vol. 17, 3.

Steingberg, L. (2002). *Adolescence*. Boston: Mc Graw Hill.

Trzesniewski, k., Donnellan, B. Y Robins, R. (2003) Stability of Self-Esteem Across the Life Span. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 84, 1.

Wigfield, A., Eccles, J., Mac Iver, D., Reuman, D. y Midgley, C. (1991).  
Transitions During Early Adolescence: Changes in Children's Domain-Specific  
Self-Perceptions and General Self-Esteem Across the Transition to Junior High  
School. *Developmental Psychology*. 27, 4, 552-565.