

LOS VALORES: EL “SÍ MISMO” Y LA FAMILIA.

*Rosa Balbina Aparicio Soto\**

Todos deseamos ser felices, ser reconocidos socialmente, tener paz, salud, dinero y, de una manera u otra, todos quisiéramos vivir eternamente. Es así, que ya Aristóteles definía los valores como “lo que todos apetecen” (Bartolomé, 1979). Los valores por representar lo bueno para todas las personas, motivan la voluntad. Además, los valores son principios esenciales de la personalidad. Así, la *libertad* es necesaria para tomar decisiones y dirigir la propia vida, lo cual lleva a la *responsabilidad* de nuestra conducta y al saludable desarrollo de nuestra personalidad. La aceptación y valoración de lo que somos (*autoestima*) también es otro valor necesario para la individualidad, la cual, es uno de los principios esenciales de la personalidad. Esta, además, se entreteje en la sociedad, por lo que también son importantes los valores como, *amistad verdadera*, *amor maduro*, *igualdad*, *reconocimiento social* para la integración social. Finalmente, la tensión religiosa constructiva, nos lleva a la *creatividad* para convertir “lo que es”, en “lo que debe ser”. Se trata de los valores básicos para la salud mental de cada persona. Estamos marcados por los valores. Estos, los deseamos como por instinto

---

\* Pontificia Universidad Católica del Perú.- Departamento de Teología.

porque son algo profundo y arraigado en nuestra naturaleza humana que nos van señalando el rumbo por donde la humanidad debe ir (igualdad, libertad, paz) (Humphrey, 1992). Observamos así, que los valores hacen referencia, en forma general, a lo que es bueno en sentido vital, para cada persona en particular como para toda la humanidad. En otras palabras, los valores abarcan al ser humano en todas sus dimensiones (individual, grupal, institucional, social, cultural e histórico).

El pensar aisladamente en cada valor, simplemente es una reacción natural, sentir un estado placentero profundo, como es por ejemplo, pensar en la libertad, la igualdad o en la paz. Existen ciertos patrones en el inconsciente que el individuo posee en común con toda la humanidad, a los que Jung llamaba “arquetipos” o “imágenes primordiales” definidos como los patrones o maneras de pensar que poseen las personas, simplemente por ser personas (May, 1994). Por otro lado, la influencia de nuestros pensamientos en el bienestar o malestar físicos son hechos comprobados en el nuevo campo de la neuropsicoimmunología (Resnick, 1997). Además de la salud física y psíquica, la presencia de valores en nuestro consciente nos permite utilizar criterios para evaluar las circunstancias (cotidianas o especiales) y actuar dándole un sentido a nuestra vida.

A través de la experiencia y el proceso de maduración aprendemos a integrar los valores aislados, en uno u otro contexto, dentro de un sistema organizado jerárquicamente, donde cada valor es ordenado en prioridad de importancia respecto a otros valores. Este ordenamiento está en relación a las necesidades físicas o espirituales más urgentes de la persona. Así, cada situación pone en actividad los valores relacionados con ella y puede ocurrir que dos o más valores estén en conflicto. Por ejemplo, en una situación particular, ¿es mejor buscar el respeto de sí mismo o el reconocimiento social? O en otra situación, ¿buscar el éxito o mantenernos honestos? O el hecho de ser ¿obedientes o independientes? (Rokeach, 1973). Presentaremos la importancia de algunos valores en el desarrollo psicosocial de la persona.

## EL “SÍ MISMO” Y LOS VALORES.

Ya Aristóteles hablaba de la “intelequia” comparándola, metafóricamente, con la bellota, única semilla del árbol destinada a convertirse en un roble si el entorno le brinda lo necesario. Igualmente, cada persona tiene un único “sí mismo” destinado a alcanzar las metas e ideales que se proponga, si su entorno le brinda un “clima humano”, necesario para desarrollar el “sí mismo”.

Según Allport, el “sí mismo” está compuesto por los aspectos que, en nuestra experiencia, consideramos como esenciales (opuesto a lo incidental o accidental), por la calidez de nuestras emociones (como opuesta a las emociones frías) y lo central (opuesto a lo periférico). Todos estos aspectos requieren un ambiente de valores para su desarrollo. Por ejemplo, *la libertad*, *la igualdad*, *el respeto de sí mismo*, son valiosos, justamente porque son necesarios para el desarrollo del “sí mismo”. Hasta podríamos decir que parece que los valores se originaran en la misma naturaleza del “sí mismo”, esencia del ser humano. Más aún, sabiendo que la mente llega infinitamente a mayores profundidades que cualquier área momentánea de la consciencia, por lo que Jung decía, que las grandes decisiones en la vida tenían una regla hecha más con los instintos y otros factores misteriosos del inconsciente, que con la voluntad consciente y buenos significados razonables (May, 1994).

El “sí mismo” se inicia en los dos primeros años de vida con la sensación de nuestro cuerpo, su calor y cercanía. Empezamos a conocer sus límites con la sensación de dolor, como por ejemplo, cuando nos causamos heridas, cuando tocamos algo o nos tocamos, al movernos, al ponernos de pie. Conjuntamente se inicia la unidad de continuidad de nuestro cuerpo, a la cual, no puede ingresar nada extraño: Hay un ejemplo de Allport, que permite clarificar la unidad y continuidad del “sí mismo” a lo largo de toda nuestra vida: imaginemos que escupimos en un vaso y luego ¡nos tomamos nuestra propia saliva! ¿cuál es el problema? ¡Todo el día estamos pasando nuestra saliva! Pero, ahora es distinto: la saliva ha salido de la corporalidad del sí mismo y regresa - de este modo, es extraña. Somos una individualidad que se desarrolla dentro de un propio continuo proceso personal con un contenido único. Al mismo tiempo se va reconociendo la identidad del “sí mismo” como un continuo

que tiene un pasado, un presente y un futuro. Vemos nuestro “sí mismo” como una entidad individual separada y diferente de los otros. ¡Tenemos un nombre! Y damos por sentado que seremos la misma persona mañana al levantarnos. Estamos en constante desarrollo sin dejar de ser los mismos. Los valores como la *libertad* para ser *creativos* o la *igualdad* de oportunidades son fundamentales para el desarrollo de lo que somos en esencia. Este principio de unidad en la continuidad debe tenerse en cuenta en el aprendizaje. Tanto los padres como los maestros deben brindar a los hijos y/o alumnos, un ambiente de serenidad, de comprensión, para que las experiencias externas no sean extrañas o agredan al educando y, puedan ingresar a esa unidad de continuidad tan propia y cerrada en cada ser. Un ambiente cálido y tranquilo, permite la reflexión y/o observación sobre las experiencias externas, haciéndolas familiares para que puedan ser asimiladas.

Entre los dos y cuatro años se comienza a valorar el “sí mismo” (autoestima), cuando reconocemos que en nosotros y en los otros el “sí mismo” tiene valor. Esto, está ligado al continuo desarrollo de nuestras competencias (empieza con la competencia de control de esfínteres). Reconocemos que todos somos competentes porque todos logramos cosas. Por eso, desesamos el *éxito*, el *reconocimiento social* de nuestra individualidad. La extensión de nuestro “sí mismo” comienza a desarrollarse cuando ciertas cosas, personas y eventos centrales y cálidos, a nuestro alrededor, son esenciales para nuestra existencia. Este reconocimiento comienza entre los cuatro y seis años. Algunas personas definen su *self* en términos de sus padres, su esposa o niños, su grupo, sus parientes, comunidad, colegio, nación. Algunos encuentran su identidad en actividades: “yo soy profesor”, “yo soy estudiante”. Otros encuentran su identidad en un lugar: “mi casa”, “mi oficina”. “Cuando mi niño comete un error ¿por qué me siento culpable?” “Cuando golpean mi carro ¿por qué siento como si me hubieran golpeado a mí?” Este es otro peldaño del crecimiento de nuestro sí mismo. Conforme el niño amplía la percepción de su entorno, empieza a verse a sí mismo como, “yo soy como los otros me ven”. Existe la impresión que hago “mi imagen”, mi valor social o status, incluyendo mi identidad sexual, a partir de la valoración de los demás. Este es el comienzo en que el ideal del sí mismo es asumido por la conciencia. Entre los seis y doce años el niño empieza a potenciar sus habilidades para tratar

los problemas de la vida en forma efectiva y racional. A los doce años el propio “sí mismo” ya se propone tener metas, ideales, planes, vocaciones, una sensación de dirección, de intención.

Lo expuesto arriba lleva a buscar una relación con los siguientes valores ampliamente utilizados en la literatura occidental:

“Amistad verdadera (compañerismo), amor maduro (intimidad sexual y espiritual), armonía interior (libre de conflictos internos), felicidad (contento, satisfacción), igualdad (hermandad, iguales oportunidades para todos), libertad (independencia, libre elección), placer (una vida deleitable y tranquila), reconocimiento social (respeto, admiración), respeto de sí mismo (autoestima), sabiduría (comprensión madura de la vida), salvación (vida eterna, trascendencia), seguridad familiar (cuidar de los seres queridos), seguridad nacional (protección contra la violencia), sentimiento de realización (sentimiento de haber realizado una contribución que perdura), vida cómoda (vida próspera), vida excitante (vida estimulante, activa), un mundo de belleza (belleza de la naturaleza y de las artes) mundo de paz (libre de guerras y de conflictos).” (Aparicio, 1997)

La práctica de estos valores permiten el desarrollo del “sí mismo” o *self*, y el desarrollo del “sí mismo” lleva a la práctica de los valores.

## LOS VALORES EN LA FAMILIA.

La palabra “hogar” viene del latín “focus” que significa fuego y, a esta, están ligadas las figuras de: calor, casa, vida de familia, amor, calidez y al ambiente favorable generado por la comunicación eficaz (que desarrolle el “sí mismo” y los valores) entre los miembros del grupo familiar. Los padres son la “piedra angular” del hogar, de quien depende el desarrollo del “sí mismo” y los valores en sus hijos. Por tanto, es la pareja, la primera en reflexionar sobre el “sí mismo” de ambos y en la ayuda mutua para ello. Así, estarán sincronizados para hacer un trabajo en conjunto para desarrollar el “sí mismo” y los valores en los hijos.

El amor genuino, base del matrimonio, es más que un sentimiento. Se trata de actos y acciones en los que interviene la volun-

tad e inteligencia (propias del ser humano) que lleva al desarrollo espiritual de la pareja y a tomar la decisión de formar una familia. La espiritualidad significa lo más elevado de la mentalidad, como son, el trazarse metas, ideales y alcanzarlos, el asimilar lo bueno de las experiencias de las personas que los rodea, de los de su generación y generaciones anteriores y, el devolver lo mejor de cada uno a los demás. Así, el desarrollo saludable del ser humano lleva a mejorar la convivencia, buscando los valores como, *igualdad, libertad, paz, amistad verdadera, amor maduro, armonía interior*. En pocas palabras, el desarrollo espiritual es el desarrollo del “sí mismo”. Así, es importante que la pareja no confunda el amor genuino con el amor romántico o la atracción sexual. En la mayoría de parejas se observa esta confusión y, por consiguiente, se preocupan porque reaparezca el amor romántico y la atracción sexual, olvidándose de desarrollar el amor auténtico. Este, es el que verdaderamente no decrece, sino por el contrario está en constante aumento pero, requiere de practicarlo. Consiste en tener claras las metas, ideales personales y las del ser amado y actuar en función del crecimiento espiritual de ambos.

El mito universal del amor romántico es el más falso de los mitos y lo encontramos en la mayoría de historietas infantiles, de adolescentes y hasta de adultos sobre la pareja ideal o del príncipe y la princesa que se encuentran y se casan y viven felices para siempre. Mito falso que sigue influyendo en los matrimonios actuales. Tampoco hay que confundir amor verdadero con atracción sexual. Esta, una vez satisfecha, es normal que baje. Lo que mantiene a la pareja unida es experimentar que va creciendo su “sí mismo”, que son nuevos cada día, que no vegetan, sino que viven. El amor genuino es el que ayuda al crecimiento del “sí mismo”, por eso, amar es ayudar a que la pareja sea ella misma y no lo que nosotros pretendemos que ella sea. Para esto, se requiere de inteligencia y voluntad sobre nuestros actos y actividad, que lleven a la realización de ambos. Es necesario saber escuchar a la persona amada para conocer y respetar los sentimientos e intenciones del otro para que también conozca y respete los nuestros. La comunicación eficaz es como un espejo, en el cual, la pareja ve más claramente sus intenciones y sentimientos y puede tomar las decisiones correctas. Esto se logra escuchando “ojo a ojo” y no haciendo juicios de valor sobre el otro. No es fácil amar genuinamente, se requiere de ma-

durez, los resultados valen el esfuerzo. Sólo así, desarrollará el “sí mismo”. Sentiremos la felicidad de estar creciendo en humanidad y gozaremos de la armonía interior.

Por lo expuesto el amor genuino requiere de la practica de los valores, libertad, igualdad, respeto de sí mismo y del otro, responsabilidad, comprensión, sinceridad, sentimiento de realización, amabilidad, cortesía, paz. La atracción sexual aparecerá y desaparecerá por su propio peso pero, es el amor genuino el que llevará al éxito a la pareja. Cuando la pareja confunde la atracción sexual o el amor romántico con el amor genuino, después de satisfacer la atracción sexual, ésta bajará, como es normal, pero sentirán o pensarán que ha decrecido el amor. Por tanto, se preocuparán porque la atracción sexual no decrezca, e intentarán artificios, porque “el amor” es importante en la vida de las personas. Esta confusión, no los deja practicar el verdadero amor, que “nunca muere”. Aquí aparece la rutina, la experiencia de no crecer como personas. En otras palabras no viven, sino vegetan. Este ambiente los asfixia y los vuelve irritables y a la violencia sigue la destrucción de la pareja, si es que no reflexionan, sobre lo que es el verdadero amor y tienen la voluntad, inteligencia y coraje para practicarlo. Esta confusión, ha llevado a muchas parejas a desequilibrios mentales. El director de una clínica psiquiátrica encontró que el 70% de las personas internadas se debía a la confusión entre la atracción sexual y el amor verdadero o a la confusión entre amor y sobreprotección. En el caso de la pareja, el haberse equivocado al escoger la pareja de su vida, les ocasionaba la enfermedad psicológica. (Peck, 1979).

Con relación a los hijos, tampoco los padres deben confundir el amor auténtico con la sobreprotección. Deben mirar los actos y actividades del niño con profundidad, visualizando el crecimiento del “sí mismo” del niño en todo momento. Observando que el niño, desde que abre los ojos esta buscando el contacto “ojo a ojo”, el ser acogido, comprendido, pidiendo un apoyo, un acompañante en el nuevo camino que tiene que realizarlo por sí mismo, por que no hay otra manera de crecer.

El tono de voz sereno, seguro, tranquilo de los padres, permitirá al niño asimilar, de la mejor manera, sus experiencias para desarrollar su “sí mismo”. El niño desde que nace trae el impulso

de experimentar su entorno y, es a través de las sensaciones, que va reconociéndose y conociendo su entorno. Los padres son los acompañantes de este desarrollo, son los facilitadores del aprendizaje de sus hijos en sus propias experiencias cotidianas. Nunca los padres deben sentirse dueños de los hijos. Ellos traen su propia "intelequia" dada por la maravilla de la naturaleza, los padres sólo son los administradores de esa semilla que requiere de los valores humanos para germinar. Los errores cometidos por los niños (y también por los adultos), les hacen ver claramente donde está el error y de inmediato querrán evitarlo. Es necesario no confundir al niño, para que pueda percibir de forma clara y constante y, por sí mismo, dónde están los errores. Cuando a los hijos no se les permite desarrollar su "sí mismo" sino se les impone normas, sin un criterio claro y según el estado de ánimo de los padres, se hace que los hijos las cumplan o no, se producen confusiones en los hijos sobre lo que es correcto e incorrecto y la insatisfacción del desarrollo de su esencia. Esto genera la incomprensión entre padres e hijos y entre hermanos, produciéndose la violencia por defender cada uno su "sí mismo".

Todo acto o actividad primero se piensa. Preguntémonos ¿que valor estoy transmitiendo en este acto? Pensemos en ¿cómo estoy desarrollando mi "sí mismo"? ¿dejo que mi pareja, mis hijos, desarrollen su "sí mismo"? Si nos hacemos constantemente estas preguntas nos volveremos más reflexivos y menos habladores. Nuestra mirada se volverá más profunda, mirará directamente a los ojos del ser amado, de nuestros hijos, hermanos y comunicará paz, sabiduría, tranquilidad, felicidad. Preocupémonos principalmente en el hogar por el desarrollo espiritual o del "sí mismo", de los valores en general, empezando por los padres y continuando con los hijos y, de este modo, se nos ocurrirá como tomar decisiones y solucionar problemas cotidianos, que a su vez implican el involucrarnos en tareas sociales con perspectiva material.

#### RESUMEN.

Los valores y el "sí mismo" están en estrecha relación, mutuamente dependiendo de sus desarrollos. Metafóricamente, el "sí mismo" es la semilla que requiere del ambiente de los valores para

germinar. El primer espacio donde se encuentran el “sí mismo” y los valores es el hogar. El cual, se construye en base al amor verdadero. Por tanto, es importante que la pareja conozca lo que es el amor genuino y no confundirlo con el amor romántico o la atracción sexual. Igualmente, los padres no deben confundir el amor verdadero con la sobreprotección hacia sus hijos. Cuando no se realiza o practica los principios esenciales para la vida de la persona, ésta lucha por lograrlos y es cuando aparece la violencia en el hogar.

## REFERENCIAS

- ALLPORT, GORDON. EN: C. GEORGE BOEREE  
1998 Gordon Allport 1897 – 1967: <http://www.ship.edu/~cgboeree/alport.html>
- APARICIO, ROSA.  
1997 *Orientación Valorativa de Estudiantes en una Universidad Particular* Tesis para optar el Grado de Magister en Psicología en la Pontificia Universidad Católica del Perú.
- BARTOLOMÉ, MARGARITA, FERREIROS, PILAR, FONDEVILA, JOSÉ MARÍA Y MORILLA, MERCEDES.  
1979 *Educación y Valores. Sobre el sentido de la acción educativa en nuestro tiempo*. Madrid: Narcea.
- HECHTER, MICHAEL, NADEL, LYNN, AND MICHOD, RICHARD (EDITORS).  
1993 *The Origin of Values*. New York: Aldine de Gruyter.
- HUMPHREY, ROBERT.  
1992 *Values. For a New Millennium. Activating The Natural Law to: Reduce violence; Revitalize Our Schools; Promote Cross-Cultural Harmony*. USA: Manuscript.
- IGLEHART, RONALD.  
1997 *Modernization and Postmodernization. Cultural, Economic, and Political change in 43 societies*. New Jersey: Princeton University Press.
- MAY, ROLLO  
1994 *The Art of Counseling*. (4<sup>th</sup> P.). New York, London: Gardener Press.
- PECK, M. SCOTT  
1979 *The Road Less Traveled. A New Psychology of Love. Traditional Values and Spiritual Growth*. New York: Simon and Schuster.

RESNICK, STELLA

1997 *The Pleasure Zone. Why We Resist Good Feelings & How to Let Go and Be Happy.* Berkeley, CA: Conari Press.

ROKEACH, MILTON

1973 *The Nature of Human Values.* New York: Free Press.