

Podemos identificar a la autoestima como la *actitud del sujeto hacia si mismo*. Luego, si clarificamos la definición de actitud, podemos avanzar en la definición del término autoestima. En el texto de Lewis Airen, “Tests Psicológicos y evaluación”. Leemos:

Una actitud es una predisposición aprendida a responder positiva o negativamente a cierto objeto, situación, institución o persona. Como tal, consiste en componentes cognoscitivos (de conocimiento o intelectuales), afectivos (emocionales y motivacionales) y de desempeño (conductuales o de acción). A pesar de que el concepto de Actitud no es distinto al de interés, opinión, creencia o valor, existen diferencias en la forma en que se utilizan estos términos. Un interés es un sentimiento o preferencia con respecto de las actividades propias. A diferencia de la actitud, que implica aprobación o desaprobación (un juicio moral), estar interesado en algo sólo significa que la persona pasa tiempo pensando en eso o reaccionando ante eso, sin importar si sus pensamientos y comportamientos son positivos o negativos. Una opinión es una reacción específica ante ciertos sucesos o situaciones en tanto que una actitud es más general en sus efectos sobre las respuestas de una persona hacia una amplia variedad de personas o eventos. Además, la gente está consciente de sus opiniones, pero quizás no lo esté por completo de sus actitudes. Las opiniones son similares a las creencias, en el hecho de que ambas son juicios o aceptaciones de ciertas proposiciones como verdades, pero los respaldos verdaderos para las opiniones por lo regular son más débiles que aquellos para las creencias. Por último, el término “valor” se refiere a la importancia, utilidad o valor que se da a actividades y objetivos particulares, por lo regular como fin pero con potencialidad para ser medio también

Como información complementaria a lo anterior podemos afirmar lo siguiente:

- La actitud es una reacción – disposición hacia un estímulo específico: por ejemplo su actitud hacia la pena de muerte, o hacia la política, o hacia la religión, o hacia su profesión. Es decir, no existe una actitud generalizada hacia un conjunto de diversos estímulos.
- La actitud precisa del conocimiento, de aquello que genera en nosotros una reacción – disposición.
- La actitud es íntima, subjetiva, personal y generalmente no se manifiesta externamente cuando existen “vallas”. Por ejemplo, la actitud negativa (de rechazo), de un estudiante hacia su profesor. La “valla”, en este caso, sería la posibilidad de reprobar la asignatura.
- La actitud tiene tres componentes:
 - 1º Componente cognitivo. Refleja nuestras creencias, lo que sabemos, nuestra postura intelectual frente al estímulo. Para visualizar, en mejor forma, cada componente, citaremos ítems de una escala Likert tendentes a medir la actitud de un estudiante de pedagogía hacia la profesión docente; recuérdese que en este caso las opciones son “Muy de Acuerdo”, “De acuerdo”, “Indiferente”, “En desacuerdo” o “Muy en desacuerdo”. Afirmación: “ESTUDIO PEDAGOGÍA PORQUE ES LA PROFESIÓN MÁS IMPORTANTE DE TODAS”.
 - 2º Componente afectivo, Refleja el agrado o desagrado que nos produce el estímulo Ejemplo de ítem: “DISFRUTO HACIENDO CLASES”.
 - 3º Componente tendencial o disposición a la acción, Se refiere a lo que estamos dispuestos a hacer. (Ojo: no lo que hacemos...si no lo que estamos dispuestos). Ejemplo de ítem: “SI OBTUVIERA UN PREMIO DE UN MILLÓN DE DÓLARES, CONTINUARÍA ESTUDIANDO PEDAGOGÍA”.
- He incluido el tema de las actitudes pues, en el fondo, podemos afirmar que LA AUTOESTIMA ES UNA ACTITUD HACIA UNO MISMO. Luego – en este caso – el estímulo es el propio sujeto, y así, los componentes corresponderían a : componente cognitivo = autoconcepto; componente afectivo = autoaceptación y componente tendencial = auto superación personal.
- La autoestima es uno de los valores más importantes del ser humano. Es muy difícil educar a alguien con baja autoestima.
- En el test de Coopersmith, se visualizan por lo menos 4 escalas de autoestima de estudiantes: AUTOESTIMA EN EL HOGAR; AUTOESTIMA ESCOLAR; AUTOESTIMA SOCIAL Y AUTOESTIMA GENERAL.

CURSO DE ORIENTACIÓN GUÍA N° 7. AUTOESTIMA. INVENTARIO DE COOPERSMITH. PROFESOR J.MAZZEI

NOMBRE COMPLETO: _____

CURSO/CARRERA: _____ FECHA DE NACIMIENTO: _____ FECHA DE HOY: _____

N°		IGUAL QUE YO	DISTIN TO A MI		
1	Paso mucho tiempo soñando despierto(a)				
2	Estoy seguro(a) de mi mismo(a)				
3	Deseo frecuentemente ser otra persona				
4	Soy simpático(a)				
5	Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos				
6	Nunca me preocupo por nada				
7	Me abochorno (me da “plancha” o vergüenza) si tengo que pararme a hablar frente al curso				
8	Desearía ser más joven				
9	Hay muchas cosas acerca de mi mismo(a) que me gustaría cambiar si pudiera				
10	Puedo tomar decisiones fácilmente				
11	Mis amigos disfrutan y la pasan bien cuando están conmigo.				
12	Me siento incómodo en mi casa fácilmente.				
13	Siempre hago lo correcto				
14	Me siento orgulloso de mi trabajo (en el liceo, escuela, cft, instituto o universidad)				
15	Tengo siempre que tener a alguien que me diga lo que tengo que hacer.				
16	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cosas nuevas				
17	Frecuentemente me arrepiento de las cosas que hago				
18	Soy popular entre los compañeros o compañeras de mi misma edad				
19	Usualmente mis padres consideran mis sentimientos				
20	Nunca estoy triste				
21	Estoy haciendo el mejor trabajo que puedo				
22	Me doy por vencido o vencida fácilmente				
23	Usualmente puedo cuidarme a mi mismo(a)				
24	Me siento suficientemente feliz				
25	Preferiría jugar con personas menores que yo				
26	Mis padres esperan demasiado de mí.				
27	Me gustan todas las personas que conozco				
28	Me gusta que los profesores o profesoras me interroguen en clases				
29	Me entiendo a mi mismo(a).				
30	Me cuesta comportarme como en realidad soy				
31	Las cosas en mi vida están muy complicadas.				
32	Las demás personas casi siempre siguen mis ideas.				
33	Nadie me presta mucha atención en casa.				
34	Nunca me retan o regañan				
35	No estoy progresando en mis estudios como debiera.				
36	Puedo tomar decisiones y cumplirlas				
37	Realmente no me gusta ser muchacho(si Ud., es varón) o muchacha (si Ud., es mujer)				
38	Tengo una mala opinión de mi mismo/a				
39	No me gusta estar con otras personas.				
40	Muchas veces me gustaría irme de la casa.				
41	Nunca soy tímido o tímida				
42	Frecuentemente me siento incómodo o incomoda en la escuela, liceo o universidad.				
43	Frecuentemente me avergüenzo de mi mismo/a				
44	No soy tan bien parecido/a (bonito o bonita, “pintoso” o “pintosa”, lindo o linda) como otra gente.				
45	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.				
46	A los demás les da conmigo (me persiguen, me molestan y no me sueltan).				
47	Mis padres me entienden				
48	Siempre digo la verdad				
49	Mi profesor/a me hace sentir que no soy gran cosa.				
50	A mí no me importa lo que me pasa.				
51	Soy un fracaso				
52	Me incomodo fácilmente cuando me llaman la atención (me regañan)				
53	Las otras personas son más agradables que yo				
54	Usualmente siento que mis padres esperan más de mí				
55	Siempre sé que decir a otras personas				
56	Frecuentemente me siento desilusionado de mí, en el lugar donde estudio				
57	Generalmente las cosas no me importan.				
58	No soy una persona confiable para que otros dependan de mí				

PERSONA QUE APLICÓ EL INVENTARIO: _____

M:	PB:	T:		P. BRUTO	PUNTAJE T	INTERPRETACIÓN
				G		
				S		
				E		
				H		