

La autenticidad del Educador.

La autenticidad, el ser genuino, tiene dos caras: una interna y otra externa. La interna se refiere al grado en que el educador tiene acceso consciente, es receptivo a todos los aspectos de su flujo de experiencia. A este proceso lo llamamos “congruencia”. La otra cara se refiere a la comunicación explícita por parte del educador de sus percepciones, actitudes y sentimientos conscientes. Esta vertiente es denominada “transparencia”.

Rogers, considera la autenticidad como la actitud más fundamental para poder ejercer como educador, las otras dos actitudes que nos habla son la empatía y la aceptación.

La autenticidad en terapia precisa que el educador sea su sí mismo actual durante el encuentro con el educando. Sin fachadas, el educador se muestra abierto a los sentimientos y actitudes que fluyen en su interior en ese momento. Para ello es necesaria la auto percepción, es decir que pueda tener acceso a sus propios sentimientos y ser capaz de vivirlos, experimentarlos en relación y comunicarlos si persisten. El terapeuta contacta con el cliente de forma directa, de persona a persona. No se niega a sí mismo, sino que es él mismo. Esto implica evitar la tentación de mostrar una fachada, esconderse tras una máscara de profesionalismo, o asumir una actitud profesional-confesional.

Esto no es nada sencillo, ya que autenticidad implica más que la simple sinceridad; implica una transparencia entre lo que siento, lo que pienso, y lo que digo, una coherencia entre mis palabras, mis sentimientos y mi vida. Supone hasta cierto punto, al menos, ser uno mismo, haber viajado al propio interior, como dije anteriormente. Por tanto, para poder ayudar al otro a ser consciente y responsable de sus emociones y experiencias, hay que haber pasado también por el propio conocimiento y autoaceptación sin máscaras.

La auto aceptación es la condición fundamental de una existencia humana plena y sana.

“En la raíz de todo está el hecho de aceptarse a mí mismo. Tengo que estar conforme con ser lo soy; conforme con tener las cualidades que tengo; conforme con mantenerme en los límites que se han impuesto. Esta aceptación, hecha de sinceridad y valentía, constituye el fundamento de toda existencia”. (Guardini).

Por ello, decimos que se acepta uno mismo como es cuando:

- © Reconoce sus propias cualidades.
- © Toma conciencia de su propio valor.
- © Afirma su propia dignidad como persona.
- © Posee un yo del que tiene que avergonzarse ni ocultarse.

Toda persona puede aceptarse tal como es o no aceptarse. Si se acepta, crece como persona, madura y vive la vida en plenitud. Si no se acepta, se estanca, permanece inmaduro y vive la vida como “pesado saco que se lleva a cuestras”. Por tanto, todo hombre está llamado a elegir entre lo mejor y lo peor que se le puede sacar. Y este es nuestro reto: elegir bien.

Ser nosotros mismos tiene muchas consecuencia; por un lado somos Libres para tener y expresar a los otros nuestras propias ideas, emociones y opciones que hacemos en la vida.

Por otro, las personas auténticas, las que se esfuerzan por ir creciendo paulatinamente, pueden en libertad pensar sus propios pensamientos y tomar sus propias opciones. No sienten la necesidad de contar con el beneplácito de los demás ni están al capricho de lo que digan o dejen de decir los otros. Sus pensamientos, sentimientos y decisiones no “se alquilan” sencillamente.

Antes de poder estar seguro de lo que soy y lo que puedo llegar a ser verdaderamente, tengo que ser libre y capaz de expresar:

- ♠ Mis pensamientos.
- ♠ Hacer saber mis opiniones y mis valores.
- ♠ Exponer mis miedos y mis frustraciones.
- ♠ Reconocer mis errores y mis motivos para avergonzarse y compartir mis éxitos.

Aquí se trata de entrar en relación con la totalidad de sí mismo tal como se es, sin máscaras o actitudes de protocolo, de compromiso, de diplomacia, de acercamiento oblicuo.

Esta congruencia es un factor crucial en el establecimiento de confianza, de forma que la aceptación y la empatía sólo son efectivas cuando son percibidas como genuinas.

El educador tiene que llegar a entender que ser digno de confianza requiere que sea real y de esta forma podrá inspirar confianza a los demás. Cuando el educador se muestra natural y espontáneo es más eficaz. En definitiva el educador eficaz es aquel que es capaz de abrirse y ser él mismo en la relación con los demás.

También debemos entender que no existe apertura a la experiencia del cliente si no existe apertura a la propia experiencia, de la misma manera el educador no podrá acompañar al educando más allá de donde se encuentre él mismo como persona.

Para poder hacer este camino de apertura es fundamental la relación con los otros, influir y ser influido.

Influir no es:

- ☛ Ejerce poder sobre otro.
- ☛ ni es manipular a los otros para conseguir lo que se quiere.

Influir significa:

♠ Ponerse a disposición de los otros, como si dijese: *“Soy el que soy. Ya sé que no soy ni el mejor ni el peor; pero todo lo que soy está a vuestra disposición”*.

Ser Influido es recibir esto, confiando en que hay otras personas que también están dispuestas a ponerse al alcance de los demás.

Influir y ser influido refleja la actitud de ser agente y de ser esponja, sin forzar a nadie a aceptar lo que le dan, ni quiere que nadie impóngalo que le ofrecen. Influir no es poder; influencia es una invitación, como si dijese : “ tal como yo he llegado a ser lo que soy, os invito a que intentéis ser lo que podéis ser”.

Este desarrollo personal no debería quedar limitada al periodo de entrenamiento, sino ser contemplada como una tarea para toda la vida. Para poder realizar este trabajo es necesario correr riesgos personales y aceptar la vulnerabilidad, entendiendo esta como exponerse, partiendo de esa fuerza interna que no rehuye las consecuencias de la sinceridad y la transparencia.

La transparencia es la última barrera a la autenticidad; es la comunicación explícita por parte de educador de sus propias experiencias. Nuestros educandos nos llegan a conocer a través de todo lo que hacemos o dejamos de hacer. En este tipo de auténtico encuentro se dan momentos en que el educador casi abandona su rol profesional y toma contacto con el educando de forma personal y profundamente humano.

En resumen sólo seré auténtico cuando lo que piense, sienta y diga corresponda con la realidad de mi deber ser.

YO SOY YO

En todo el mundo, no hay nadie exactamente como yo.

Hay personas que tienen algunas partes en que se parecen a mí, pero nadie es idéntico a mí.

Por lo tanto, todo lo que sale de mí es auténticamente mío porque yo sola lo elegí.

Todo lo mío me pertenece –mi cuerpo, mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo las imágenes que perciben; mis sentimientos, cualesquiera que éstos puedan ser: coraje, alegría, frustración, amor, desilusión; mi boca, y todas las palabras que salgan de ella, agradables, dulces o bruscas, justas o injustas; mi voz, fuerte o suave;

Y todos mis actos, sean éstos para otros o para mí misma.

Me pertenecen todos mis triunfos y éxitos, todos mis fracasos y errores.

Porque todo lo mío me pertenece,

Puedo llegar a familiarizarme íntimamente conmigo misma.

Y al hacer esto puedo amarme y aceptarme,

Y aceptar todas las partes de mi cuerpo.

Entonces puedo hacer posible que todo lo que me pertenece

Trabaje para lograr lo mejor para mí.

Sé que hay aspectos de mí misma que me confunden, y otros que no conozco.

Pero mientras me conozca y me ame,

Puedo buscar valerosamente y con esperanza

La solución a mis confusiones

Y la forma de conocerme más.

La forma como luzca, como suene para los demás,

Lo que diga o haga, lo que piense

Y lo que sienta en un momento determinado soy yo.

Esto es auténtico y representa dónde estoy en este momento.

Virginia Satir