

Un nuevo curso:

Después de un merecido descanso veraniego vamos a empezar el curso escolar con el objetivo de, cómo decía mi padre, “despacito y con buena letra”, conseguir superar el máximo número de pruebas.

Los escolares que padecen Síndrome de Tourette (ST) suelen tener una inteligencia normal e incluso superior a la de otras personas. Pero esta inteligencia que utilizamos para aprender a veces se encuentra enfrentada a una serie de barreras, algunas de las cuales son consecuencia del propio ST.

Ya nos vamos acostumbrando a escuchar que existe una inteligencia llamada emocional y que no es la misma que la inteligencia cognitiva, que nos sirve para aprender. Hace unos días leía un artículo que hablaba de seis tipos de inteligencia y pensé: “¡Con razón podemos ser tan diferentes unas personas de otras!”

Pues bien, una de las capacidades que a veces nos falla es la **autoestima**, que se define como *el aprecio que cada persona siente por sí misma*, fruto del reconocimiento de las propias cualidades y defectos.

Según nuestra especialista Dña. Diana Vasermanas en su artículo “Autoestima, resolución de conflictos y ST”, colgado en nuestra web en Escuela de todos:

¿Cuántas veces nos hemos excluido a nosotros mismas de algunos propósitos que nos interesaban o nos hacían ilusión, usando como excusa para nuestra negativa razones como: “no puedo”, “no valgo”, “soy torpe” o “soy tonto”?

¿Cuántas veces nos hemos sentido avergonzados o que somos menos que los demás por nuestros supuestos defectos o nuestras hipotéticas o reales carencias, o nos hemos complicado la vida para intentar conseguir la aprobación de los demás? Probablemente muchas veces nos hemos comportado o hemos sentido así, y aunque parezcan arbitrarias, es bueno saber que estas actitudes tienen que ver con nuestra no siempre bien tratada autoestima.

Este sentimiento está integrado por un conjunto de fenómenos, como los pensamientos, sensaciones, juicios, emociones, actitudes y afectos hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, hacia nuestro cuerpo y nuestro carácter.

La autoestima puede ser positiva o negativa:

***La autoestima positiva** se basa en el conocimiento y aceptación de uno mismo, de nuestras posibilidades y limitaciones, de nuestros aciertos y nuestros errores. La valoración positiva de uno mismo constituye una condición básica para el equilibrio emocional y la salud mental del ser humano, y es el punto de partida para apreciar y valorar positivamente a los demás.*

Las personas con autoestima positiva poseen la suficiente confianza en sí mismas para afrontar con cierta seguridad sus temores y dificultades.

Una sana autoestima conlleva el reconocimiento de las propias cualidades y valores.

***La autoestima negativa** es motivo de dolor, insatisfacción e infelicidad. La baja autoestima se manifiesta en desconfianza en las propias capacidades para afrontar los riesgos o los problemas, y a través de una excesiva autocrítica como mecanismo para superar sentimientos de miedo y ansiedad.*

Nuestra autoestima se va constituyendo a lo largo de la vida a través de las propias experiencias y también a través de los mensajes que recibimos de los demás. En este sentido, la autoestima es un valor relacionado con procesos psicológicos, pero también es un proceso dinámico variable que puede mejorar o empeorar, según las experiencias y las relaciones humanas establecidas durante la vida.

El resultado de este proceso depende de la interacción de una serie de factores, involucrados en la relación que cada individuo establece consigo mismo.

En el libro “El hombre que confundió a su mujer con un sombrero” de Oliver Sacks, (1985) dicho autor comenta: Se hizo patente que ciertas personas, podían tomar “el síndrome de Tourette” y acomodarlo dentro de una personalidad flexible, beneficiándose incluso de la rapidez de pensamiento, asociación e inventiva que lo acompañaba.

Lo anterior es sólo un ejemplo de lo que podemos lograr las personas que tenemos ST si sabemos aprovechar y canalizar esa energía que nos sobra para compensar esas otras “cositas” que nos fallan o que no podemos controlar.

Para terminar os pongo un caso real que demuestra cómo se puede llegar a mucho más que superar un curso escolar:

En el artículo titulado “*Los caminos de la autonomía*” de José Huerta Ibarra (Copyright © 2008 Paedagogium.com) el autor comenta:

“Podría pensarse que existen actividades para las que es inconcebible que un individuo con síndrome de Tourette pueda realizarlas. Entre ellas están las propias de un cirujano.

Sacks conoce a cinco cirujanos con síndrome de Tourette. Pero el primero de ellos, que dio pie a la publicación de un artículo que leyeron los otros cuatro, es el doctor Carl Bennett. Trabaja en un Hospital de Branford, al sudeste de la Columbia Británica en Canadá. Por el síndrome tuvo ciertas dificultades para ser aceptado en los Hospitales norteamericanos. En este caso, vemos con claridad cómo un factor que afecta el grado en que se puede tener autonomía tiene que ver con el entorno social en cuanto su apertura para las acciones nuevas y significativas en cualesquiera de los roles que puede tener un ser humano en su vida. Es decir, tiene que ver con la gama de oportunidades que ofrece el ambiente. Hay que tener presente esto cuando se confrontan culturas que limitan las oportunidades que pueden tener algunas personas.....

Sacks presencia una operación realizada por el doctor Bennett. Durante ella, el doctor se mantiene controlado, elimina toda manifestación del síndrome y efectúa una operación precisa, correcta, impecable. Luego de convivir con la familia del doctor, Sacks acepta ser llevado en un avión pilotado por Bennett. Durante el vuelo, el doctor conduce con habilidad y confianza. Bennett es aceptado por el personal del Hospital como un cirujano competente, seguro, eficaz. Su familia le quiere y él siente a la enfermedad como “divertida... no la considera una enfermedad sino una parte de él mismo.”

Aunque los síntomas del ST nos angustien cuando se apoderan de nosotros, tenemos que pensar en “que podemos conseguir hacer una vida en la que demos cada uno de nosotros aquello que mejor podemos hacer y no pensar demasiado en lo que nos cuesta más trabajo. Si pensamos en lo segundo, que sea para ponernos a trabajar por si alguna vez conseguimos aliviar alguna discapacidad”.

Vamos por otro curso y te deseo lo mejor. **TU TAMBIÉN LO VAS A CONSEGUIR.**

En Puente Genil, a 10 de septiembre de 2011

Salud Jurado Chacón