

La cultura del esfuerzo



Ana Rodríguez Ortiz
Terapeuta de familia

Todo lo que he dicho en los últimos artículos tienen un hilo conductor que lo relaciona con lo que se llama la Cultura del Esfuerzo y como creo que ésta está un poco olvidada, o al menos poco valorada como se ha visto en los últimos exámenes de la EVAU, sin ir más lejos, quiero dedicarle el artículo de este mes.



El esfuerzo ya no está de moda

Hubo un tiempo en el que nuestros abuelos habían logrado sobrevivir gracias al esfuerzo y al tesón, según sus propias palabras, sintiéndose orgullosos por ello. Pero como los tiempos cambian, me atrevería a decir que ahora vivimos en el otro extremo y no porque todo haya mejorado, no haya paro, y las familias vivan felices, sino porque el esfuerzo está bajo mínimos, el consumismo en alza y el sacrificio es casi inexistente (la palabra queda asociada al ámbito religioso por lo general) y se está instalando la falsa idea de que nuestras metas son fáciles de conseguir, y la cultura del “mínimo esfuerzo” se está imponiendo por momentos. Afortunadamente sigue habiendo personas que se salen de la regla.

Nos estamos acostumbrando a que un solo “clic” nos acerque a todo lo deseado, parece que todo es fácil, asequible e inmediato. Todo se puede com-

prar o conseguir con facilidad, de ahí la proliferación de tantos servicios rápidos que en cuestión de 2 horas nos pueden servir lo pedido. Incluso nos han hecho creer que podemos aprender idiomas y estar en buena forma física en el mínimo tiempo. Las redes sociales nos acercan a un falso éxito que se confunde con tener muchos “likes o seguidores” que por lo que veo debe ser de lo más gratificante...

No deja de ser curioso que el esfuerzo esté tan poco valorado, cuando todos sabemos que las cosas que verdaderamente valen la pena no se consiguen jugando o esperando que sucedan en actitud pasiva, sino que son el resultado de muchos esfuerzos continuados, de muchos intentos por sobrepasar los propios límites, y por ir más allá en pos de metas que parecen inaccesibles, y a las que nos vamos acercando a golpes de voluntad y de trabajo. Hay algo de infantil inconsciencia en esa actitud de ignorar el esfuerzo y suponer que todo nos va a venir dado, y que el universo está a

Educar en el esfuerzo favorece el mantenimiento de la motivación para trabajar con ilusión y ganas



nuestra disposición. Y es que se suele valorar más la victoria que el esfuerzo.

El mero deseo de conseguir algo desde un sofá no sirve; hay que levantarse y ganárselo y desgraciadamente no parece que se esté enseñando a los niños a conseguir las cosas por el esfuerzo y no “porque yo lo valgo”.

El éxito requiere esfuerzo

Si nos fijamos en los mitos sociales del deporte o de la canción, que triunfan, ganan dinero, son aclamados en los escenarios o en los pódiums, y llegamos a pensar que han tenido mucha suerte. Pero ignoramos las largas horas de ensayo y entrenamientos, los intentos fallidos, las veces que cayeron y tuvieron que levantarse y volver a empezar y las cosas que tuvieron que dejar para dedicarse a conseguir su objetivo. Todas sus historias están cargadas de tesón y capacidad para vencer las adversidades y las pruebas que pone la vida, superadas a base de perseverancia, en definitiva, del esfuerzo.

Educar en el esfuerzo es beneficioso y favorece el mantenimiento de la motivación para trabajar con ilusión y ganas. El hecho de que todos tengamos que cumplir nuestras obligaciones es un principio básico de la estructura personal y cuando el niño es capaz de asimilar sus propios deberes ante la adversidad o el fracaso, decidirá aumentar el esfuerzo, querrá superarse y afrontará sus problemas. Siempre será más fácil si el niño está motivado y con ganas de aprender, el conseguir sus metas.

En el año 2000, la Reforma Educativa intentó implantar una Cultura del Esfuerzo, un tanto curiosa, y en nombre de la Igualdad se dispuso que los sus-

pensos no debían frenar el paso al curso siguiente. Pero esa norma más ideológica que pedagógica causó gran decepción en los educadores, quedando su autoridad bastante devaluada, incluso hubo padres que se quejaron de la exigencia de algunos profesores que no estaban de acuerdo con el sistema y empezaron a mandar deberes ante lo cual, protestaron en los centros educativos y actuaron como abogados defensores de sus hijos. Luego se comprobó que el resultado de la tolerancia sin límites, ha dado lugar a niños caprichosos e inseguros llegando al “fracaso escolar”.

El esfuerzo no como fin, sino como medio

En vista del poco éxito del sistema seguido, se intentó rescatar “La Cultura del Esfuerzo”, pero partiendo de otros supuestos dando lugar a una nueva concepción del esfuerzo, y es que éste no puede ser considerado como un fin, sino como un medio para conseguir algo a través de un proyecto. Si en lugar de poner el acento en los exámenes, en los ejercicios de manera acrítica para adecuarlos a un programa preestablecido, lo ponemos en un trabajo vinculado a valores como el compromiso, el tesón y la constancia, conseguiremos que lo que se hace, tenga un sentido. Así, el esfuerzo se pone al servicio del talento, de la creatividad, a la producción de conocimientos y de nuevas formas de pensar, lo que va a contribuir a conseguir lo mismo de mejor manera y con una mayor satisfacción personal para el alumno.

Esta manera de entender el esfuerzo contribuye al crecimiento personal. La Neuroeducación está demostrando que los procesos de aprendizaje son

más significativos cuando van asociados al entusiasmo, al placer en lugar de “al castigo y al sacrificio”. Cuando estamos motivados, conseguiremos que lo que hacemos nos guste, generará entusiasmo y seremos capaces de dedicarle el tiempo que sea, hasta conseguir el objetivo, sin que los padres y profesores tengan que presionar o castigar y sin que ello nos genere sufrimiento, ansiedad o miedo a represalias.

El esfuerzo y la fuerza de voluntad deberían convertirse en uno de los pilares de la educación emocional de nuestros hijos. Fortalecer nuestra tenacidad nos enseña a ser “resilientes”, a asumir responsabilidades y afrontar las adversidades con optimismo y realismo. Es la diferencia que hay con el “capricho” que no admite un “no”.

El esfuerzo desarrolla el talento

Hay que tener presente que el esfuerzo es necesario para el desarrollo del Talento. El talento es una cualidad innata que poseemos de forma potencial. Es una “semilla” que, si no la regamos con la constancia, la práctica y la perseverancia, nunca “florecerá”. Esta capacidad nos va a permitir realizar ciertas actividades con relativa facilidad. Está relacionada con la inteligencia, de ahí que, al potenciar la inteligencia, mayores serán nuestros talentos.

Algunos llegan a pensar que el talento es lo importante, pero hasta Einstein defendía que “el genio se logra con un 1% de talento y un 99% de trabajo, lo cual quiere decir que, en “la clave del éxito” independientemente del talento que se tenga, el “esfuerzo” lo es todo.

La relación entre Talento y Esfuerzo es bastante compleja, y no se entiende el uno sin el otro. Se complementan bien, pero se sustituyen mal, sobre todo el esfuerzo al talento. Con un “esfuerzo cero, ni el más dotado conseguiría nada, se necesitan ambos”. Es verdad que el Talento supone menos Esfuerzo, para alcanzar un cierto nivel de rendimiento, mientras que, a menos Talento, el Esfuerzo debe ser mayor.

Ciertamente ni el Talento ni el Esfuerzo están predestinados en el momento del nacimiento, pero ambos factores están influenciados por los genes de las personas, hasta el punto que los investigadores mantienen que solo un 7% del Talento es más heredable que el Esfuerzo que depende exclusivamente de la persona.

Ambos aspectos forman lo que ahora se denomina “el capital humano”, de una persona, que tan valorado está en la sociedad actual.

¡Reivindicar la Cultura del Esfuerzo!

Como conclusión decir que, la Cultura del Esfuerzo vuelve a ser reivindicada en los ámbitos de formación, del aprendizaje y de la enseñanza, valorándose tanto en la escuela y universidad, como en el mundo laboral, el trabajo o la empresa.

Sería de desear que padres y profesores presenten el esfuerzo como algo positivo: lo natural es esforzarse, lo que vale cuesta, nada es gratuito, la vida tiene problemas, pero la lucha es la condición esencial del éxito, con lo que la mayor satisfacción del esfuerzo es el “descanso merecido”.

