

UNIVERSIDAD DE VALPARAÍSO
FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE DERECHO

EL AUTOCONOCIMIENTO PERSONAL
Y LAS
EXIGENCIAS DE LAS PROFESIONES
JURÍDICAS

MEMORIA DE PRUEBA PARA OPTAR AL GRADO DE
LICENCIADO EN CIENCIAS JURÍDICAS

POR:
CARMEN GLORIA ZAVALA SANINO

PROFESOR GUÍA: ANTONIO PEDRALS.
PROFESOR INFORMANTE: CLAUDIA COZZANI.

2010

ÍNDICE.

	Pág.
<u>INTRODUCCIÓN</u>	3
PRIMERA PARTE:	
<u>CONCEPTOS FUNDAMENTALES.</u>	
I. ASPECTOS GENERALES.....	5
II. PANORAMA DE LAS PROFESIONES JURÍDICAS.	
1.- Universidades y planes de estudios.....	8
2.- Ejercicio de la profesión.....	9
3.- Especialidades y desarrollo actual.....	10
4.- Nuevas áreas.....	11
III. EL TEMA DE LAS COMPETENCIAS.	
1.- Definición.....	14
2.- Componentes de las competencias.....	14
3.- Administración de las competencias.....	16
IV. EL PROBLEMA DEL AUTOCONOCIMIENTO PERSONAL.	
1.- Autoestima.....	18
2.- Autoconcepto.....	20
3.- Autoconciencia.....	20
4.- Autodeterminación.....	21
5.- Autoconocimiento.....	22
SEGUNDA PARTE:	
<u>ANÁLISIS DEL TEMA.</u>	
I. ASPECTOS GENERALES.....	27
II. EL PROFESOR OTTO DÖRR.	
1.- Vida Personal y Familiar.....	30
2.- Estudios.....	30
3.- Vida Laboral.....	31

III. EL TEST DEL PROFESOR DÖRR.....	34
IV. CORPORALIDAD.....	35
V. DESCANSO.....	37
VI. AGRESIVIDAD.....	38
VII. SEXUALIDAD.	
1.- Hipersexualización o sensualismo desatado de la sociedad.....	41
2.- Caída de los tabúes tradicionales.....	42
3.- Avances y descubrimientos científicos.....	42
VIII. ANGUSTIA Y CULPA.....	45
IX. HÁBITAT.....	48
X. TEMPORALIDAD.....	49
XI. RELACIÓN CON EL TRABAJO.....	51
XII. RELACIONES INTERPERSONALES.....	56
XIII. ESPIRITUALIDAD.....	59
<u>SÍNTESIS GENERAL</u>	63
<u>BIBLIOGRAFÍA</u>	69

INTRODUCCIÓN.

El problema relacionado con el autoconocimiento ha sido una preocupación para el hombre desde los inicios de la humanidad, encontrando su primer hito importante en el siglo VIII A.C., época en que comienzan a aparecer los primeros antecedentes del Oráculo de Delfos¹, en cuya entrada al templo se leía la siguiente inscripción griega “Γνῶθι σαυτόν” o, en su traducción al español, “conócete a ti mismo”².

Esta frase tan simple inspiró a grandes filósofos del mundo antiguo, que consideraban sagrados los oráculos, como Platón y Sócrates, quienes vieron en dicha inscripción la tarea más necesaria y difícil de lograr.

En esta memoria analizaremos, en una primera parte, conceptos generales que nos permitan una aproximación al tema, tales como el panorama actual de las profesiones jurídicas, abordando la forma de enseñar el Derecho en Chile; algunos aspectos del ejercicio de la profesión; las especialidades existentes y, finalmente, algunas de las áreas emergentes del Derecho.

En el primer capítulo, también haremos referencia a las competencias profesionales, siempre necesarias para desempeñar de buena manera un determinado cargo, considerando, en este punto, la administración de las mismas.

Finalmente, examinaremos los distintos “autos” reconocidos por la psicología, para terminar con el que nos inspira a realizar esta memoria: el autoconocimiento personal. Considerado, por nosotros, como esencial para el desempeño eficaz y eficiente en el ambiente laboral y, en general, en todo ámbito de la vida.

A continuación, en el segundo capítulo, abordaremos el tema desde un punto de vista más concreto y restringido, tomando como base para ello el estudio del test del autoconocimiento personal elaborado por el profesor Otto Dörr, el cual entrega una serie de diez “indicadores”, como él los llama, que corresponden a pautas que ayudan a lograr este anhelado fin del autoconocimiento.

Para entender el test elaborado por el profesor Dörr, haremos, en primer lugar, una pequeña reseña de su vida. Posteriormente, analizaremos con cierto grado de detalle, los 10 puntos que contiene, enfocando cada uno de ellos a las exigencias de las profesiones jurídicas en el mundo actual.

¹ El concepto de oráculo se originó a partir del Oráculo de Delfos, templo sagrado ubicado en Grecia, dedicado principalmente al dios Apolo, al cual acudían las personas para hacer preguntas a los dioses a través de sacerdotisas. Disponible en página web <http://etimologias.dechile.net>.

² La transliteración de la inscripción griega es “Gnóthi sautón”, en latín “Nosce te ipsum”. Información disponible en página web <http://etimologias.dechile.net>.

Todo lo anterior, considerando que, en la actualidad, el crecimiento de las profesiones jurídicas, reflejado en el amplio número de especialidades y áreas en que estas éstas pueden desarrollarse, ha llevado a que tomen especial importancia las competencias profesionales y la necesidad de formar profesionales aptos para desarrollarse adecuadamente en las funciones que deberán desempeñar.

Así, podemos afirmar que nuestro planteamiento tiene como punto de partida una premisa según la cual, constituye un mecanismo esencial, el autoconocimiento personal, que nos permite reconocer, básicamente, nuestras debilidades y fortalezas. Este proceso nos ayudará a lograr la eficiencia y eficacia profesional, con todos los beneficios sociales que ello acarrea.

PRIMERA PARTE:

CONCEPTOS FUNDAMENTALES.

V. ASPECTOS GENERALES.

Nikos Kazantzakis, escritor y pensador del siglo XX, reconocido por sus famosas novelas llevadas al cine, como “La última tentación de Cristo” y “Zorba, el griego”, presenta el “símbolo del viaje como búsqueda de libertad y autoconocimiento”.

En su obra “La Odisea”, adaptación sobre el mito del laberinto de Creta, el laberinto no es más que nuestro cerebro, una elaboración mental y el verdadero misterio no es sino el descubrimiento de uno mismo³.

El mismo Otto Dörr, en una conferencia realizada en el Centro de estudios Filosóficos Eugenio Pucciarelli, de la Academia Nacional de Ciencias de Buenos Aires, en el año 2007, titulada “El laberinto: espacio, mito y locura”, hace una analogía entre el laberinto y la mente esquizofrénica, al hablar de un constante ir y venir, con miedo y que, finalmente, vuelve a sí mismo.

En definitiva, el autoconocimiento, es un viaje que nos lleva a recorrer el laberinto de nuestra mente.

Como punto de partida, veremos algunos conceptos que nos servirán para entender el contenido de esta primera parte de nuestra memoria.

Comenzando por señalar que Howard Gardner ⁴, sostiene que la educación de hoy se centra en formar gente para el pasado, pero no personas preparadas para enfrentar el futuro y sus cambios. A partir de esto, nos advierte acerca de la existencia de cinco mentes que sí estarán preparadas para encarar el mañana. En esta sección, las nombraremos y analizaremos sólo aquellas que se ajustan y ayudan a comprender los temas que trataremos en este primer capítulo, dejando para un posterior estudio las restantes. Éstas cinco mentes son:

- 1.- Mente creativa.
- 2.- Mente respetuosa.
- 3.- Mente ética.

³ GONZÁLEZ VAQUERIZO, HELENA, El Laberinto de Creta en La Odisea de Nikos Kazantzakis, disponible en página web www.ucm.es.

⁴ Psicólogo; investigador de la Universidad de Harvard; profesor de psicología y neurología en la Universidad de Boston. Reconocido, principalmente, por su teoría de las inteligencias múltiples, según la cual todas las personas poseemos ocho habilidades, a saber: musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal, intrapersonal y naturalista.

4.- Mente disciplinada: debe serlo en dos sentidos:

a) “Debe dominar las principales formas distintivas de pensar que ha creado el ser humano: la ciencia, las matemáticas y la tecnología..., pero también el pensamiento histórico, artístico y filosófico.

b) Debe dominar diversas maneras de ampliar la propia formación durante toda la vida, de una forma regular y sistemática”⁵.

Poseemos muchos conocimientos, de distintas materias, sin embargo, somos incapaces de pensar disciplinadamente. Esto nos recuerda una frase del profesor Agustín Squella Narducci, al comenzar su cátedra de Filosofía del derecho, en el año 2007, “lo que no se sabe, no se puede explicar tampoco”. Si no logramos comprender y expresar nuestros conocimientos, de una manera disciplinada, es como si no supiéramos nada en realidad.

Antiguamente, la educación estaba marcada por un sentido religioso, la única forma de comprender el mundo correctamente, pasaba por la aplicación del dogma estudiado. Hoy en día, la enseñanza es una institución, mayoritariamente laica, en que se admite la pluralidad de pensamientos y las formas distintas de disciplinar la mente.

La formación de mentes disciplinadas comienza con un acto de autoconocimiento, cual es identificar los intereses y dones poseídos, es decir, descubrir que tenemos habilidades para ser doctor, ingeniero o abogado, implica dominar los pilares fundamentales, pero no es lo único que se requiere, pues también deben dominarse conceptos importantes y lograr abordarlos desde varios puntos de vista. En resumen, se requiere comprensión.

Una última singularidad de la mente disciplinada es la sed de instrucción, siempre desea conocer, aprender y saber más.

5.- Mente sintética: “aunque la educación debe partir de las aptitudes básicas..., no puede acabar ahí. Cuando nos encontremos ante una cantidad excesiva de información deberemos ser capaces de resumirla con precisión, sintetizarla de una forma productiva y hacer que nos sea útil. Este objetivo supone un pensamiento de carácter interdisciplinario, una forma de pensamiento poco comprendida, pero cada vez más importante”⁶.

En este punto se parte con la premisa de que “la capacidad de entretrejer información procedente de distintas fuentes en un todo coherente es vital en el mundo de hoy”⁷. En las profesiones jurídicas, esta aptitud es relevante, sobre todo al momento de realizar escritos y

⁵ GARDNER, HOWARD, 2005, p. 19.

⁶ Ver nota anterior.

⁷ Ver nota anterior, p. 41.

alegatos orales, pues es importante comunicar lo esencial del tema, evitando cansar o aburrir a él o los receptores.

Muchas veces, incluso, caemos en la tentación de hacer escritos judiciales o memorias de una extensión que supera la estrictamente necesaria, creyendo que con eso lograremos demostrar tener más fundamentos que la contraparte, pero no reparamos en que, algunas veces, lo que abunda sí daña.

Gardner, en este punto, es clarificador, al señalar que “sintetizar exige combinar elementos originalmente separados o distintos...Puede que la forma de síntesis más ambiciosa se produzca en el trabajo interdisciplinario, que suponga una combinación adecuada de dos disciplinas como mínimo, no basta con que estas disciplinas se yuxtapongan: deben ser realmente integradas y esta integración debe ofrecer una comprensión que las distintas disciplinas no pueden ofrecer por separado”⁸. Un ejemplo clásico y acertado, lo vemos en la estrecha relación que existe entre dos materias muy distintas como son el Derecho Procesal y Civil; que, sin embargo, y a pesar de sus diferencias, se incorporan, de tal manera que uno sin el otro, resulta, prácticamente inaplicable y sin sentido (sobre todo al momento de su aplicación frente a un caso concreto).

Alcanzar cada una de estas cinco mentes, por sí sola, es una ardua tarea, pero mayor aún es el desafío que representa el desarrollarlas y armonizarlas todas juntas; nuestra conclusión se basa en creer que esto podría facilitarse por medio del autoconocimiento, que nos permitiría reconocer si contamos con las características de algunas de ellas y mejorar para lograr aquellas que no hemos alcanzado aún.

Veremos como el panorama actual de las profesiones jurídicas, en el cual existe una diversidad de posibilidades de desarrollo, hace necesaria la existencia de distintas competencias y una correcta administración de las mismas, para desempeñarse en cada área. Y, para saber si somos titulares de tales habilidades o no, debemos, lógicamente, recurrir al autoconocimiento, como una forma de anticipar la respuesta a la pregunta de si tendremos o no buenos resultados en el trabajo que emprendamos, para lo cual, la aplicación de las cinco mentes de Gardner, podrían ser un bastión de lucha muy útil.

⁸ Ibídem, p.42-44.

VI. PANORAMA DE LAS PROFESIONES JURÍDICAS.

1. Universidades y planes de estudios.

Lo primero que debemos señalar sobre las profesiones jurídicas es lo relativo a la enseñanza de las mismas. Las escuelas de Derecho están organizadas, fundamentalmente, sobre la base del plan de estudios ideado por don Valentín Letelier, para la Universidad de Chile, en el año 1902, por lo que sorprende, de sobremanera que siga siendo el mismo o que, sólo en los últimos años y debido más bien a la explosiva competencia originada a raíz de la creciente aparición de Universidades privadas, se estén modificando y reformando las mallas curriculares de las casas de estudios estatales, intentado encontrar la anhelada concordancia entre las competencias exigidas y los conocimientos entregados. Lo que resultaba una necesidad imperiosa, pues son los planes de estudios los que, en definitiva, otorgan características propias a cada institución y determinan el tipo de estudiantes y profesionales que desean captar y formar.

Importante, también, es reconocer cómo aprendemos, lo cual trataremos, con mayor detalle, en el segundo capítulo, pero que, en un primer acercamiento, nos lleva a ver que “en todas partes las escuelas están organizadas bajo el supuesto de que existe sólo una manera correcta de aprender y que es la misma para todos. Pero ser obligados a aprender a la manera del colegio es el mismo infierno para los estudiantes que aprenden de otra forma. De hecho, probablemente exista media docena de maneras de aprender”⁹, lo cual debe ser comprendido por las casas de estudios, para incorporar a sus mallas las diversas formas de aprendizaje.

En este panorama descrito sobre instruir y aprender, vemos que las distintas Universidades han optado, fundamentalmente, por un método formalista de enseñar el Derecho, que consiste, básicamente y como su nombre lo indica, en una enseñanza formal del Derecho; estudiar los códigos, leyes, reglamentos, etc., marginándolo de su contexto social, político, e incluso de su espíritu. La tarea, de los alumnos, es aprender de memoria y repetir lo aprendido, mas resulta casi inaplicable la posibilidad de transmitir a los estudiantes la necesidad de pensar por sí mismos.

Pero, ésta táctica antigua de docencia, afortunadamente, no es la única que existe, sino que aparecen otras que nacen, justamente, en virtud de la crítica del sistema existente. Aquí encontramos la corriente de pensamiento llamada Critical Legal Studies (estudios críticos del Derecho), que critica la fórmula de educación imperante, partiendo por reconocer que el Derecho y, por tanto, las Escuelas que lo enseñan, están íntimamente relacionadas con la política. Para ellos, como parte de su comentario, en las facultades de

⁹ DRUCKER, PETER, 2005, p. 90.

Derecho “poco a poco, a lo largo de su formación profesional, se va ‘incapacitando’ al estudiante para el conocimiento de otras áreas (política, historia, filosofía) y para el ejercicio de prácticas alternativas, denigrando o menospreciando esas áreas o prácticas alternativas...Para los Critical Legal Studies la enseñanza de la teoría social, de la filosofía jurídica y de la historia del derecho, por ejemplo, no se debe dar al lado de las otras materias jurídico-positivas sino dentro de las mismas”¹⁰.

Otro aspecto a considerar es que, en la actualidad, las visiones que están entregando las Escuelas de Derecho a los estudiantes están basadas en la idea del conflicto. Es una proyección de la psicología negativa. Por eso deberían desarrollarse más áreas vinculadas a la solidaridad, a la cooperación. Cabe pensar, por ejemplo, en el derecho vinculado a la libre competencia en el que se obliga a las personas a competir, pero se prohíbe colaborar.

Creemos firmemente que la mejor forma de enseñar el derecho es aquella que promueva la solidaridad y tolerancia; que inculque la apertura y flexibilidad de mente; que reconozca la capacidad de pensar de los alumnos y el estrecho vínculo entre el Derecho y otras ciencias, como la sociología e incluso la psicología. Lo esencial es entregar una visión global e integral, que permita ver al Derecho como una realidad presente en cada una de las vivencias cotidianas, incluyendo los conflictos y situaciones dramáticas que ellas impliquen.

2. Ejercicio de la profesión.

Al respecto y, en términos generales, debemos distinguir 3 niveles en materia de ejercicio de la profesión:

- a) El conocimiento de fondo: que son los conocimientos científicos y/o técnicos aprendidos a través de los estudios en la universidad y el ejercicio profesional.
- b) Los criterios: intuición desarrollada a medida que pasan los años. Por ejemplo, analizando un caso particular, cómo aplicar la equidad, la casuística, cómo nos movemos a través de la intuición, a veces es un poco inmanejable. Conocemos también personas de malos criterios, ya sea que se trate de abogados, jueces o funcionarios del Poder Judicial.
- c) “Recetas de cocina”: se refiere a ciertos tips o consejos, presentes en todas las profesiones y que nos ayudan a desenvolvernósnos prácticamente, de una mejor manera, sobre todo en aquellas materias que no dominamos tan bien.

¹⁰ ARRIETA, RICARDO, La Enseñanza del Derecho: Modalidades o Concepciones, página web http://iusconstifil.blogspot.com/2009/05/la-ensenanza-del-derecho-modalidades-o_07.html.

Esto es bastante importante, en el mundo de las profesiones jurídicas que tiene una estrecha relación con la redacción escrita, pues la oralidad es algo aún en desarrollo; tanto es así que incluso existe un libro llamado “la cocina de la escritura”, útil para aprender a comunicarnos de un modo acorde con la solemnidad de los escritos judiciales, principalmente considerando que el hecho de escribir bien no es algo de lo que, actualmente, puedan vanagloriarse muchas personas.

3. Especialidades y desarrollo actual.

El Derecho está lleno de especialidades, las cuales, en una primera mirada, aparecen difusas y poco identificables, a diferencia de lo que ocurre, por ejemplo, en el área de la salud, en que las distintas ramas de la medicina están claramente divididas y para desempeñarse en una de ellas debe cursarse una especialización, situación muy lejana a la del Derecho, en que, normalmente, cada cual se especializa por medio de la práctica constante de ciertas áreas, seminarios o en casos más avanzados, magísteres y doctorados.

Hoy no existe una coincidencia entre el plan de estudios básico de las distintas Universidades y el sinnúmero de áreas existentes en las profesiones jurídicas.

El profesor Fernando Fueyo Laneri, en su texto “El problema de las autonomías o especialidades”¹¹, lo primero que deja claro es que no existe una autonomía propiamente tal, pues inevitablemente las numerosas ramas o especialidades del Derecho interactúan entre sí, llegando siempre al punto de encuentro entre dos o más de ellas, por ejemplo el Derecho Marítimo, tarde o temprano deberá relacionarse con el Derecho Procesal y/o Civil. Es por esto que Emilio Langle habla de “autonomía relativa”¹².

Fernando Fueyo habla de tres tipos de autonomía: didáctica, corresponde al estudio individual que se da a cada rama en las Universidades; legislativa, implica regular, de manera independiente, cada especialidad; y científica, que se refiere al estudio detallado y profundo que se hace de cada una. Finalmente, en la misma obra señala que, para hablar de rama autónoma se requiere una “unidad orgánica separada, con individualidad y límites propios”.

¹¹ FUEYO LANERI, FERNANDO, “El problema de las autonomías o especialidades (¿desmembraciones de ramas jurídicas o reintegración al tronco común?)”, en la Revista de Derecho Privado N° 6, de 1967.

¹² LANGLE RUBIO, EMILIO, “La autonomía del Derecho Mercantil (revisión doctrinal y nuevos derroteros)”, Separata de la Revista General de Legislación y Jurisprudencia, Agosto de 1942, Madrid, España.

4. Nuevas áreas.

Como ya dijimos, en el Derecho existen múltiples especialidades¹³, lo cual provoca que se desarrollen de forma independiente, alcanzando grandes niveles de estudio y avances algunas, mientras que otras quedan en el olvido hasta que la contingencia social (de la cual, finalmente son reflejo todas estas ramas) las hace reflotar. Por ello consideraremos, desde un punto de vista básico, algunas áreas que si bien no son especialidades completamente nuevas, si han tenido su aparición en las ultimas décadas, en el caso del Derecho Informático o bien, han adquirido relevancia y un nuevo impulso gracias a los acontecimientos sociales recientes, lo cual hace pensar que son especialidades que recién están naciendo, cuando realmente, sólo han tenido poca divulgación y escaso tratamiento o bien, se discute aún, por algunos, su carácter de rama del derecho.

a) Derecho ambiental: en forma simple podemos señalar que comprende el conjunto de normas, reglas y principios que dirigen la actividad y relación de las personas con el medio ambiente que los rodea, entendiendo por tal el entorno natural que hace posible la vida humana. Últimamente hemos sido testigos de la importancia que ha tomado esta área del Derecho (aunque encontramos autores que la reconocen sólo como una especialidad dentro del Derecho Administrativo) como consecuencia del proyecto de instalar una central termoeléctrica (Barrancones) en la reserva natural Punta de Choros; plan que provocó una manifestación social de total repudio por las nefastas consecuencias que esto produciría en la flora y fauna del sector, que nos hizo recordar la existencia del, muchas veces ignorado y poco difundido, Derecho Ambiental.

Finalmente, el proyecto terminó por fracasar al ordenarse, por parte del propio Presidente de la República, su reubicación. No obstante, se ganó sólo una batalla, pero no la guerra, pues aún existen muchos de estos proyectos y es un hecho que Chile necesita de fuentes generadoras de energía, pero aquí es donde aparece con fuerza el Derecho Ambiental y el proyecto de creación de Tribunales Ambientales, como forma de resolver el problema y tratar de encontrar el mejor lugar para que se ubiquen estas generadoras, ocasionando el menor impacto posible tanto en el medio ambiente como en la vida de las personas, y de otorgar al ecosistema la protección que merece.

¹³ Fernando Fueyo Laneri, en su artículo llamado “El problema de las autonomías o especialidades (¿desmembraciones de ramas jurídicas o reintegración al tronco común?)”, elabora un listado que comprende 37 especialidades del Derecho. Algunas de éstas son las siguientes: Derecho Aduanero, Aéreo, Agrario, Astronáutico, Cinematográfico, Económico, Marítimo, Tributario, Sindical, Forestal, Penitenciario, Urbanístico; Derecho de la Empresa, de Familia, etc.

b) Derecho penitenciario: es conceptualizado como el “conjunto de normas que regulan la readaptación de los individuos sujetos a una sentencia privativa de la libertad”¹⁴. También puede ser definido como “el conjunto de principios reguladores del cumplimiento de las penas establecidas en el Código Penal”¹⁵. Suele decirse que el Derecho Penitenciario nace unido al Derecho Penal, “surgiendo la penología cuando se convierte la prisión en una pena formalmente”¹⁶.

Como especialidad que es, se discute en torno a su carácter autónomo, existiendo quienes consideran al Derecho Penitenciario como parte del Derecho Penal, como Luis Garrido Guzmán, penalista mexicano, quien señala “que se ocupa del estudio de las penas privativas de libertad, su organización y aplicación”¹⁷. Sin embargo para otros, se trata de una rama independiente, con objeto propio, cual es la imposición y ejecución de las penas.

La crisis del sistema carcelario se manifiesta, principalmente, en situaciones de extremo hacinamiento en los centro penales, lo cual, a su vez, genera altos índices de violencia en los mismos, como también escasas o nulas posibilidades de rehabilitación o reinserción de los delincuentes.

Surge en este contexto desalentador, el Derecho Penitenciario, en el marco del programa de gobierno llamado “Modernización del Sistema Carcelario” (que busca un trabajo conjunto entre sector público y privado), como la herramienta a utilizar para superar estos problemas y crear un ambiente carcelario que proteja la dignidad de las personas, una ardua tarea, sin duda, para los abogados de distintos ámbitos.

c) Derecho informático: según Héctor Peñaranda, puede ser definido como “una ciencia que se desprende del Derecho, para el estudio no sólo de las normas jurídicas que dictaminan y regulan el ambiente informático, sino que también abarca en ese estudio a todo el material doctrinario y jurisprudencial que trate esta materia, para lograr un mejor control, aplicación y vigencia del ámbito informático”¹⁸. Sin embargo, debemos señalar que hay quienes no están de acuerdo que se trate de una rama distinta del derecho, sino que lo ven más bien como una aplicación y adaptación del Derecho a la tecnología.

¹⁴ Apuntes de Derecho Penitenciario (México) <http://www.monografias.com/trabajos61/derecho-penitenciario/derecho-penitenciario.shtml>

¹⁵ Definición de Derecho Penitenciario, disponible en página web <http://www.definicionlegal.com/definicionde/Derechopenitenciario.html>.

¹⁶ Ídem.

¹⁷ Apuntes de Derecho Penitenciario (México) <http://www.monografias.com/trabajos61/derecho-penitenciario/derecho-penitenciario.shtml>

¹⁸ PEÑARANDA QUINTERO, HÉCTOR, “Nociones generales acerca de la cibernética y la iuscibernética”, *Revista Chilena de Derecho Informático*, (del Centro de Estudios en Derecho Informático), N° 1, año 2002, disponible en http://www.derechoinformatico.uchile.cl/CDA/der_informatico_articulo/0,1433,SCID%253D10905%2526ISID%253D291,00.html

Hasta hace unas décadas era una rama muy poco explorada y con niveles básicos de evolución, sin embargo, a raíz de los avances tecnológicos y la presencia masiva de éstos en la sociedad, emergen conceptos nuevos como documento electrónico, dominios, firma electrónica, etc., que hacen necesario un estudio pormenorizado y una regulación acorde con los tiempos y con la importancia de la tecnología en todos los ámbitos, incluso en la labor de los profesionales jurídicos, pues hoy en día, muchas transacciones se realizan por medios digitales; existen ciber-delincuentes, cada día más peligrosos y, entre otras cosas, vemos que muchos tribunales están en línea, lo cual nos permite un acceso más fácil y directo a los expedientes, ahora en formato digital. Es tan importante el avance de la tecnología que aquellos que no tengan conocimientos mínimos, difícilmente podrán acceder a la información.

Lo anterior constituye una muestra del gran tema de las especialidades que, como hemos dicho, representa hoy un panorama singularmente complejo¹⁹.

¹⁹ Ver nota N° 13.

VII. EL TEMA DE LAS COMPETENCIAS.

1. Definición.

En torno a las competencias existen muchas definiciones, sin embargo, usaremos, por su utilidad práctica y carácter general, aquella dada por la Organización Internacional del Trabajo (OIT); señala que competencia es la “capacidad efectiva para llevar a cabo exitosamente una actividad laboral plenamente identificada. La competencia laboral no es una probabilidad de éxito en la ejecución de un trabajo, es una capacidad real y demostrada”²⁰. Al hablar de competencias, se incluye las habilidades, experiencias, potencial, rasgos de la personalidad, cualificación y conocimientos del individuo.

Por otra parte, Javier Fernández López, define competencia “como el conjunto de conocimientos y cualidades profesionales necesarias para que el empleado pueda desarrollar un conjunto de funciones y/o tareas que integran su ocupación”²¹ y agrega que competente es aquella “persona que desarrolla su actividad profesional de forma eficaz y eficiente”²². Cabe señalar que, como parte central de nuestro planteamiento, creemos que tal eficiencia y eficacia se logrará en la medida que la persona se conozca a sí misma.

2. Componentes de las competencias²³.

Siguiendo a Javier Fernández, vemos que las competencias constan de dos componentes esenciales:

1.- Los conocimientos o técnicas: constituyen los elementos básicos e indispensables para desempeñar las funciones precisas para el logro de los objetivos del negocio.

Características principales:

a) Constituidos por conocimientos de carácter académico: como dice Javier Fernández, “un conocimiento en sí mismo no tiene valor alguno, éste se genera mediante su uso, esto es, de la capacidad que otorga a su poseedor para realizar (o hacer) alguna tarea”. Los conocimientos son un medio, no un fin.

b) Son modificables y evolutivos, según la experiencia que se vaya adquiriendo y el proceso de mejoramiento de estos a que se someta la persona, tales como diplomados, doctorados, etc.

²⁰ ¿Qué son las competencias laborales?, disponible en <http://www.gestiopolis.com/recursos/experto/catsexp/pagans/rh/no10/competencias%20laborales.htm>

²¹ FERNÁNDEZ LÓPEZ, JAVIER, 2005, p.34.

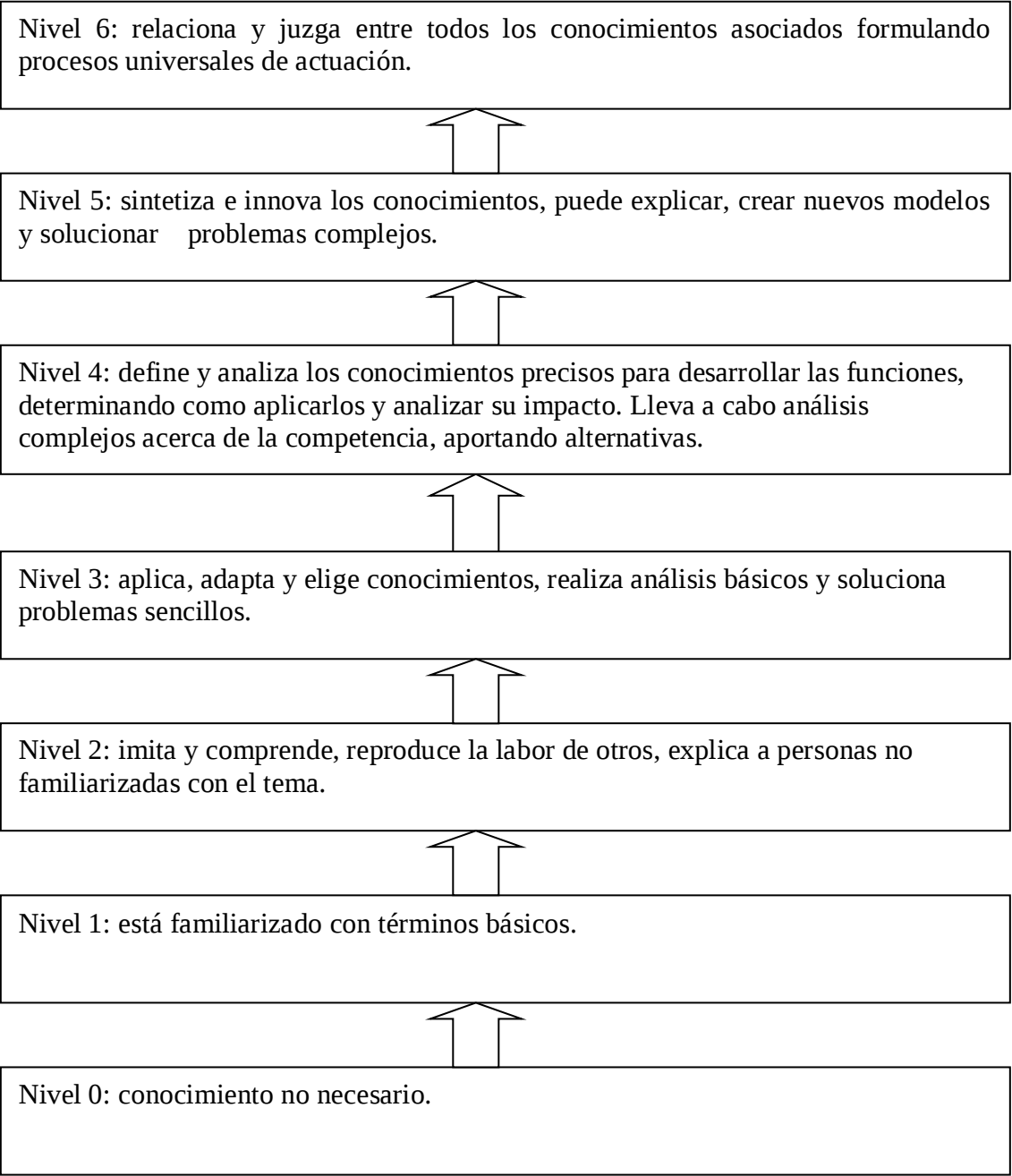
²² Ibídem anterior, p.33.

²³ Ibídem, p. 37-50.

En este punto y en relación con los conocimientos, el autor antes mencionado, cree que es esencial preguntarse “¿qué actividades debemos llevar a cabo?, ¿qué conocimientos son necesarios para el desarrollo de estas actividades, qué necesitamos saber?”.

2.- Las cualidades profesionales: segundo componente de las competencias, según él “reflejan el conjunto de patrones de conducta, características personales, observables y medibles, necesarios para desarrollar actividades diarias”.

Las competencias se gradúan en siete niveles, en función del grado de exigencia requerido (para esto hemos tomado la nivelación realizada por Javier Fernández y adaptado el gráfico por el diseñado²⁴):



²⁴ FERNÁNDEZ LÓPEZ, JAVIER, 2005, p.41.

3. Administración de las competencias.

Frederick Winslow Taylor, en su obra "Principios de la Administración Científica", propone una forma de organizar el trabajo aplicando el método científico para lograr el aumento de la productividad de los empleados y las ganancias, y la reducción de costos. En este panorama, se divide completamente el trabajo mental de aquel que implica esfuerzo físico. "El gran aporte de Taylor fue el haber propuesto desarrollar una ciencia del trabajo y una Administración Científica"²⁵.

Otra forma de administrar o manejar nuestras competencias es la que sugiere Javier Fernández, que si bien se refiere al modelo empresarial y específicamente al área de recursos humanos, nada impide que sea aplicada por cada individuo, denominada por el autor como "Gestión por competencias" (explicada en el libro del mismo nombre). Esta fórmula, "permite ligar las capacidades organizativas esenciales con los conocimientos y cualidades que hay que poner en juego para desempeñar sus puestos de trabajo"²⁶.

Nuestras competencias personales y profesionales son lo que nos diferencian del resto y nos permiten la consecución de nuestros fines u objetivos, por tanto, constituyen nuestro principal activo. Además, son las que determinarán que un cliente opte por un abogado u otro, relacionando las necesidades del potencial usuario con las competencias (conocimientos y comportamiento) que el abogado puede ofrecer.

Este prototipo de aplicación de competencias, instaura un "sistema de compensación que se base fundamentalmente:

- 1.- En el nivel de competencias que posee la persona.
- 2.- En el tipo y nivel de competencias que emplea en el desarrollo de la ocupación.
- 3.- Y en los resultados que obtiene con dichas competencias"²⁷.

En la cultura de movilidad que actualmente existe, el principal obstáculo hacia la misma radica en la mente de las personas: el miedo al futuro, el terror al cambio, la parálisis del conocimiento de lo que se sabe hacer hoy y se ignora lo que sabremos mañana.

En torno al tema, y a modo de conclusión, nos parece interesante la reflexión que hace Peter Drucker, al enunciar que "todos tenemos una gran cantidad de áreas en las que no poseemos ningún talento o habilidad y donde es poco probable que lleguemos siquiera a ser mediocres. En esas áreas una persona no debería aceptar trabajo, cargos, ni proyectos.

²⁵ JÁUREGUI G., ALEJANDRO, Principios de la administración científica de Taylor e introducción al fordismo, disponible en página web

<http://www.gestiopolis.com/canales/gerencial/articulos/no%206/AdminTaylor.htm>

²⁶ FERNÁNDEZ LÓPEZ, JAVIER, 2005, p.15-16.

²⁷ Ibídem anterior, p.24.

Uno debería gastar el mínimo esfuerzo posible en mejorar áreas de baja competencia. Sin embargo la mayoría de las personas se concentra en convertir a los incompetentes en mediocres (lo cual requiere mucho tiempo y recursos). La energía, los recursos y el tiempo deberían ir, por el contrario, a convertir personas competentes en individuos de desempeño estelar”²⁸.

Lo importante es lograr el autoconocimiento, para identificar plenamente nuestras destrezas, fortalezas y virtudes; y descubrir así, los sectores en que podremos lograr un actuar eficaz y eficiente, invirtiendo en mejorar aún más y no desviar nuestro camino hacia lugares en que no poseemos competencia alguna.

²⁸ DRUCKER, PETER, 2005, p. 88.

VIII. EL PROBLEMA DEL AUTOCONOCIMIENTO PERSONAL.

Si bien el tema central de esta memoria es el autoconocimiento personal, mirado desde el punto de vista de su enorme incidencia en las exigencias y el desarrollo de las profesiones jurídicas, principalmente en la búsqueda de la eficacia y eficiencia en éstas, debemos señalar que el autoconocimiento corresponde a uno de los varios “autos” de la Psicología, por tanto y, como una forma de lograr entender mejor el asunto sobre el cual vamos a exponer, cabe hacer una breve reseña de ellos.

La psicología cognitiva²⁹ ha rescatado, como objeto de investigación científica, las acciones más íntimas y difíciles de observar, las que comienzan y concluyen en el interior del propio sujeto: la autoestima, el autoconcepto, la autoconciencia, la autodeterminación, el autoconocimiento; y les ha atribuido especial presencia e influencia reguladora en el comportamiento humano.

1. Autoestima.

Debemos partir de la base que no existe un concepto único de autoestima, sino más bien encontramos distintas concepciones y formas de entenderla. La autoestima se puede definir, básicamente como “valoración generalmente positiva de sí mismo”³⁰. Como nos señala Francisco Massó, corresponde, por una parte, a la consciencia que tenemos de nuestra propia persona, de nuestras cualidades y defectos, y, por otra “el aprecio y amor que experimentamos hacia nuestra propia persona, la consideración que mantenemos hacia nuestros intereses, creencias, valores y modos de pensar”³¹.

Señala el psicólogo Renny Yagosesky, que “la autoestima es siempre cuestión de grados y puede ser aumentada o disminuida”³².

La importancia de la autoestima queda de manifiesto si la consideramos como el deber de conocernos, aceptarnos y querernos tal cual somos, con nuestras debilidades, defectos y fortalezas, pues ello nos va a permitir continuar adelante y realizar nuestras metas y proyectos.

²⁹ Según PARKIN, A.J., “la psicología cognitiva puede definirse como la rama de la psicología que intenta proporcionar una explicación científica de cómo el cerebro lleva a cabo funciones mentales complejas como la visión, la memoria, el lenguaje y el pensamiento”.

³⁰ Real Academia Española, *Diccionario de la lengua española*, España, 2001, 22ª edición, disponible en página web www.rae.es

³¹ MASSÓ, FRANCISCO, *Autoestima*, disponible en página web <http://es.salut.conecta.it>

³² YAGOSESKY, RENNY, *Autoestima en palabras sencillas*, disponible en página web www.monografias.com

Podemos hablar de dos dimensiones de la autoestima:

a) Concepto propio: la idea que tenemos acerca de quienes somos o cual va a ser nuestra identidad, se manifiesta a través de toda valoración subjetiva (consciente o no) realizada por nosotros mismos. Sobre ella, va a incidir la valoración que también hacen los demás, en su calidad de observadores o receptores de nuestras acciones. Así pues, acumulamos dos tipos de valoraciones: la propia y la ajena.

b) Amor propio: “es el significado más directo de la palabra auto (sí mismo/a) estima (amor, aprecio)”³³. Quererse a sí mismo. La autoestima implica sentir orgullo y aprecio por ser como somos (aceptarnos), nos conduce a acrecentar nuestras habilidades y desarrollar nuestras posibilidades. El amor propio nos motiva a ser útiles, a fijarnos metas y objetivos.

Como fruto del proceso relacionado con la autoestima, encontramos nuestro proyecto de vida, un propósito, que implica saber a qué dedicaremos nuestro tiempo y esfuerzo, en función de nuestros intereses; saber cómo aplicar nuestras competencias y habilidades, para lograr la eficacia en las tareas realizadas; y cuáles son nuestras metas, influyendo directamente en la capacidad para sostenerlas y perseverar en su consecución.

La vida diaria nos obliga a permanentes readaptaciones, lo cual nos lleva a dudar de la capacidad natural de restablecernos, y es entonces cuando necesitamos nuestra autoestima, es decir, el amor incondicional y la confianza en uno mismo.

En pocas palabras, podemos decir, siguiendo la opinión de Renny Yagosesky, que “el autoestimado es alguien que se ocupa de conocerse y saber cuál es su papel en el mundo. Su característica esencial es la consciencia que tiene de sí, de sus capacidades y potencialidades así como de sus limitaciones”³⁴.

En el mundo laboral, al cual llegamos con una autoimagen elaborada, se complica el asunto de la formación y manifestación de la autoestima, pues somos calificados por lo que hacemos y no por lo que somos, todo gira en torno a la productividad del trabajador, siendo ésta una consecuencia lógica de la autoestima, pues tiene poderosa influencia en el logro de objetivos profesionales, al reconocer nuestros talentos y usarlos de manera efectiva y eficiente. La relación entre autoestima y trabajo es indisoluble, quien trabaja desde su autoestima se desempeña de mejor manera, trabaja con vocación, valora su tiempo y sabe a qué dedicar sus energías; conoce sus potencialidades, confía en ellas e intenta siempre cultivarlas.

³³ Ídem nota anterior.

³⁴ Ver nota N° 32.

2. Autoconcepto.

El autoconcepto es definido, por el profesor William Purkey “como la totalidad de un complejo, organizado y dinámico sistema de creencias aprendidas, actitudes y opiniones que cada persona considera verdaderas acerca de su existencia personal, teniendo cada creencia un valor correspondiente. El autoconcepto es diferente de la autoestima (sentimientos de valor personal y el nivel de satisfacción respecto de uno mismo) o de auto-reporte (lo que una persona está dispuesta y es capaz de revelar)”³⁵. El psicoanalista y filósofo alemán, Erich Fromm, se refiere a él simplemente como “la vida consciente de sí mismo”.

El autoconcepto, se entiende como la imagen que cada uno tiene de sí mismo en combinación con la autoestima (valor que damos a nuestra autoimagen), transformándose en un componente esencial de lo que los entendidos llaman *self* o personalidad integral.

Analizada la definición, podemos decir que el autoconcepto dependerá de distintos factores como “la edad, el sexo, la cultura de que dispone, el medio social en que se desarrolla, las exigencias profesionales, etc”³⁶. Así, en la medida que elaboremos un autoconcepto positivo, mejorará la autoestima y podremos lograr el anhelado autoconocimiento, con las consecuencias de eficiencia y eficacia laboral que hemos planteado en esta memoria.

3. Autoconciencia.

Término utilizado para referirse a “los procesos internos del hombre de los que es posible adquirir conciencia”³⁷. Lograr la autoconciencia, respecto de las emociones, tales como alegría, tristeza, ira y como las experimentamos, no es tan simple como pudiera creerse, pues podríamos decir que estamos enojados, pero realmente estamos frente a una sensación de miedo o celos, es muy fácil cometer errores y confundir lo que sentimos.

Dentro de este proceso de autoconciencia, llegamos a la pregunta de “¿cómo hacemos para tener una conciencia exacta de lo que nos está pasando (en el cuerpo) y qué estamos sintiendo (en la mente)?. A esta pregunta responde el principio de la

³⁵ PURKEY, WILLIAM, *An overview of self –concept theory of counselors*, 1988, disponible en página web <http://www.edpsycinteractive.org/files/selfconc.html>

³⁶ GONZÁLEZ-PINEDA, JULIO y OTROS; “Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar”, en *Psicothema*, Universidad de Oviedo, España, 1997, Vol.9, p.271-289, disponible en página web <http://www.psicothema.es>

³⁷ Concepto extraído de texto HABILIDADES PRÁCTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, disponible en página web www.inteligencia-emocional.org/habilidades_practicas/autoconciencia.htm

autoconciencia”³⁸. En un caso práctico, relacionado con la agresividad, lo esencial es determinar su naturaleza, qué factores la generan y cómo se desarrolla, de esta forma lograremos manejarla, incluso sacando provecho de ella cuando sea necesario, como por ejemplo, tratándose de un abogado litigante que requiere cierto grado de agresividad en el desempeño de sus funciones. Por tanto, en el tema de las profesiones jurídicas, podemos decir que es fundamental, para un desempeño eficiente en el trabajo, tener conciencia acerca de nuestras capacidades, conocimientos y personalidad y, sobre todo, saber manejarlas.

Una mayor autoconciencia es útil en todos los ámbitos de la vida, así en el laboral, que es el que nos concierne, adquiere gran importancia, por cuanto las emociones acarrearán manifestaciones físicas como aceleración de la respiración, transpiración, dificultad al hablar, etc. y también expresiones internas como desconcentración o algo tan complejo como lo que llamamos “quedar en blanco”, en este panorama, es relevante conocer nuestro cuerpo. Como conclusión sobre el tema, podemos señalar que “la clave de la autoconciencia está en saber sintonizar con la abundante información (sensaciones, sentimientos, valoraciones, intenciones y acciones) de que disponemos sobre nosotros mismos. Esta información nos ayuda a comprender cómo respondemos, nos comportamos, comunicamos y funcionamos en diversas situaciones. Al procesamiento de toda esta información es a lo que llamamos autoconciencia”³⁹.

4. Autodeterminación.

Michael L. Wehmeyer, (doctor en filosofía) la define como “cuestiones de causalidad y control personal en la conducta y acción humana...” Se refiere a la posibilidad que tiene cada persona de hacerse cargo de su propia vida, decidir cómo, dónde y con quién vivir, trabajar, relacionarse en términos generales.

Como elementos principales encontramos, entonces, la libertad de elegir en base a las capacidades y ambiciones de cada cual; autonomía, para que cada uno de nosotros decida sobre su vida en forma individual y no influenciado por agentes externos; y responsabilidad, en el sentido de asumir la decisión tomada y aceptar sus consecuencias, todo lo anterior considerando el sinnúmero de oportunidades y posibilidades existentes en la vida. Así por ejemplo, fue nuestra autodeterminación la que nos llevó a estudiar Derecho y, finalmente, optar por alguna de las tantas opciones en el mundo de las profesiones jurídicas.

³⁸ Ídem nota anterior.

³⁹ Ídem nota anterior.

Antes de avocarnos al autoconocimiento, debemos señalar que la psicología agrega otros dos “autos” a los ya mencionados, estos son los siguientes:

a) Autorespeto:

Se centra en conocernos y aceptarnos tal cual somos, en todas nuestras dimensiones, principalmente, la espiritual. Pues lo superficial (como el aspecto físico, la posición social, el dinero) varía y si basamos en ello nuestro autorespeto, se volvería inestable y expuesto a tales variaciones; así, un día escucharíamos buenas opiniones sobre nosotros mismos y otros no, influyendo directamente en el autorespeto.

b) Autoevaluación:

Podemos definirla como “una actividad programada y sistemática de reflexión acerca de la propia acción desarrollada, sobre la base de información confiable, con la finalidad de emitir juicios valorativos fundamentados, consensuados y comunicables”⁴⁰. Todos somos seres individuales, con cualidades y defectos propios, nunca encontraremos a otra persona igual.

Como punto de partida para esta actividad, se recomienda hacer una lista de virtudes y defectos, siendo honestos con nosotros mismos sobre éstos, pues la única opinión válida para lograr una veraz autoevaluación es la propia. Así, tenemos dos posibilidades: llegar a una autoevaluación positiva, que nos permitirá incrementar nuestra autoestima y el conocimiento de nosotros mismos; o bien, a una negativa (este caso es el más común, pues nuestros problemas radican, fundamentalmente en que somos muy negativos en nuestra evaluación o no sabemos valorarnos adecuadamente), lo cual no es grave si se adoptan las medidas necesarias para cambiarla, evitando que se transforme en frustración y mero enjuiciamiento, poniendo en funcionamiento el autoconocimiento y la capacidad para aprender de nuestros errores y enmendar el camino.

5. Autoconocimiento.

El tema central de nuestra memoria es el autoconocimiento personal, que, como ya dijimos, forma parte de los “autos” reconocidos por la Psicología. Como punto de partida, podemos señalar que, normalmente encontramos tres personas: primero, la que creemos ser, que se identifica con el autoconcepto; segundo, la que lo demás ven en nosotros; y tercero, la persona que realmente somos y que emana directamente del autoconocimiento.

⁴⁰ Definición extraída de página web de la Dirección Provincial de Educación Polimodal, www.educacionpolimodal.santacruz.gov.ar

Así como en los autos anteriores, respecto al autoconocimiento existen muchas definiciones, abordaremos las que a nuestro juicio son más ejemplificadoras y no caen en un análisis puramente psicológico, que escapa a nuestra investigación.

Elena Ianantuoni, profesora de Religión y Licenciada en Gestión Educativa, señala que “es el proceso reflexivo (y su resultado) por el cual la persona adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características”. Como se trata de un proceso, tiene distintas etapas o fases, conformadas por los autos ya mencionados, agrega además a su definición que “no puede haber autoestima sin autoconocimiento”. Al autoconocimiento personal se llega una vez que se ha pasado por todos los autos analizados, por ello adquiere tanta importancia, convirtiéndose en el más relevante de todos, sin embargo, es también el más difícil de lograr, como nos dice en su libro “El enigma del yo. Guía del autoconocimiento”, John Powell, “ese proceso es muy lento y durará toda la vida...algunas veces resulta doloroso y otras gozoso”.

Pilar Belda Plans, lo define como “el conocimiento propio, supone la madurez de conocer nuestras cualidades y defectos, apoyarse en los primeros y luchar contra los segundos”.⁴¹

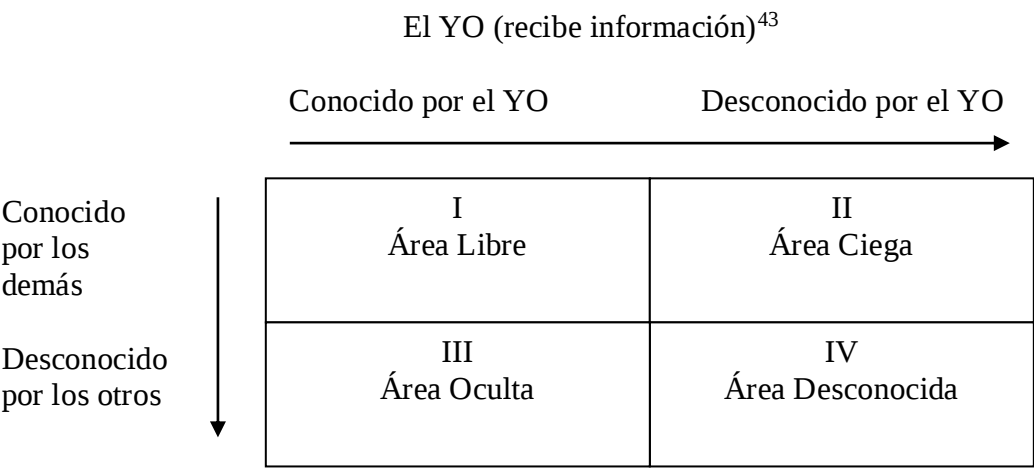
El autoconocimiento, es parte del plan estratégico que debemos tener, implica conocer a la persona que habita en cada uno de nosotros, reconocer fortalezas, debilidades, defectos, virtudes, cómo aumentar unas y disminuir las otras y saber cómo adaptarlas a las necesidades cotidianas. Ayuda a elaborar de buena forma y a mejorar, cuando es necesario, nuestras relaciones interpersonales en general y, en el caso que nos interesa a nosotros, las relaciones de trabajo, ya sea con nuestros compañeros de labores, como con el trabajo mismo.

En el ámbito de la Psicología encontramos distintos mecanismos para lograr el autoconocimiento, destacando, principalmente, dos: la ventana de Johari y el Análisis FODA.

La ventana de Johari “es un diagrama diseñado por los científicos Josep Luft y Harington Ingham. Según esta interpretación el YO del individuo queda dividido en cuatro áreas diferentes dependiendo de la información sobre sí mismo que comparte con los demás o que los demás captan de él”⁴².

⁴¹ Profesora de Filosofía del Instituto de Enseñanza Secundaria Miguel de Cervantes, de Murcia, España, elabora este concepto disponible en página web www.psicopedagogia.com

⁴² GESTIONARTE, “Johari, la empatía y gestión de personas”, disponible en página web www.gestionarte.eu



- a) Área Libre: corresponde a todo aquello que cada uno y los demás sabemos o conocemos de nosotros mismos, hay un intercambio libre y expedito de comunicación con el resto. Información pública.

- b) Área Ciega: “eventualmente intuita pero no completamente consciente y que es involuntariamente compartida con los demás. Son aquellas cosas que el individuo no alcanza a percibir sobre sí mismo (bien porque se ha acostumbrado a ellas o bien porque las niega inconscientemente) pero que los demás sí perciben”⁴⁴. Se identifica con la imagen que los demás tienen de nosotros.

- c) Área Secreta: se refiere a aquella parte de nosotros que consciente y voluntariamente cerramos al resto, no la compartimos con los demás, para evitar que la conozcan.

- d) Área Desconocida: ni nosotros ni los demás conocemos esta área, engloba sentimientos, habilidades o reacciones que aún no hemos experimentado.

Estas distintas áreas son permeables o moldeables, por ejemplo, en el área ciega, fácilmente podemos dejar que los demás conozcan algo más sobre nosotros y así disminuye ésta y ampliamos el área libre.

El Análisis FODA, por su parte, nos lleva a conocer nuestras fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades; consiste en hacer un listado sincero y completo de ellas e ir combinándolas, dejar que interactúen unas con otras, por ejemplo, convertir una amenaza en una oportunidad de mejorar o una debilidad en una fortaleza.

⁴³ Esquema de la Ventana de Johari adaptado del elaborado por GUEVARA AMASIFUEN, Mesías, “Yo, la gran empresa: El arte de triunfar”, 2º edición, Singular S.A. Training, Management & Telecommunications, disponible en página web www.monografías.com.

⁴⁴ Ídem nota anterior.

Análisis FODA⁴⁵

Fortalezas: potencialidades, capacidades distintivas y disponibilidad de recursos que tiene las personas, sobre las cuales deben diseñar sus planes estratégicos.	Oportunidades: factores socioeconómicos, políticos o culturales fuera de nuestro control, cuya particularidad es que son factibles de ser aprovechados si se cumplen ciertas condiciones.
Debilidades: cada persona tiene que identificar cuál es su talón de Aquiles, desventajas, recursos y capacidades que le hacen falta.	Amenazas: factores externos fuera de nuestro control que podrían perjudicar y/o limitar el desarrollo de la persona por representar riesgos.

Si embargo, aunque la Psicología nos entregue estos mecanismos de autoconocimiento, probablemente nunca logremos conocernos totalmente y sean quienes nos rodean los que más nos conozcan, pues el problema del autoconocimiento personal radica, como nos señala John Powell, en las defensas o muros que hemos creado para evitar conocernos y el sufrimiento que ello podría ocasionarnos, estas defensas son:

a) La represión: se traduce en un ocultamiento de la verdad frente a nosotros mismos, es más fácil mantenerla en el inconsciente que lidiar con ella y aceptarla.

En la mente existen tres niveles: el consciente; el subconsciente (recuerdos); y el inconsciente, en el cual guardamos o almacenamos situaciones, sentimientos, etc., que constantemente vuelven a nuestro consciente para recordarnos que están allí.

b) La racionalización: es un proceso a través del cual a todo lo malo que transita por nuestra mente le buscamos un lado bueno o aceptable, una justificación, para, de alguna forma, limpiar nuestra conciencia.

c) La negación: simplemente apartamos de nuestra mente la realidad, para evadir el dolor que nos produce. A diferencia de la represión, este es un acto voluntario y deliberado. El psiquiatra Harry Stack Sullivan, habla de “desatención selectiva” y “operación de seguridad”, para explicar esta situación.

Desde nuestra infancia más temprana creamos una máscara o papel que desempeñar diariamente, para ocultarnos del mundo y lograr la aprobación de nuestros pares en base a algo que no somos; sin embargo, “el problema es que la negación se transforma en un papel tan bien realizado, que después no podemos distinguir nuestro yo real del fingido”⁴⁶.

⁴⁵ Esquema del análisis con definiciones elaboradas por GUEVARA AMASIFUEN, MESÍAS, Ver nota N° 43.
⁴⁶ POWELL, JOHN, “El enigma del yo. Guía del autoconocimiento”, Editorial Sal Terrae, 1998, Cantabria.

Frente a estos problemas encontramos una solución que nos puede permitir acercarnos al autoconocimiento, en ella, un primer paso es asumir nuestra responsabilidad en lo que se refiere a nuestros sentimientos, pensamientos, reacciones, no debemos culpar a los demás de aquello que nace en nosotros mismos; tampoco es nuestra culpa, pero sí, nuestra responsabilidad.

Como segundo paso, debemos entender que esta responsabilidad se extiende a decidir, individualmente y por nosotros mismos cómo vamos a actuar en una determinada situación y no dejar que el resto o las circunstancias condicionen nuestras acciones de un modo tal que, de no existir tales factores externos, actuaríamos de un modo totalmente diferente.

Ahora que hemos definido lo que es el autoconocimiento, analizado los problemas y las soluciones que se presentan, surge una inesperada preocupación: lograremos en algún momento responder la pregunta ¿quién soy? ¿o será que el autoconocimiento nos lleva a un viaje que nunca termina?, pues vez que lleguemos a la respuesta entraremos un nuevo camino que nos conduce al cambio de aquellas partes de nosotros que no nos agradan o que nos producen algún perjuicio.

SEGUNDA PARTE:

ANÁLISIS DEL TEMA.

XIV. ASPECTOS GENERALES.

El autoconocimiento personal, sobre el cual versa este trabajo, toma especial relevancia al momento de enfrentarnos a un determinado trabajo y decidir qué queremos hacer con nuestra vida, con los conocimientos que hemos adquirido.

En esta interrogante, es importante no entregar el devenir a la improvisación, sino que parar y preguntarse ¿qué trabajo quiero? ¿qué puedo y qué no puedo hacer?. En definitiva, el punto de partida está en trazar objetivos y luego determinar, con sinceridad, cuales son nuestras competencias, fortalezas y las debilidades y ello será más fácil en la medida que hayamos logrado un cierto nivel de autoconocimiento.

Como una forma de aproximarnos a obtener este conocimiento personal, analizaremos, en este segundo capítulo, el texto “Viaje a la Intimidad”, publicado en la Revista del Domingo, del Diario El Mercurio; del Profesor Otto Dörr Zegers, en el cual nos entrega ciertos modelos de interrogantes que nos servirán de guía en este camino.

Sin embargo, antes de avocarnos a esta tarea, examinaremos algunos puntos que, a nuestro entender, parecen relevantes para alcanzar la meta propuesta. Y que nos ayudan a esclarecer lo estudiado en la primera parte de esta memoria.

C.K. Prahalad y Gary Hamel (economistas y estrategas), plantearon que “toda empresa-persona, para que mantenga un liderazgo, debe identificar su esencia competitiva. La esencia competitiva de toda persona está en aquella actividad o actividades que mejor saben hacer, y es sobre ella que debe desarrollar su ventaja competitiva”⁴⁷.

Debemos estar en condiciones de reconocer cuáles son las competencias necesarias para desarrollar una determinada actividad y de saber, con certeza, si las poseemos o no; por ejemplo, no se requieren las mismas capacidades para ser Fiscal que para dedicarse al ejercicio libre de la profesión y ello debe considerarse a la hora de optar por una u otra labor. Y, como una operación lógica, para dominar lo anterior, es imprescindible el autoconocimiento.

A través de lo que ya hemos mencionado en el primer capítulo de este trabajo, unido a lo que trataremos en esta sección, queda clara la repercusión de lograr un pormenorizado autoconocimiento de los valores, intereses, capacidades, posibilidades, metas, habilidades o

⁴⁷ GUEVARA AMASIFUEN, Mesías, “Yo, la gran empresa: El arte de triunfar”, 2ª edición, Singular S.A. Training, Management & Telecommunications, disponible en página web www.monografias.com.

aptitudes, cuya combinación y aplicación nos permita trazar nuestro futuro laboral y, porqué no, personal incluso, tomando como referencia el saber adquirido, todo en el marco de una sociedad que avanza a trancos apresurados y en que el crecimiento profesional es un deseo compartido por todos, pero que sólo algunos logran.

Una vez que hayamos logrado insertarnos en el mundo laboral, como trabajadores debemos hacernos una serie de preguntas, planteadas por Javier Fernández, que nos lleven a actuar, para superarnos, y a aprovechar lo que hemos cultivado, éstas son:

- 1.- “¿Qué significa amar al trabajo?, ¿se puede amar hoy día el trabajo?.
- 2.- ¿Cómo es tu trabajo perfecto?, ¿cómo es el actual?.
- 3.- ¿Cómo puedes hacer para recuperar el optimismo?, ¿solo?, ¿con ayuda?”⁴⁸.

Siguiendo la teoría de Howar Gardner y sus cinco mentes para el futuro, encontramos que, una de ellas es la “mente creativa”, que según el autor, lleva a descubrir nuevos fenómenos, problemas y preguntas. Es considerada por nosotros como esencial en el mundo del Derecho, pues los procesos de estudio y creación de argumentos frescos no terminan nunca.

En tiempos anteriores, donde se rechazaba la posibilidad del cambio, la creatividad no era una virtud valorada, pero en la sociedad actual, con particularidades propias (que ya hemos esbozado) y dominada por la novedad, pasa a ser una característica que “se busca, cultiva y elogia”⁴⁹.

En cuanto a la creatividad, nos trae a colación Gardner que, “Freud comentó en una ocasión: ‘cuando era joven, las ideas venían a mí; cuanto mayor me hago, más debo salir yo a su encuentro’”⁵⁰. A lo anterior, agrega el mismo autor que “hoy en día nos hacen falta buenas dosis de creatividad en la esfera de lo humano, sobre todo en nuestra relación personal con los demás y en la forma de realizar nuestro trabajo”. Esto último, lo hace como una forma de dejar constancia de lo que se observa en la sociedad.

Combinando lo que hemos visto, estamos en condiciones de señalar que, lo que se debe buscar hoy en día, es lograr un trabajo en que tengamos un buen desempeño, que comulgue con nuestras fortalezas y habilidades; que tenga algún significado; sea de calidad y nos reporte beneficios económicos que impliquen un buen pasar, al menos.

No podemos dejar de mencionar que el ser profesional (abogado, en el caso que nos convoca), no es garantía de que actuaremos profesionalmente, siguiendo las obligaciones que el título nos impone, y ahí, precisamente, es donde toma fuerza la ética, el respeto y

⁴⁸ FERNÁNDEZ LÓPEZ, JAVIER, 2005, p.11.

⁴⁹ GARDNER, HOWARD, 2006, p. 59.

⁵⁰ Ibídem, p. 70.

otros temas que trataremos en este apartado. Así, en este capítulo, intentaremos dar algunas pautas que nos ayuden a lograr estos objetivos, sin alejarnos de lo que se conoce como “buen trabajo”; metas, cuya consecución, finalmente, depende de cada uno de nosotros.

XV. EL PROFESOR OTTO DÖRR.⁵¹

Antes de adentrarnos en el tema que nos concierne y, como una forma de entender mejor la génesis de nuestro trabajo, es necesario hacer una referencia a la biografía del doctor Otto Dörr Zegers, para comprender así la labor y el espíritu de este personaje tan importante en el desarrollo de la vida científica y humanista nacional.

Dörr, estudió Medicina en la Universidad de Chile, cursando la especialidad de Psiquiatría en la Universidad de Heidelberg, Alemania. Se ha desempeñado en numerosos cargos, tales como Profesor Titular de Psiquiatría de la Universidad de Chile, Jefe de Servicio en el Hospital Psiquiátrico de Santiago y Miembro de Número de la Academia de Medicina del Instituto de Chile. Autor de variadas publicaciones sobre Psiquiatría en Chile y el extranjero, también ha incursionando en campos como la filosofía, la antropología y la literatura.⁵²

1. Vida Personal y Familiar.

Otto Dörr nació en Curicó un 25 de Diciembre de 1936, hijo del Dr. Otto Dörr Valck y la Sra. Teresa Zegers. Sus primeros años se relacionan directamente con los campos de su ciudad natal, desarrollando por ellos un profundo amor, hasta la actualidad.

Ya durante su época de estudiante de medicina O. Dörr viajaba habitualmente en tren desde Curicó a Santiago. En una oportunidad, el tren se detuvo en forma imprevista, subiendo al mismo la que sería su esposa y compañera, Carmen Álamos. Esta romántica y sorprendente historia suma otro hito en el año 1962, cuando contraen matrimonio.⁵³ Comenzando así su vida de familia, la cual estaría conformada por siete hijos.

2. Estudios.

En 1942 ingresa al Instituto San Martín de Curicó, donde cursa preparatorias y el inicio de las Humanidades. En 1951 se traslada a Santiago para continuar sus estudios en el Colegio San Ignacio.

En 1954 comienza sus estudios de Medicina en la Universidad de Chile, institución que lo acompañará por el resto de su brillante carrera. Comienzan a desarrollarse sus intereses primordiales, por un lado, la Medicina, y por otro, un cada vez más profundo

⁵¹ En este apartado de nuestro trabajo tomaremos como principal referencia el discurso realizado con ocasión del nombramiento de O.Dörr como Maestro de la Psiquiatría chilena, realizado por Heerlein, Andrés y publicado en la Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría, volumen 39 N° 4, Santiago, Octubre 2001, pág. 354-358, disponible en página web www.scielo.cl.

⁵² Comentario sobre “Las Elegías del Duino”, traducidas por Otto Dörr Z., disponible en página web www.universitaria.cl.

⁵³ Ídem nota N° 51.

interés por la Filosofía. Tanto es así que en 1957 inicia en forma paralela a la Medicina, el estudio de Filosofía. Finalmente, logra cumplir cabalmente con la carrera de Medicina en 1961. Iniciando, ese mismo año, una beca de formación Psiquiátrica en la Universidad de Chile, habiendo comenzado con anterioridad sus primeros acercamientos a este ámbito, al escribir sus primeras páginas de terapias eficaces.

Continuando la senda de la Psiquiatría, el Dr. Dörr logra convertirse en pocos meses en uno de los alumnos mas aventajados del Profesor Juan José López Ibor, Catedrático de la Universidad de Madrid y Presidente de la Asociación Mundial de Psiquiatría. Culminando su formación en Psiquiatría en la Clínica Psiquiátrica de la Universidad de Heidelberg.

3. Vida Laboral.

En el año 1963, el Dr. Dörr llega a Alemania, a trabajar en la Clínica del Prof. Ruffin, en Freiburg. Durante su estadía en Alemania, aprovecha a desarrollar sus otros intereses, como lo son la música, la literatura, su muy querida filosofía, las ciencias, etc., impulsado por “su espíritu inquieto y su insaciable curiosidad científico-humanista, que lo llevarían por rumbos totalmente novedosos, imposibles de predecir”.⁵⁴

El Dr. Dörr regresa en 1966 junto a su familia a Chile, para trabajar junto al Prof. Prinz von Auersperg en la Universidad y en el Hospital Psiquiátrico de Concepción. Permanece en esta ciudad por tres años.

En 1970 se traslada a Santiago para ejercer como Profesor Auxiliar en la Clínica Psiquiátrica Universitaria, dependiente de la Universidad de Chile, además de dirigir el Policlínico, el Pabellón de Varones y, actuar de Director suplente de la misma. Sin embargo, en 1976 renuncia a su cargo, trasladándose como interconsultor e investigador al Instituto de Neurocirugía e Investigaciones Cerebrales de Santiago.

Pero, como al Dr. Dörr lo anima un espíritu de viajero indomable, en 1978 regresa con toda su familia a la Universidad de Heidelberg. Aquí se desempeña como Jefe de Clínica, realizando docencia en las Facultades de Medicina y de Psicología, reencontrándose con quien fuera su mentor Hubertus Tellenbach, con quién colabora en el posicionamiento internacional de la Fenomenología⁵⁵ y de la corriente antropológica de la

⁵⁴ Ídem cita anterior.

⁵⁵ Método filosófico y psicológico, desarrollado por Edmund Husserl que, partiendo de la descripción de las entidades y cosas presentes a la intuición intelectual, logra captar la esencia pura de dichas entidades, trascendente a la misma consciencia. La experiencia humana es el punto de partida de toda búsqueda de la verdad.

Psiquiatría. Durante su permanencia en Alemania, completa su Doctorado en psiquiatría y su aprobación como Neuropsiquiatra y psicoterapeuta alemán.

Tras su regreso a Chile, en 1982, el prof. Dörr es reconocido como una autoridad internacional en diferentes temas de la especialidad, siendo llamado a ocupar un cargo de Jefatura del actual Instituto José Horwitz Barak, todo ello sin dejar de lado la cátedra de Psiquiatría en la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile, permaneciendo fiel a ambas instituciones hasta el día de hoy, demostrando su gran vocación de Servicio Público.

Cabe agregar que, desde 1961, el Dr. Dörr ha sido miembro titular de cuatro Sociedades Nacionales, como la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía de Chile, en la cual se desempeñó como Director, y de siete Sociedades Internacionales, y ha sido nombrado además Miembro de Honor de las Sociedades Peruanas, Argentinas y Españolas de Psiquiatría.

Durante su carrera ha realizado un importante número de publicaciones nacionales e internacionales. “Entre ellas destaca la publicación original de un caso de bulimia nerviosa, bajo el nombre de “Síndrome de hiperfagia y vómito secundario en la mujer joven”, editado por primera vez en la Revista de Neuropsiquiatría en 1972, vale decir, siete años antes que lo hiciera el autor inglés Gerald Russel, considerado erróneamente como el descubridor de esa entidad nosológica. Y como la justicia llega, en 1994 la revista "International Journal of Eating Disorders" reconoce que fue el Dr. Dörr quien describiera por vez primera dicho trastorno”.⁵⁶ Pero, probablemente, sus obras más completas corresponden a los libros "Psiquiatría Antropológica" (1995)⁵⁷ y "Espacio y Tiempo Vividos" (1996), los cuales facilitan el acceso al mundo de la Fenomenología y de la Psiquiatría Antropológica. Asimismo, podemos mencionar diversas publicaciones en revistas nacionales de difusión científica o cultural, como son la revista "Vida Médica" o el Suplemento "Artes y Letras" de El Mercurio, etc.

Retomando un antiguo camino olvidado, en 1996 Otto Dörr se reencuentra con los escritos del poeta alemán Rainer María Rilke, abocándose a la difícil tarea de traducir del alemán sus obras, al encontrar en ellas una serie de errores e la comprensión del texto, tal como él mismo expresara en alguna oportunidad. Culminando dicha misión con la presentación del texto "Las Elegías del Duino"⁵⁸, el cual revela un nuevo sentido y una traducción más fiel con los originales de tales escritos.

⁵⁶ Ídem nota anterior.

⁵⁷ En este texto se estudian las complejas relaciones existentes entre el fenómeno del delirio y la verdad, entre la depresión y la fenomenología de la corporalidad, entre la anorexia y la interacción familiar.

⁵⁸ Corresponden a 10 escritos realizados a partir de 1912 y culminados en 1922, formando una de las creaciones cumbres de la poesía del siglo XX.

El Profesor Dörr ha recibido numerosos premios, siendo el más importante y trascendente el otorgado por la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía le otorga, en 1994, el Premio por "Aportes Extraordinarios a la Especialidad", por el artículo "Síndrome de hiperfagia y vómito secundario en la mujer joven". En 1986 recibe el premio anual del Instituto de Estudios Humanísticos de Chile y en 1992 el Premio Internacional de Psiquiatría, otorgado por la Fundación "Dr. Margrit Egnér" de Suiza. En 1999 es elegido Miembro de Número de la Academia de Medicina del Instituto de Chile, ocupando dicho cargo hasta el día de hoy. Durante el 56 Congreso Anual de la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía, año 2001, fue nombrado "Maestro de la Psiquiatría Chilena".

XVI. EL TEST DEL PROFESOR DÖRR.

El Doctor Otto Dörr Zegers, a quien ya nos hemos referido, en la Revista del Domingo, publicó un artículo llamado “Viaje a la intimidad”, en el cual elabora un test, por medio del cual pretende ayudarnos, de una forma distinta, en este viaje (como él mismo lo llama) del autoconocimiento. En este texto, el autor nos presenta 10 indicadores, con sus respectivas reflexiones, que comprenden aspectos internos del hombre, como los valores, pero también factores externos, como la espacialidad.

Explica el doctor que, la mayor parte de los test se refieren a los valores, pero “pasan por alto así factores psicobiológicos básicos que determinan en gran medida el modo de comportarse de una persona humana”⁵⁹.

En este test, en definitiva, lo que se busca es abarcar al hombre en su conjunto, partiendo por lo físico y llegando a lo subjetivo, sin dejar fuera ningún tema que pueda ser relevante.

Abordaremos cada uno de estos indicadores, haciendo referencia, en primer lugar a lo que el autor analiza al respecto y, luego, daremos nuestra visión y opinión, teniendo como punto de vista el acercamiento de éstos al mundo de las profesiones jurídicas y su ejercicio.

⁵⁹ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 4.

XVII. CORPORALIDAD.

“¿Cómo siento habitualmente mi cuerpo?: No tengo conciencia de él. O me pesa, no me acompaña en mis propósitos, se me interpone entre yo y el mundo. O me olvido y abuso de él (cuando trabajo, fumo, bebo o trasnocho en exceso). O me hace todo fácil porque me sobra la vitalidad. O le tengo desconfianza y vivo temiendo que me traicione con alguna enfermedad”.⁶⁰

Todos los seres humanos somos cuerpo y mente, ambos forman un solo todo, imposible de disuadir. Nuestro cuerpo funciona y se mueve, gracias a nuestra mente.

Existen dos tipos de lenguaje, el propiamente tal, que se expresa con palabras y el lenguaje corporal (somatológico). Éste último es de vital importancia en nuestra profesión, sobre todo si consideramos la senda de la oralidad que está recorriendo el sistema procesal chileno, pues no basta con saber leer y escribir, también tenemos que usar nuestro cuerpo como signo para persuadir y expresar aquello que está en nuestra mente (conocido es el caso de don Victorio Pescio, quien destacaba entre sus pares, precisamente por su forma casi teatral de desenvolverse en los alegatos); así, pues, el desplante que pueda tener un abogado litigante frente a los magistrados de la Corte de Apelaciones, será fundamental en la decisión que éstos tomen, porque con su cuerpo y con sus palabras debe convencerlos y presentarse ante ellos. Probablemente esto mismo es lo que se ha tenido en consideración en distintas Universidades, incluida la nuestra, al agregar dentro de los ramos impartidos, el de Expresión Oral y Escrita o alguno similar, en que se enseñe cómo desempeñarse y desenvolverse en un sistema predominantemente oral.

El cuerpo es un instrumento al servicio de la mente, por medio de él logramos ejecutar lo que la mente ordena, ya sea caminar, hablar o incluso respirar. Nuestro cuerpo adoptará, externamente, la postura o actitud que la mente le obligue a asumir, pero también podemos, a través de nuestro cuerpo influir en la mente.

En este sentido, resulta sumamente útil el estudio realizado por Susana Bloch, titulado “Alba Emoting (despertar de emociones): una técnica psicofisiológica para ayudar a los actores a crear y controlar emociones verdaderas”. Plantea esta autora, en resumen, que adoptando los factores objetivos que la caracterizan, se puede lograr una emoción subjetiva determinada. Para esta autora, hay ciertas emociones básicas: “alegría, enojo, tristeza, miedo y erotismo”⁶¹, de las cuales ha estudiado las expresiones faciales y corporales que las distinguen, desarrollando su técnica sobre la base de reproducir los

⁶⁰ Ídem nota anterior.

⁶¹ BLOCH, SUSANA, Alba Emoting: una técnica psicofisiológica para ayudar a los actores a crear y controlar emociones verdaderas, disponible en página web www.albaemoting.com

aspectos corporales externos para influir en el ámbito psíquico de las personas y recrear, internamente, estas emociones. Así, por ejemplo, la expresión facial y la respiración de la alegría no es la misma que en el caso del miedo.

Tal como su nombre lo señala, está orientado básicamente a la labor de los actores, pero ello no impide llevarlo a las profesiones jurídicas, pudiendo incluso sernos de gran ayuda para disimular el nerviosismo (mostrando una apariencia calmada) que nos producen ciertas situaciones comunes tanto en las vidas de los estudiantes de Derecho como en las de los abogados, como el examen de licenciatura o los alegatos frente a la Corte de Apelaciones.

El cuerpo, además de signo e instrumento, es paciente de las emociones negativas. Es importante tener un cuerpo saludable para llevar a cabo las actividades diarias, pero, lamentablemente, el estilo de vida moderno y la rapidez con que se mueve nuestra sociedad, más los distintos problemas de índole familiar, sentimental, etc., han llevado a un notable crecimiento de enfermedades relacionadas con el aspecto psicológico de las personas, tales como el estrés, la depresión; pero también, y de un modo quizás aún más preocupante, han generado enfermedades físicas que tiene un origen exclusivamente mental. A raíz de este último fenómeno, se habla de somatizar, es decir, tal como lo define el Diccionario de la real Academia Española “transformar problemas psíquicos en síntomas orgánicos de manera involuntaria”.

En este punto, nos llama la atención el libro “Yo (no) quiero tener cáncer”, escrito por la Psicooncóloga Jennifer Middleton S. Según ella, nos maltramos tanto diariamente con un estilo de vida agitado, cansador y estresante que, finalmente, nuestro cuerpo va desarrollando pequeñas enfermedades, hasta derivar en una enfermedad grave como el cáncer. En el mundo jurídico constantemente vemos personas que presentan actitudes de irritabilidad, agobiados por los plazos o por la ausencia de clientes. Incluso desde la etapa universitaria se viven estos sentimientos frente a las pruebas y exámenes. Parte de la prevención y solución de este tipo de enfermedades está en cambiar el estilo de vida, autocuidarse, reconocer que la buena salud es consecuencia de una buena calidad de vida. En resumen, estar sano es una decisión personal y no abusar del trabajo ni de nuestro cuerpo es un buen punto de partida.

XVIII. DESCANSO.

*“¿Cómo duermo y cómo velo?: ¿Me duermo inmediatamente y despierto con facilidad?. Me cuesta dormirme y despierto cansado. Duermo con interrupciones o sueño demasiado, a veces pesadillas. Duermo mucho o poco. En la vigilia, me mantengo igualmente lúcido todo el día, o me canso muy pronto hacia la tarde, o a la inversa, me cuesta concentrarme en las mañanas y sólo alcanzo una buena vigilia en las tardes o en la noche”*⁶².

Descansar bien durante la noche incide directamente en el estado de ánimo, mientras más y mejor durmamos durante la noche, mejor será nuestro día a día y nuestra vida en general. A contrario sensu, dormir mal provoca graves problemas cotidianos, como bajos niveles de atención y concentración, somnolencia y, en caso más graves, alteraciones en la salud como insomnio crónico, dolor de espalda o cuadros de estrés agudo que desemboca en otras patologías; la tensión nerviosa, derivada del exceso de actividad laboral, las presiones y dificultades, generan diversos trastornos, entre ellos el insomnio y mal dormir. Se origina un círculo repetitivo, que se traduce, finalmente, en tensión y temor al insomnio y al propio acto de siquiera intentar dormir, produciendo mayor ansiedad frente al problema.

En este tema se ha desarrollado una fuente relativa a las técnicas del buen dormir, que parte de la base que para dormir bien, debemos tener un buen día y viceversa. Enfrentar el día descansado se transforma en una garantía de rendimiento y buen desempeño en el trabajo y en las distintas tareas cotidianas.

Como datos para un buen dormir, podemos señalar los siguientes:

- a) Crear rutinas a la hora de dormir.
- b) Dormir las horas necesarias.
- c) Dejar los problemas laborales, económicos o familiares fuera de la cama, pues es un lugar para dormir, no para pensar, que debe ser cómodo y confortable.
- d) Realizar actividades relajantes, como ejercicio físico.

En consecuencia, el estrés produce insomnio y, a su vez, el insomnio produce estrés, la clave está en controlar nuestros niveles de ansiedad, dejar de lado las tensiones del trabajo, en la medida que nos dediquemos a un trabajo que nos acomoda y seamos eficaces y eficientes en él, menos preocupación y ansiedad nos generará.

⁶² DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 4.

XIX. AGRESIVIDAD.

*“¿Cómo experimento y/o manejo mi agresividad?: ¿La reconozco en absoluto?. En caso afirmativo, ¿la acepto y la oriento hacia el trabajo, el deporte, la explosión ocasional o le temo y la proyecto hacia fuera, para sentirla como viniendo de los demás?. ¿Soy capaz de sublimizarla realmente o la escondo tras ropajes de apariencia más inocente como la murmuración, la discriminación, la explotación?”*⁶³.

Existen diversas definiciones de agresividad, pero en términos simples, puede decirse que es aquella “tendencia a actuar o a responder violentamente”⁶⁴, generalmente con la intención de causar daño psicológico o físico, está presente en cada uno de nosotros y en todos los aspectos de la vida, pero debemos aprender a encausarla. Se puede manifestar de una forma activa (por medio de actos o palabras) o pasiva (difícil de detectar, puesto que se relaciona con un actuar camuflado), pero en ambas se distinguen dos caminos⁶⁵:

1.- Positivo: implica vivir la agresividad de buena manera, usarla como una especie de combustible generado por nuestro instinto animal; en muchos pasajes de la cotidianeidad debemos recurrir a ella, como cuando alguien no respeta nuestro lugar en una fila, pero también estamos en condiciones de decir que toda profesión requiere un cierto nivel de agresividad particular, por ejemplo, los abogados que se desempeñan en el área Procesal Penal (fiscales y defensores), claramente, necesitan una personalidad más agresiva para lograr imponer su voluntad, que el “abogado de escritorio”.

Alfredo Etcheberry hace patente esta diferencia de personalidades entre los distintos abogados y su dedicación, al señalar que “esa vocación que puede sentirse en lo intelectual y en lo humano por el Derecho Penal, tiene que ir acompañada de cierto temperamento; hay que tener una determinada estructura psicológica para dedicarse a la práctica del Derecho Penal... La vida del criminalista es una lucha constante, precisamente porque se desarrolla invariablemente en los tribunales. Siempre hay un adversario...Requiere más resistencia por lo humano que envuelve y por el ambiente en que se desarrolla”⁶⁶. Agrega este autor que, “es un grave error que muchas veces hasta grandes abogados cometen, el perder el dominio de sí mismo y el compenetrarse tanto con la angustia del cliente y con el sentimiento de injusticia, que se pierde el control de los propios actos”⁶⁷.

⁶³ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 4.

⁶⁴ Diccionario Real Academia Española, vigésima primera edición, disponible en página web www.rae.es.

⁶⁵ PEDRALS, ANTONIO, 2007 y 2010.

⁶⁶ ETCHEBERRY O., ALFREDO, “El abogado y el ejercicio ante los tribunales, en materia penal”, en *La abogacía y sus opciones profesionales*, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1997, p.68.

⁶⁷ *Ibíd*em nota anterior, p.73.

Aparece, de manifiesto el hecho que la agresividad tiene que influir en la elección de vida que adoptemos y para ello es importante conocernos a nosotros mismos, para decidir con plena conciencia si somos capaces de dominar y controlar nuestra agresividad para obtener buenos frutos de ella; si caemos en su red y no somos capaces de detenernos o si, simplemente, no poseemos agresividad alguna. Lo ideal sería lograr un equilibrio, es decir, tener ciertos atisbos de agresividad, pero saber controlarlos y destinarlos a un fin positivo.

2.- Negativo: destruir a un enemigo o, en el caso de los abogados, a la contraparte.

Desde un punto de vista sociológico, algunos autores, como Hobbes, piensan que el ser humano es naturalmente agresivo; lo fundamental es la agresividad, la lucha. El altruismo sería antinatural⁶⁸.

Por su parte, Freud reconoce gran importancia a un hecho de agresividad y deseo sexual (con lo cual se revela la estrecha relación que para él existe entre estas dos experiencias humanas), plasmado esto en el mito sobre el asesinato del padre. En los primeros años de la vida en comunidad, los hombres se organizaban en hordas, en que el padre tenía derechos sobre todas las mujeres, impidiendo a los otros hombres el acercamiento a ellas; finalmente, el padre muere en manos de sus propios hijos. Surgen así, transformando en ley la palabra del padre, instituciones que darían lugar a una nueva cultura, como la prohibición del incesto y la creación de ciertos hechos que quedarían fuera de la ley⁶⁹.

Sea cual sea el primer hecho de agresividad registrado en la historia y la naturaleza de la misma, lo cierto es que vivimos inmersos en una sociedad donde la violencia, al igual que la sexualidad, está presente en todas partes, es parte de la vida moderna, principalmente por la difusión que le dan los medios de prensa, todos los días en las noticias muestran información sobre robos, homicidios, violencia intrafamiliar, etc.; se produce un fenómeno de beligerancia generalizado en el que la gente suele incluir, y hasta culpar, al Derecho, sin alcanzar a visualizar que el Derecho, en la mayor parte de los casos cumple una función de cooperación y prevención de conflictos, pues debe ser considerada como la última ratio, cuando todos los otros tipos de arreglos fallaron.

El Derecho entonces, y más aún quienes trabajan con él, tiene la misión de intentar erradicar la agresividad de la vida en sociedad y para ello, todos los involucrados debemos

⁶⁸ Ídem cita anterior.

⁶⁹ BERCOVICH, SUSANA, El último mito: el asesinato del padre, disponible en página web <http://www.encuentropsicoanalitico.com/s3/Bercovich.pdf>

dar el ejemplo, controlando nuestros impulsos agresivos y destinándolos a fines moralmente aceptados.

XX. SEXUALIDAD.

*“¿Cómo experimento y/o manejo mi sexualidad?: ¿Está ella integrada a mi vida en forma armónica, como uno de mis determinantes biológicos fundamentales, o constituye una zona oscura y amenazadora, llena de significaciones imprecisas, de la que no quisiera oír ni saber?. ¿Sé reconocer su presencia y su fuerza tras inocentes simpatías o antipatías, tras ciertos hábitos, curiosidades o nostalgias?. Cuando corresponde, soy capaz de sublimizarla para hacer de ella el motor de actos de creación y caridad; o es que la reprimo temeroso y no me doy cuenta de cómo se transforma en síntomas corporales, amargura del ánimo o rasgos anormales del carácter”*⁷⁰.

Al respecto toca preguntarnos por el tema del sexo y su relación con el quehacer social. ¿Cómo se ha vivido, desde un punto de vista sociológico la sexualidad en las últimas décadas?. Podemos identificar los siguientes fenómenos⁷¹:

1. Hipersexualización o sensualismo desatado de la sociedad.

En la actualidad los medios de comunicación y nuestra sociedad en general, están marcados por el erotismo; esto se debe a una característica de los individuos modernos, cual es el interés por el hedonismo (búsqueda de placer, material o espiritual, como fin supremo de la vida), transformándose en un recurso utilizado, incluso excesivamente en algunos casos, para vender bienes y servicios, valiéndose para ello de mensajes eróticos que, normalmente, nada tienen que ver con lo que se ofrece al consumidor. Por ejemplo, vemos constantemente comerciales de perfumes, máquinas de afeitar que se valen de esta táctica, pero también la encontramos en casos como propagandas de bebidas no alcohólicas, inmobiliarias, etc. Lo que se busca es encender la imaginación de los potenciales compradores, a través de estímulos sexuales, es decir, por ejemplo, que el joven piense que si usa determinado perfume tendrá más éxito con las mujeres.

Lamentablemente, esta hipersexualización está conectada a problemas de difícil manejo y erradicación, como la pedofilia, todo ello producto del carácter masivo que han adquirido los computadores y otros aparatos tecnológicos, que facilitan el acceso a estos mensajes erotizados a personas que no tienen control de sus instintos o, quizás igualmente grave, a niños que no están en condiciones de madurez para entender o manejar el subtexto del mensaje.

⁷⁰ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, p. 4.

⁷¹ PEDRALS, ANTONIO, 2010.

2. Caída de los tabúes tradicionales.

En los años 50 comienza a gestarse una verdadera liberación sexual, que tendrá su apogeo en las década de los 60, incentivada por el desarrollo de los métodos anticonceptivos, la aparición de ciertas prendas de vestir menos recatadas (como el bikini y la mini falda), como por una simple sensación de libertad que impregnaba el ambiente post guerras.

Se produce un cambio ideológico y jurídico respecto de la homosexualidad, el concepto de familia la religión y el aborto, entre otros. Estos temas, en épocas anteriores, no eran discutidos ni aun privadamente, hoy es algo que se discute en los colegios, universidades e incluso se habla de ellos en los medios de prensa, cosa que habría escandalizado a las antiguas generaciones (y no tan antiguas, a decir verdad).

Actualmente vemos como ciertos personajes han decidido reconocer públicamente su inclinación sexual, poniendo en jaque a algunas de las instituciones sociales, coloquialmente se habla de “salir del clóset”. Quizás uno de los ejemplos que más llama la atención, sobre todo por su trascendencia a nivel jurídico, es el de la Jueza Karen Atala.

En este caso, se inició una disputa legal entre ella y su marido por el cuidado personal de sus hijas; en el juicio, y como modo de acreditar la incapacidad moral de la madre para educar a las niñas, se ventiló su lesbianismo. Finalmente, el Tribunal estuvo de acuerdo con la posición de la contraparte y decidió negarle el cuidado personal, por lo que la mujer recurrió ante la Comisión Interamericana de Derechos Humanos. Sin embargo, y sólo a modo de reflexión personal, nosotros nos preguntamos ¿es esto justo?, ¿pierde su calidad moral una persona por el sólo hecho de tener una preferencia sexual distinta al común de la gente?. Sólo diremos que, finalmente, cada sociedad determina qué conductas sexuales son consideradas adecuadas en un lugar y momento determinados.

Desde el punto de vista jurídico, podemos mencionar algunos aspectos en que el tema de la homosexualidad tiene relevancia, como son el cuidado personal relación directa y regular con los hijos; matrimonio o, lo que se ha discutido con mayor frecuencia, que es la creación de una regulación relativa a las uniones de hecho entre parejas del mismo sexo o bien heterosexuales.

3. Avances y descubrimientos científicos.

Podemos manifestar fácilmente que esto corresponde al trasfondo de los temas antes discutidos. En el ámbito de la ciencia, a fines del siglo XIX, se produce un gran avance, encabezado Sigmund Freud⁷², quien declaraba que “el deseo de ser grandes, junto al

⁷² De origen austriaco, neurólogo de profesión, una de las figuras más importantes del ámbito intelectual del siglo XX, padre del psicoanálisis.

impulso sexual es lo que lleva al hombre a hacer cosas”. El mérito de Freud es haber sacado de las sombras y haber puesto sobre la mesa el tema de la sexualidad (aunque no todos los especialistas coinciden en la extrema acentuación del tema que efectúa Freud).

Dentro del tema de la sexualidad, un último asunto a abordar es el de los géneros. Como punto de partida, debemos señalar que el ser humano, desde su infancia e instintivamente, tiende a formar grupos compuestos por personas que se identifican entre sí y adoptan marcas que los diferencien de otros grupos, así, la división más grande es la que existe entre hombres y mujeres. Para esto, debemos distinguir que una cosa es el sexo, femenino y masculino, realidad biológica innegable; y otra, muy distinta, vinculada a la mente humana, es el género, que hace una división entre hombres y mujeres, enfocándose en las mujeres y los diversos papeles que desempeña, ya sea en el ámbito laboral, doméstico o social.

La Lic. Valeria Ramos define el género (y la relación existente entre sexo-género), como una “construcción socio cultural, por la cual cada sociedad en un momento histórico determinado asigna a las personas en función del sexo características, roles, funciones, atributos, permisos y prohibiciones, con valoración y jerarquía social distinta. Las cuales coartan la libertad y autonomía”⁷³.

Durante años la mujer quedó relegada a un papel secundario en la sociedad, como una forma de clasificar las tareas en femeninas y masculinas, quedó exclusivamente dedicada al cuidado del hogar y la familia. Con el devenir de los años, las mujeres fueron tomando un rol más relevante en la vida social, comenzaron a luchar por las igualdades políticas y laborales, con importantes resultados.

Normalmente se acostumbra afirmar, tomando como base la Teoría del Género, que el hombre es hombre y la mujer, mujer, no porque físicamente sean distintos, sino porque de un modo socio-cultural se les ha diferenciado y la única forma de revertir esa desigualdad es cambiando socio culturalmente lo que entendemos por hombre y mujer. La consecuencia más importante de esta diferencia de géneros radica en las relaciones de poder que se originan entre hombres y mujeres, siendo, normalmente, éstas últimas las que resultan desfavorecidas, produciéndose una serie de efectos perjudiciales, sobre todo en el ámbito laboral. Por ejemplo, las mujeres tienen menos posibilidades de ser contratadas (sobre todo durante su edad fértil), no tienen acceso ni a los mismos puestos de trabajo ni a iguales remuneraciones (las mujeres tienen, en promedio, una remuneración 23% más baja

⁷³ RAMOS BRUM, VALERIA, “Educar desde un enfoque de género”, I Jornadas de Educación y Género, disponible en página web www.scribd.com

que los hombres por el mismo trabajo) y, por si lo anterior no fuera suficiente, las víctimas de acoso laboral, suelen ser mujeres. Como una forma de dar solución a los problemas de inequidad, desigualdad y subordinación, antes mencionados, se ha elaborado toda una legislación que tiende a la discriminación positiva de la mujer, es decir, en el caso concreto, a fomentar su contratación, favorecer la igualdad de condiciones laborales, entre otras medidas.

Quizás estas soluciones rindan buenos frutos desde una mirada teórica, pero en la práctica el cambio debe producirse en la mente de los chilenos, pues se nos considera un país eminentemente machista; así, mientras no se supere el concepto de mujer reproductora y relegada a las labores domésticas y de crianza de los hijos, el Derecho y sus aportes no serán más que una ilusión.

Howard Gardner crea el concepto de la llamada “mente respetuosa”, que, tal como su nombre lo dice, supone respetar las diferencias entre personas, ya sea de sexo (que es la que nos interesa en esta parte de nuestro estudio), económicas, políticas, religiosas, etc.; al respecto se pregunta ¿cuál sería una meta razonable? y responde “personalmente me inclino más por el concepto de respeto. En lugar de pasar por alto las diferencias, de dejarnos inflamar por ellas o de intentar aniquilarlas mediante el odio o el amor, invito a todos los seres humanos a que acepten las diferencias, a que aprendan a vivir con ellas, a que valoren y respeten a quienes forman parte de grupos distintos del suyo”⁷⁴. La vía para lograrlo, en opinión del mismo autor, es “formar personas respetuosas con las diferencias”⁷⁵, aunque ello no garantiza la consecución de una mente respetuosa, en lo cual tienen un papel relevante las ciencias sociales y humanidades en general, principalmente proveyendo modelos a seguir que cultiven una mente respetuosa, sobre la creencia de que, a fin de cuentas, todos formamos una misma comunidad.

⁷⁴ GARDNER, HOWARD, 2006, p. 79.

⁷⁵ *Ibíd*em cita anterior, p. 83.

XXI. ANGUSTIA Y CULPA.

“¿Cuál es mi relación con la angustia y la culpa?: Dos sentimientos básicos del hombre, muy cerca de lo corporal, la primera; más próxima al espíritu, la segunda. Frecuentemente van de la mano. Ambas son transiciones casi imperceptibles hacia la patología; la primera como síntoma central de la neurosis y la segunda, de la depresión. ¿Las experimento en absoluto o vivo como si no existieran?. Cuando surgen, ¿las vivo a fondo en el retiro solitario o acudo rápidamente a otro clamando ayuda?. Cuando pasa la tempestad, ¿permanezco asustado o inquieto o buscando olvidar en cualquier embriaguez o soy capaz de resurgir más maduro, más consistente, más abierto a aceptar la menesterosidad de nuestra condición humana y la necesidad de una esperanza?. Al margen de esta experiencia universal hay personas por naturaleza ansiosas (nerviosas) y otras ‘culposas’, sin implicar esto enfermedad alguna”⁷⁶.

No existe unanimidad en cuanto a la definición de culpa, sin embargo, vemos que “Freud pensaba que la culpa servía para regular de una forma efectiva el comportamiento social. Si la gente no se sentía culpable, decía, no se preocuparían mucho a la hora de lastimar a otros, ya sea emocionalmente o dañando su propiedad”⁷⁷. Por otra parte, el Psicólogo Alberto Abaigar, señala que “la culpa es la responsabilidad de una acción o un suceso relativo a una falta más o menos grave, cometido a sabiendas o voluntariamente”⁷⁸.

Una de las epidemias que afecta a nuestra sociedad es la depresión y, aunque tiene diversas fuentes y orígenes, uno de los más recurrentes se asienta en la culpa, por esto, y como una forma de hacer frente a este flagelo, ya nos decía John Powell en su libro *El enigma del yo*. Guía de autoconocimiento que “debo eliminar la palabra culpa de mi mente y de mi vocabulario. Es de suma importancia no culpar a otros ni tampoco a nosotros mismos, sólo se trata de asumir la responsabilidad de nuestro comportamiento y sentimientos, en el sentido que se trata de algo que proviene de mí”. Nosotros somos responsables, no culpables; el término culpa debe quedar encapsulado en otras áreas como el Derecho Civil o Penal.

En cuanto a la angustia, vemos que tanto ésta como la ansiedad, son tensiones psico-internas, muy similares, pero tienen algunas diferencias sutiles:

⁷⁶ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 5.

⁷⁷ ANÓNIMO, ¿La culpa para qué sirve?, página web <http://depsicologia.com/la-culpa-%C2%BFpara-que-sirve/>

⁷⁸ ABAIGAR, ALBERTO, disponible en página web <http://pensarsm.com.ar/pensar/art09.htm>

1.- Ansiedad: “es un estado emocional que genera una situación de alerta, donde hay un aumento de la percepción, debido a una necesidad del organismo”⁷⁹. La ansiedad parte por un proceso físico que, no necesariamente, desemboca en algo psicológico, de carácter normal y hasta necesario en las personas, pero es necesario distinguirla de aquella que interfiere con nuestra actividad normal. Se refiere a un estado de malestar emocional situaciones que estamos anticipando, temores y amenazas específicas futuras, presentes en la vida cotidiana, a lo largo del desarrollo de las tareas que el individuo debe resolver.

2.- Angustia: “es un estado emocional penoso y de sufrimiento psíquico donde el sujeto responde ante un miedo desconocido”⁸⁰. Es considerada como un aspecto de la humana conditio, pues todo ser humano, en algún momento, la sufre. La persona visualiza un peligro y gatilla un miedo a lo desconocido, acompañado de una respuesta que se refleja en síntomas físicos, tales como falta de aire, temblores, sudoración, etc. e incluso cambios metabólicos, al prepararse el cuerpo para repeler esta amenaza externa, pudiendo existir casos graves de cuadros de angustia que deriven en crisis de pánico y necesiten de un tratamiento más complejo.

Los sistemas actuales de vida, acelerados, impersonales, tensionantes, en que lo único que importa es el éxito, han provocado un estado de ansiedad y angustia permanente en muchas personas, temerosas de fracasar, de no desempeñar correctamente su papel en la sociedad y de no lograr cumplir las expectativas que los demás han creado en torno a ellos.

Los estudiantes y profesionales del área jurídica no están exentos de estas vicisitudes, basta con observar las reacciones y formas de enfrentar los exámenes de fin de año en la Universidad, el mismo examen de Licenciatura (en que muchos alumnos se paralizan y son incapaces de responder aún las preguntas más simples) y, cuando ya se está inserto en el mundo laboral, las audiencias ante los tribunales u otros desafíos. Es en este último punto donde se devela la importancia del autoconocimiento, pues si tenemos claras nuestras debilidades y fortalezas, podremos diferenciar, fácilmente, si logramos manejar adecuadamente lo que significa desarrollar actuaciones orales en los juzgados, pues muchos abogados tienen serios problemas con el desempeño de sus funciones, cuando estas no deben realizarse por escrito. En resumen, si no tenemos capacidades para ser buenos litigantes, y si ello nos genera una ansiedad desmedida, debemos ser lo suficientemente inteligentes como para optar por otro camino o superar nuestras desventajas.

⁷⁹ MENDEZ ERRICO, SEBASTIÁN, ¿Qué es ansiedad?, disponible en página web <http://www.innatia.com/s/c-controlar-la-ansiedad/a-definicion-de-la-ansiedad.html>

⁸⁰ MENDEZ ERRICO, SEBASTIÁN, ¿Qué es la angustia?, disponible en página web <http://www.innatia.com/s/c-trastorno-de-angustia/a-que-es-la-angustia.html>

Mecanismos para controlar la ansiedad y angustia⁸¹:

1.- Medidas específicas:

- a) Racionalizar, organizar y ordenar la carga de trabajo y su realización.
- b) Sentido del trabajo: es importante que la labor que se lleva a cabo tenga un sentido, nos produzca alegrías y no sea algo vacío o poco placentero; en suma, que se trate de algo incorporado naturalmente a nuestra vida.

2.- Medidas generales:

- a) De carácter físico: en este punto son importantes las técnicas de relajación o incluso podemos practicar el Alba Emoting del que ya hablamos en el apartado de la corporalidad.
- b) Psicofísicas: descansar la mente y el cuerpo, liberar las tensiones de ambos.
- c) Psíquicas: aliviar la mente, divertirse, buscar pasatiempos que nos lleven a pensar en algo distinto que nada tenga que ver con el trabajo.
- d) Espirituales: aunque su nombre pueda provocar confusión, es algo que va más allá de lo religioso. Comprende alimentar el espíritu, realizar acciones o tareas que se aparten de lo laboral y que, en pocas palabras, nos llenen de felicidad y satisfacción; implica darle sentido a nuestra existencia; puede ser algo tan simple como pasar tiempo con los hijos o pertenecer a una fundación.

⁸¹ PEDRALS, ANTONIO, 2007 y 2010.

XXII. HÁBITAT.

“¿Cómo habito mi casa o mi dormitorio? y, más allá, ¿el paisaje? (espacialidad):

la morada es una función de la corporalidad, casi la prolongación de ella en el espacio. Hay muchas formas de habitar: con amor o con indiferencia, con orden o con desorden con fijación al lugar o libertad frente a él...; personas que habitan aislándose del resto, otros cuya morada es abierta y ayuda a unir y no a separar, etc. ¿Prefiero la ciudad o el campo, la cordillera o el mar, el cerro o la llanura, el desierto o los bosques, el parque o los jardines?. Cada uno de estos amores o preferencias apunta a una determinada forma de vivir la dimensión del espacio, y ayuda a configurar el ‘camino de la vida’⁸².

En este punto se aborda el tema partiendo por lo micro, hasta lo macro. Comienza por la propia habitación, la casa; la oficina, en el caso de los abogados que se dedican al ejercicio libre de la profesión, por ejemplo, debe ser un lugar ordenado, organizado, pues el material que se acumula sirve para las cosas nuevas que van apareciendo en el camino, los papeles y escritos sirven de experiencia a la que se puede recurrir, sin mencionar los códigos y libros que es necesario tener, pues en esta profesión nunca se termina de estudiar y aprender.

Afortunadamente, hoy en día, gracias a los archivos digitales es mucho más fácil mantener un orden en la información, sin embargo se presenta el problema de la pérdida de estos datos cuando no son bien almacenados o cuando se guarda sólo una copia. Es recomendable crear archivos con nombres determinados, lo más completos posibles que hagan simple la identificación del contenido y mantener más de un ejemplar, de preferencia uno material y otro computacional.

Al hablar de hábitat nos referimos también a la naturaleza en general, porque somos parte de ella, vivimos insertos en un medio ambiente que debemos cuidar de la contaminación y también debemos defender los recursos que se nos han otorgado, pues no son inagotables. Es importantísimo que dentro de nuestro proyecto de vida tomemos conciencia de lo anterior, incluso haciendo uso de nuestra profesión para lograr los cambios y avances que se requieren en estos temas, siempre será considerada una buena causa cuando se trata de la protección de la flora y fauna que nos rodea.

⁸² DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 5.

XXIII. TEMPORALIDAD.

“Cuál es mi sentido del tiempo?: No nos referimos al tiempo horario, invención del pensar científico, sino a las dimensiones del pasado-presente-futuro, al tiempo del proceso madurativo, de las etapas de la vida; al tiempo como oportunidad, urgencia, logro, omisión, crisis; al tiempo del trabajo y del ocio; al tiempo del recuerdo, la emoción del momento o la fantasía del porvenir.

¿Es que vivo demasiado preso de mi pasado en lo bueno o malo que haya tenido o me proyecto incesantemente en un futuro irreal huyendo de las frustraciones del momento?. ¿O vivo preso de la urgencia y desconozco el reposo y la reflexión?. Dejo todo para un ‘mañana’ o vivo obligado a terminar todo ‘hoy’?. ¿Es el transcurrir del tiempo un mero envejecer, un acercarse inexorablemente al término de la muerte o lo vivo como un crecer, un madurar hacia el acabamiento de mi obra (la vida) en la muerte?”⁸³.

Es innegable la influencia que el tiempo ejerce en nuestras vidas y para analizarla usaremos la teoría elaborada por John Powell, resumida por él mismo en la frase “nuestro pasado resulta ser el prólogo del presente y futuro”⁸⁴. Según explica este autor, todo aquello que nos va ocurriendo, en el pasado, es interpretado por nosotros y queda grabado en el cerebro, para, posteriormente, ser exteriorizado, en el presente y futuro, a través de nuestros pensamientos, acciones y reacciones; respecto de las cuales vemos que, en muchas ocasiones, en lugar de estar determinadas por el adulto que somos hoy, “puede ser que el niño que fuimos alguna vez esté manejando nuestra vida, sin que nos demos cuenta de la influencia que el pasado tiene sobre nuestro hoy”⁸⁵; el autor se refiere a un niño que maneja el autobús de la vida de un adulto y nos da como ejemplo el caso de un hermano mayor que siente celos, desde pequeño, del hermano menor, y carga con esos sentimientos incluso durante su vida adulta⁸⁶.

La solución, en estas situaciones, está en buscar las herramientas en el autoconocimiento, reevaluar las interpretaciones que hemos elaborado durante nuestra vida, conocer nuestras acciones y reacciones, asumir la responsabilidad de ellas y tener la valentía de cambiar aquello que requiera ser mejorado.

Si bien el Doctor Dörr es categórico al señalar en este punto que no se refiere al tiempo horario, sino más bien a lo que nos referíamos con anterioridad, no podemos desconocer que, en el ejercicio de las profesiones jurídicas, éste puede ser un gran aliado o

⁸³ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 5.

⁸⁴ POWELL, JOHN, 1998, p.33-34.

⁸⁵ Ídem nota anterior.

⁸⁶ Ibídem nota anterior, p. 54-55.

el principal enemigo. La sociedad actual se mueve a una velocidad estrepitosa, la única opción que tenemos es seguir el ritmo, aunque sea casi imposible.

No obstante esta celeridad imperante, toda área del mundo jurídico tiene su tiempo propio, en los juzgados las cosas avanzan algunas veces tan lentas, que la percepción de la gente iletrada (entendiéndolo en el sentido de ignorante en alguna disciplina), es que no hay movimiento alguno y que la justicia tarda en llegar. La otra cara de la moneda la vemos en los abogados dedicados al ejercicio libre de la profesión, siempre agobiados por los plazos, intentando organizarse y ordenarse, para no cometer algún error que pueda perjudicar a su cliente. Por algo el séptimo de los mandamientos del abogado, creados por el abogado y profesor uruguayo, Eduardo Couture reza: “ten paciencia, el tiempo se venga de las cosas que se hacen sin su colaboración”⁸⁷.

Teniendo en mente lo importante que es el tiempo para nosotros, mencionaremos algunas técnicas de buen manejo del tiempo⁸⁸, que en ningún caso pretenden ser imperativos, pues finalmente cada uno tiene una especie de cronómetro interno que debe respetar:

- a) Para lograr una buena administración del tiempo, debemos planificar, hacer listas de tareas u objetivos diarios o semanales, pero hay que poner especial atención en no incluir más cosas de las que podamos realmente, porque si distribuimos mal la carga de trabajo, lo único que lograremos es agobiarnos y no cumplir nuestras metas.
- b) Dedicar a cada tarea el tiempo que requiere, ni más ni menos, en el fondo implica, en términos informales “no sacar la vuelta”. Incluso se debe destinar un tiempo de nuestros días al ocio y descanso y no recargarlos con trabajo.
- c) Aprender a trabajar en equipo; en la medida que tengamos conocimientos de nuestras capacidades, podremos dividir la carga laboral con los compañeros, evitando así un agotamiento de unos pocos y el desperdicio del tiempo de otros.

⁸⁷ Mandamientos del abogado disponibles en página web www.justiciayderecho.org/revista2/articulos/LOS%20MANDAMIENTOS%20DEL%20ABOGADO%20eduardo.pdf

⁸⁸ PEDRALS, ANTONIO, 2010.

XXIV. RELACIÓN CON EL TRABAJO.

“*¿Cuál es mi relación con el trabajo?:* El trabajo como la forma concreta que le doy al impulso creador de mi existencia, y como vehículo de realización. ¿Lo vivo como mera obligación o me entretengo en él?. ¿Es sólo una necesidad, un mal menor, o no podría vivir sin realizarlo?. Si lo realizo bien, ¿soy acucioso y detallista o caigo en la negligencia y en la irresponsabilidad?. ¿Estoy siempre buscando qué hacer o puedo estar sin hacer nada?. ¿Soy lo suficientemente ambicioso como para desplegar en él todas las posibilidades que Dios me dio o me dejo invadir por la pereza?”⁸⁹.

José Ortega y Gasset, junto con considerar la vocación como el motor y razón de ser de la vida, divide en tres grupos la ocupación humana⁹⁰:

- a) Actividades necesarias para la existencia.
- b) Actividades trabajosas.
- c) Actividades felicitarias.

Antiguamente no era necesario buscar una actividad felicitaria, en la cual desarrollar las habilidades y virtudes, pues ésta estaba determinada por el contexto en que se nacía, así el hijo de un herrero debía continuar la labor de su padre. En la actualidad, existe un enorme abanico de posibilidades, cualquiera puede alcanzar la cima, sin importar el punto de partida y, en ese camino, es vital lograr una relación satisfactoria con el trabajo, para lo cual se recomienda buscar un equilibrio, consecuencia de la exploración interna de fortalezas y debilidades (pues el buen desempeño debe basarse principalmente en las primeras), entre las siguientes cosas⁹¹:

- 1.- Intereses personales.
- 2.- Competencias: incluye conocimientos, habilidades y destreza. Por ejemplo puede un abogado tener interés personal en la litigación, pero no poseer las competencias que ello requiere.
- 3.- Oportunidades laborales.
- 4.- Sentido personal que le damos a la tarea: debe estar en conexión con nuestras preocupaciones existenciales, a través de nuestro trabajo buscamos una forma de contribuir a formar una sociedad y, por qué no, un mundo más justo.

⁸⁹ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 6.

⁹⁰ MORO PERALTA, BLANCA y POLONIO LOPEZ, BEGOÑA, *Terapia ocupacional, Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, N° 34, 2004, resumen disponible en página web <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2263975>

⁹¹ PEDRALS, ANTONIO, 2010.

Peter Drucker, en su artículo “Gestionarse a sí mismo”, plantea que para lograr el éxito no sólo basta con conocer las fortalezas y debilidades, sino que el buen desempeño también depende de otros factores; en este sentido él propone las siguientes preguntas o reflexiones⁹²:

- 1.- ¿Soy un lector o un auditor?: pocas personas logran ser ambos o cambiar de una condición a la otra.
- 2.- ¿Cómo aprendo?: esto puede ser oyendo, leyendo, escribiendo, haciendo, escuchándose hablar (los abogados litigantes exitosos aprende de esta forma). De los distintos vértices del autoconocimiento, comprender cómo aprendemos es el más simple de lograr, “actuar a partir de ese conocimiento es la clave del desempeño”, nos dice el autor, sin embargo normalmente nos desempeñamos con total ignorancia.
- 3.- ¿Trabajo bien con la gente o soy un solitario?, ¿en qué tipo de relación?. Algunas personas trabajan mejor como subordinados, otras como miembros de un equipo u otras solas.
- 4.- ¿Produzco resultados como tomador de decisiones o como asesor?.
- 5.- ¿Me desempeño bien bajo presión o necesito un entorno predecible y altamente estructurado?
- 6.- ¿Trabajo mejor en una organización grande o en una pequeña?.

Máximo Pacheco, en el prólogo del libro “La abogacía y sus opciones profesionales” nos da una especie de enumeración de algunas de las áreas en que se pueden desenvolver los abogados y que se tratan en el ciclo de Conferencias del mismo nombre, realizadas en 1997 en la Universidad de Chile y que dan origen a la obra. Éstas son: magistratura; abogados y ejercicio ante tribunales en materia civil, penal, laboral, arbitral; el abogado y la asesoría legal, la política, el notariado, periodismo, servicio público, las finanzas, la diplomacia, actividad académica y empresarial⁹³.

Como una forma de aproximar lo que ya hemos dicho a la realidad concreta y cotidiana, vemos que en las profesiones jurídicas existen muchas áreas en las cuales podemos desenvolvemos y en cada una de ellas reside un sentido propio y particular, y el abogado tendrá una relación distinta con su trabajo; por esto, haremos una reflexión pequeña de tal vínculo y relación respecto de algunos de esos ámbitos⁹⁴.

a) Notariado: para develar el sentido de este trabajo, destacaremos el caso de Luis Díaz Mieres, reconocido por el buen funcionamiento de su notaría en Valparaíso y por su preocupación por el bienestar laboral de sus empleados, autor del libro “Derecho Notarial Chileno”, en el cual realiza un gran aporte doctrinario al recopilar prácticas notariales de la vida corriente que no se encuentran en otro texto.

⁹² DRUCKER, PETER, 2005, p. 88-92

⁹³ PACHECO, MÁXIMO, 1997, p. 7-9.

⁹⁴ PEDRALS, ANTONIO, 2010.

En el prólogo de su libro, Díaz nos da a entender que por encima de las beligerancias políticas, debates y más allá de amistades y enemistades, más allá de las oposiciones entre los hombres, “siempre será indispensable que un hombre imparcial, de moralidad intachable, idóneo y de confianza para todos, invista el ministerio de la fe pública, por delegación de la soberanía nacional, y sirva de árbitro neutral entre las partes, con el alto designo de precaver conflictos, armonizar y conferir plena seguridad a las convenciones. Ese hombre es el notario”⁹⁵. Con estas simples, pero clarificadoras palabras, queda de manifiesto el sentido y la relación que debe existir en y con el trabajo notarial.

b) Abogados de organizaciones: incluye a abogados de servicios públicos, empresas privadas, asociaciones gremiales, entre otros. En estos casos, el principal desafío es entregar un buen servicio, útil y confiable al cliente, ya sea un particular o una empresa.

Mención aparte merece el caso del abogado de reparticiones públicas, pues debe cumplir con una serie de deberes particulares, establecidos en beneficio de los ciudadanos, además de enfrentar los procesos anuales de calificación.

c) Abogado litigante: se suele decir que es aquel que se dedica al ejercicio libre de la profesión, es el que está en los tribunales, en una continua “pelea” por la justicia. Su relación con el trabajo está marcada por el respeto y cumplimiento del Código de Ética Profesional del Colegio de Abogados, al cual ya haremos referencia en el apartado que trata sobre la espiritualidad, que delimita su marco de actuación y regula las relaciones entre abogados, de abogados con clientes o entre éstos y los tribunales.

d) Juez: es quizás una de las labores más complejas, pues está encargado de aplicar la ley e impartir justicia en cada caso particular, sin embargo, lo que es justo para algunos no lo es para otros. Los jueces en Chile son “prisioneros” de la ley, aunque tienen un cierto margen de interpretación, pero ello no implica que puedan fallar siempre conforme a los principios de equidad.

El primer problema que deben enfrentar los jueces lo advertía el ex presidente, Patricio Aylwin, en el mensaje con que se inició el proyecto de ley que terminaría por crear la Academia Judicial, al señalar “...la formación que reciben los futuros abogados en las escuelas de Derecho de la diversas Universidades de nuestro país, está orientada fundamentalmente a otorgarles los conocimientos y habilidades necesarias para el ejercicio profesional como litigantes, no siendo distinta a la formación que reciben en esos centros

⁹⁵ DIAZ MIERES, LUIS, Derecho Notarial Chileno, 3ª edición, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1983.

los futuros magistrados, quienes sin embargo deben realizar funciones del todo diferentes a aquellas para las que son educados”⁹⁶.

Como segundo escollo y, más grave e importante aún, vemos que los jueces se ven enfrentados a un permanente exceso de tareas, trabajan constantemente abrumados por expedientes y por el control que los tribunales superiores ejercen sobre ellos (en el caso de los de primera instancia), el cual tiene una forma muy poco acertada de calificar, pues se basa en el número de sentencias dictadas. A raíz de este control se origina otro conflicto, cual es que los jueces no son capaces de dedicar a cada causa el tiempo que requiere; algunas son de rápida tramitación y resolución, no ofreciendo mayores inconvenientes, pero las que se ven perjudicadas son, justamente, aquellas de mayor complejidad jurídica y social, que necesitan mayor dedicación, todo esto desemboca en la falta de creatividad a la hora de decidir un asunto controvertido. El criterio de los tribunales superiores de justicia en orden a privilegiar la cantidad de casos resueltos se ha transformado en algo insostenible en el tiempo, cuya única consecuencia pareciera ser deteriorar, aún más, la ya dañada imagen pública de la justicia chilena.

e) Trabajo académico: hoy, debido al creciente número de escuelas de Derecho en el país, se ha vuelto un nicho bastante explotado y que genera muchos puestos de trabajo, con los beneficios que ello implica para los estudiantes y para los profesores. Lo positivo de la labor académica es el contacto con los jóvenes, llenos de nuevas ideas e inquietudes que representan un desafío para el maestro que debe responderles. Sin embargo, como ya hicimos mención en el capítulo primero, específicamente en el apartado dedicado al panorama actual de las profesiones jurídicas, la enseñanza del Derecho presenta muchos defectos, de difícil, pero no imposible, solución (incluso en nuestra escuela se han superado algunos de estos obstáculos con cierto éxito).

Peter Drucker señala que “saber cuál es su lugar puede transformar a una persona común, trabajadora y competente, pero en otros aspectos, mediocre, en alguien de desempeño excepcional”⁹⁷. En el Derecho, normalmente no existe el amor a primera vista, muchos abogados odiaban la idea de estudiar tanto y no eran buenos alumnos, sin embargo, en el ejercicio de la profesión destacan; y, al revés, muchos otros cultivaron grandes logros académicos, pero muy pocos profesionales, por esto toma tanta relevancia el conocernos antes de decidir cuál será nuestro camino.

⁹⁶ LIBEDINSKY, MARCOS, El abogado y la magistratura, en “La Abogacía y sus opciones profesionales”, de Máximo Pacheco, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1997, p.24.

⁹⁷ DRUCKER, PETER, 2005, p. 92.

La única manera de descubrir sus fortalezas es mediante el autoconocimiento, así sabremos con certeza cuáles son nuestras fortalezas y debilidades. Por ende, al concentrarnos en nuestras fortalezas, mejorarlas, aumentar nuestros conocimientos y eliminar las malas prácticas que frenan el perfeccionamiento, sabremos en qué tipo de labor debemos desempeñarnos y podremos alcanzar una actuación de excelencia.

El ejercicio jurídico debe tener algún sentido, sobre todo si consideramos que se relaciona directamente con uno de los aspectos más valorados por las personas comunes y corrientes: la justicia. No debemos perder el rumbo, pues de los obreros de la ley dependerá la correcta y justa aplicación de ésta, con la consiguiente sensación de satisfacción en las personas involucradas.

Finalmente, nos queda sólo agregar una frase que muchas veces olvidamos en este mundo en que sólo importa lograr el éxito material, en que vivimos con temor de perder nuestros trabajos porque siempre habrá alguien dispuesto a sacrificar su vida por el trabajo, y que queremos compartir, con el único afán de motivar el inicio de una reflexión personal al respecto: trabajo para vivir, no vivo para trabajar.

XXV. RELACIONES INTERPERSONALES.

“¿Cómo es mi relación con el otro?: En la calle, en el trabajo, en la amistad, en el amor, en la familia. Las formas y posibilidades de la relación yo-tú son infinitas. Pero cabría preguntarse fundamentalmente si uno es capaz de amar sin depender, si es capaz de mandar sin someter, si es capaz de emular sin rivalizar; en resumen, si es capaz de aparecer frente al otro sin sentirse desnudado por su mirada (timidez, inseguridad) o de mirarlo a él sin necesidad de hacerlo un objeto de análisis y crítica (desprecio)”⁹⁸.

El hombre, considerado en su individualidad, desde el inicio de los tiempos, ha buscado vivir y organizarse en comunidades, sociedades, países; en fin, cualquier figura que implique una convivencia entre personas de diversas características, generando un sinnúmero de relaciones interpersonales (formándose un yo-tú-nosotros), lo cual no está exento de problemas, aun cuando el ideal es que se pretenda lograr una comunión armónica, afán en el que ha logrado importancia la mediación y solución pacífica de conflictos, pero que no se ha alcanzado completamente. Finalmente, cada uno de nosotros, no está solo en el mundo, sino que diariamente debe interactuar con personas muy disímiles unas de otras y ello puede resultar muy complejo y perjudicial cuando no se hace de manera adecuada o cuando no se logra entender que el hombre no es una isla.

Al respecto, Pedro Laín Entralgo, en su libro “Teoría y realidad del otro”⁹⁹, destaca dos aspectos¹⁰⁰:

- a) Un estado de beligerancia que crece entre los distintos países y se manifiesta por medio de malas relaciones internacionales, guerras económicas, el terrorismo, etc., formando el plano fáctico.
- b) La realidad espiritual, para referirse a ella habla de “nosotros, palabra viva”, ámbito en que se desarrolla un anhelo comunitario que se instala en el medio de la creciente beligerancia, intentando ganar terreno. El autor “desarrolló en torno a ello una verdadera filosofía del encuentro interpersonal, en el que todo ser humano se haya inmerso con un sentido de armonía, como realidad totalizante”¹⁰¹.

Para reflexionar sobre la relación que tenemos con quienes nos rodean, proponemos una serie de preguntas básicas¹⁰²:

⁹⁸ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, página 6.

⁹⁹ Médico e intelectual español, su obra *Teoría y realidad del otro* (1961), se centra en el estudio de las relaciones interpersonales, partiendo del medio familiar hasta llegar a ámbitos progresivamente más complejos.

¹⁰⁰ PEDRALS, ANTONIO, 2010.

¹⁰¹ Artículo sobre Filósofos Contemporáneos: Pedro Laín Entralgo, disponible en página web <http://www.cbioetica.org/revista/91/910200.pdf>

¹⁰² Ver nota N° 92.

1. ¿Nos acercamos a los demás con interés y respeto?.
2. ¿Nos acercamos al otro tratando de vivir el “encuentro”? esto es, con la intención de encontrar la realidad existencial del otro.
3. ¿Tratamos de integrarnos o promover redes de distinta índole?.
4. ¿Cultivamos la amistad?.
5. ¿Cultivamos las buenas maneras, la buena educación?.
6. ¿Tratamos de captar la realidad del otro, de ponernos en su lugar?: se refiere directamente a los niveles de empatía que poseemos.
7. ¿Sonreímos para alentar a los demás y a nosotros mismos?.
8. ¿Estamos conscientes de que podemos darle al otro más de lo que tenemos?: en el plano de las relaciones interpersonales, siempre es posible entregar más de lo que se tiene.
9. ¿Cómo podemos elevar, perfeccionar nuestra relación con los otros?.

El mundo laboral no queda al margen de lo que hemos venido diciendo sobre las relaciones interpersonales, por el contrario, en él se originan muchas de estas vinculaciones, sobre todo dentro de un contexto de subordinación o dependencia, lo cual agrega un factor diferenciador respecto de otros tipos de relaciones (como las de familia en que no existe un jefe propiamente tal, que nos ordene qué hacer). Lo relevante es darnos cuenta que en la vida de las profesiones jurídicas no estamos solos, sino que nos rodean muchas personas con las cuales interactuamos de distintas formas (clientes, alumnos, colegas, etc.).

Lo principal, en esta clase de vínculos interpersonales, es responsabilizarse de las relaciones, pues, como nos dice Peter F. Drucker, “muy pocas personas trabajan por sí solas y consiguen resultados por sí solas... La mayoría de las personas trabajan con otros y son eficaces con otros”¹⁰³.

Esta especie de responsabilidad tiene dos piezas:

- 1.- “La primera es aceptar el hecho de que las otras personas son tan individuos como usted”¹⁰⁴: para lograr la anhelada eficacia laboral, es preciso conocer las fortalezas, modos de desempeño y valores de los compañeros de trabajo e incluso de los jefes, comprenderlos y hacer uso de ellos, sacándoles el mayor provecho posible.
- 2.- “La segunda parte de la responsabilidad sobre las relaciones es responsabilizarse de la comunicación”¹⁰⁵: normalmente las personas ignoran las funciones y labores que llevan a cabo sus compañeros de trabajo, no están informados, pues no han preguntado, ni se han interesado en saber, reflejando un gran problema de comunicación al interior de la

¹⁰³ DRUCKER, PETER, 2005, p. 93.

¹⁰⁴ Ídem cita anterior.

¹⁰⁵ Ídem.

respectiva organización. No es necesario entablar lazos de amistad, pero al menos un trato cordial, educado y que denote preocupación por el resto. Por ejemplo, en la relación abogado-cliente, es vital que la persona confíe en su abogado y que no le oculte información que pueda ser relevante a la hora de solucionar su problema, sin embargo, para lograr este lazo deben ambos mantener una comunicación fluida y basada en la confianza.

En definitiva, “los modales, cosas simples como decir por favor y gracias, saber el nombre de una persona o preguntar por su familia, permiten que dos personas trabajen juntas ya sea que se agraden o no”¹⁰⁶.

¹⁰⁶ *Ibíd*em, p.88.

XXVI. ESPIRITUALIDAD.

*“¿Cuál es mi sentido de Dios?: ¿Es una palabra hueca, un mero recuerdo de la infancia, una figura mítica de padre castigador y exigente, es algo en lo que los demás creen y yo respeto o, al margen de una doctrina religiosa determinada, lo que da sentido a carácter trascendente de este yo que habita un cuerpo menesteroso en un paisaje animado (en el sentido de ‘lleno de alma’), en el cual se hace un camino en el tiempo madurativo a través de crisis hacia un final que necesita ser comienzo?”*¹⁰⁷.

Si bien la pregunta planteada por el Profesor Dörr se refiere al sentido de Dios, en una segunda mirada podemos descubrir que se trata de algo más amplio y que no necesariamente debe tener sentido religioso; hace alusión a nuestra forma de ver, percibir y sentir la vida, involucrando en esta tarea también la ética y los valores, no sólo la religión (pues de circunscribirnos sólo a ella, sería un tema muy reducido e implicaría aceptar como única respuesta una determinada doctrina, lo cual no forma parte de nuestros objetivos).

Ya en 1914, en su obra “Meditaciones del Quijote”, el filósofo José Ortega y Gasset decía “yo soy yo y mi circunstancia”¹⁰⁸, haciendo referencia a que el hombre está rodeado de una determinada realidad, de una forma de definir y ver la vida; cada uno de nosotros actúa e interactúa en y con el mundo. En definitiva, la realidad tiene dos lados, dependiente el uno del otro: el yo y el mundo (o circunstancia), que forma la otra mitad de nuestra persona, como afirma José Ortega, unidos en la vida misma.

Los hombres, a diferencia de las otras criaturas, somos seres inteligentes, capaces de diferenciar el bien del mal, la verdad y la mentira, y de lograr el autoconocimiento. Nuestro sentido de la vida estará en directa relación con nuestro sentido del yo, con el conocimiento que tengamos de nosotros mismos.

Como dice Eduardo Couture, “el jurista necesita amplitud de miras, pues en el Derecho todo está comprometido y es universal”. Requerimos de una cosmovisión de la vida.

Esto nos conduce a preguntarnos qué aspectos de la cosmovisión son especialmente relevantes para los juristas: desarrollar la mente a través del estudio jurídico, propiciar y mantener buenas relaciones con el otro y, principalmente, observar e interpretar la realidad circundante para lograr una adecuada aplicación de la norma al caso particular.

¹⁰⁷ DÖRR ZEGERS, OTTO, 1997, p. 6.

¹⁰⁸ Ortega y Gasset, Resumen de su pensamiento, disponible en página web <http://www.e-torredabel.com/Historia-de-la-filosofia/Resumenes/OrtegayGasset-Resumen.htm>

En las profesiones jurídicas toma gran relevancia el tema de los valores y la ética profesional:

a) Ética: definida, en términos simple, como el “conjunto de normas morales (no jurídicas, sino del fuero interno) que rigen la conducta humana”¹⁰⁹. En este ámbito encontramos el Código de Ética Profesional del Colegio de Abogados, que contiene directrices sobre ética y buenas prácticas y las sanciones respectivas en el caso de inobservancia; sin embargo, muchas de éstas no se cumplen y los abogados suelen apartarse de lo éticamente correcto. En términos generales, éste Código establece el deber de cumplir la ley, respetar las normas convivenciales y de fraternidad, y ciertas obligaciones para con los clientes.

Como forma de fundamentar el sentido más bien laico en que tomamos este punto del autotest, vemos que Howard Gardner¹¹⁰ señala que “es posible que la religión sea un factor que contribuya al buen trabajo, pero no es esencial. Lo que importa es tener una base ética sólida y duradera con independencia de su origen”¹¹¹. En la medida que logremos este pilar, podremos pasar la prueba del espejo creada por Peter Druker, en relación con la ética, la cual consiste en que cada uno de nosotros “se pregunte ¿qué tipo de persona quiero ver en el espejo por la mañana?”¹¹². En nuestro ámbito laboral ¿qué tipo de abogado, juez, funcionario público, etc. queremos ser?, ¿aquel que cumple con su deber moral o aquel que es capaz de hacer cualquier cosa con tal de lograr el éxito?.

b) Valores: cualidades positivas o principios que regulan la actividad humana, tales como respeto, honestidad, lealtad, entre otros.

Dentro del autoconocimiento, debemos ser capaces de conocer y defender nuestros valores, ello porque “las organizaciones, como las personas, tienen valores...trabajar en una organización cuyo sistema de valores es inaceptable o incompatible con los propios condena a la persona tanto a la frustración como al no desempeño”¹¹³. Si los valores de nuestro trabajo no se ajustan o no se parecen en lo más mínimo a nuestros valores personales, difícilmente podremos lograr la ansiada eficiencia y eficacia laboral, pues para llegar a ellas será necesario traicionar nuestros principios, con la consecuente sensación de frustración que tal acción nos producirá, o vivir en una constante lucha por intentar mantenerlos, logrando resultados mediocres en nuestro desempeño.

¹⁰⁹ REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, Diccionario de la lengua española, vigésima segunda edición, disponible en página web www.rae.es

¹¹⁰ En su libro “Cinco mentes para el futuro”, señala como una de éstas, la mente ética, que es aquella a la cual hacemos referencia y que (tal como él describe) se relaciona con el mundo en que quisiéramos vivir, con personas honradas, íntegras, consideradas y con valores positivos arraigados.

¹¹¹ GARDNER, HOWARD, 2006, p. 94.

¹¹² DRUCKER, PETER, 2005, p. 91.

¹¹³ Ídem.

El problema puede ser aun más grave cuando existe “conflicto entre los valores de una persona y sus fortalezas. Lo que uno hace bien, incluso muy bien y exitosamente, podría no calzar con el propio sistema de valores. En ese caso, podría parecer que no vale la pena dedicar la vida a ese trabajo”¹¹⁴. En este caso, la situación es angustiante y de difícil solución, porque hemos encontrado una labor en la que somos buenos y que nos complace, pero no corresponde con lo que nos dicta nuestra conciencia, quedando sólo dos opciones: callar nuestro yo interno o buscar otro camino, en base al autoconocimiento adquirido.

En la realidad concreta, vemos que la ética y los valores están presentes durante todas las etapas de nuestra vida. Así, los niños ven la relación de sus padres con el trabajo; los adolescentes, a la hora de decidir sobre su futuro, recurren a referentes de adultos que sirven como modelos de rectitud y buen actuar. En la adultez, en el campo de las profesiones jurídicas, toma relevancia la figura de los tutores o mentores; los nuevos abogados tienen la oportunidad de realizar su práctica profesional en las distintas Corporaciones de Asistencia Judicial u organismos dependientes, aunque estos maestros no siempre desempeñen un buen papel.

Gardner, en este punto postula una idea sobre las relaciones en el ambiente de trabajo con la cual estamos totalmente de acuerdo y, por tanto, citamos textualmente; él señala que “las obligaciones formales de la profesión, la influencia de quienes ofrecen un buen modelo de actuación y el sentido ético del propio candidato, pueden ceder ante la conducta dudosa de compañeros o colegas más cercanos. En los jóvenes que ingresan al mundo laboral vemos que casi todos sabían qué era el buen trabajo y que, por lo menos al principio, casi todos aspiraban a él. Pero también los había los que lo consideraban un lujo que no se podían permitir en esa etapa de su carrera. Según sus propias explicaciones, sus compañeros estaban empeñados en conseguir el éxito, sin reparar en los medios, y ellos no estaban dispuestos a dejar pasar sus propias oportunidades. Por lo tanto, también estaban dispuestos a hacer lo que hiciera falta para destacar. En el fondo se estaban enfrentando a un clásico dilema ético: ¿el fin justifica los medios?”¹¹⁵. Puede ser que un trabajador tenga unos firmes principios y valores, pero que, sin embargo, alguna situación (que normalmente tiene relación con la obtención de recompensas económicas) lo haga desviar su rumbo del camino éticamente correcto. Con el tiempo lo que se percibe es que “en ausencia de unos valores personales y profesionales sólidos, y/o de unas sanciones legales o reglamentarias adecuadas, demasiados miembros de una profesión en otros tiempos respetada, empezaron a trabajar de manera deficiente, por no decir claramente ilegal”¹¹⁶.

¹¹⁴ *Ibíd*em, p. 92.

¹¹⁵ GARDNER, HOWARD, 2006, p. 95-96.

¹¹⁶ *Ibíd*em p.100.

Sobre la estrecha relación ética-desarrollo laboral, vemos que “Ángel Osorio, en su conocida obra *El alma de la toga*, nos dice: en el abogado la rectitud de la conciencia es mil veces más importante que el tesoro de los conocimientos. Primero es ser bueno; luego firme; después ser prudente; la ilustración viene en cuarto lugar; la pericia en el último”¹¹⁷.

Finalmente, el autoconocimiento nos permitirá encontrar un área en que nos podamos desenvolver de manera eficiente y, en este escenario, tener claro nuestro parámetro ético y de valores, nos favorecerá para permanecer en la senda correcta y no corrompernos a medio camino, pues en la profesiones jurídicas es fácil caer en la tentación de no respetar el Código de ética de profesional o de recibir, en el caso del funcionario tras el mesón de un tribunal, alguna recompensa, a cambio de realizar una práctica que traspasa la línea de la moralidad y que raya en la ilegalidad.

¹¹⁷ LIBEDINSKY, MARCOS, *El abogado y la magistratura*, en “*La Abogacía y sus opciones profesionales*”, de Máximo Pacheco, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1997, p.29.

SÍNTESIS GENERAL.

PRIMERA PARTE: CONCEPTOS FUNDAMENTALES.

I.- Aspectos Generales.

El autoconocimiento personal, es representado como un viaje, en búsqueda de libertad y autoconocimiento.

En las profesiones jurídicas, antes de iniciar este recorrido, o paralelo a el, encontramos la educación o enseñanza; la cual, hoy en día, se centra en formar gente para el pasado, pero no personas preparadas para enfrentar el futuro y sus cambios. En este contexto, encontramos cinco mentes, ideadas por Howard Gardner, que serán capaces de encarar el mañana.

Alcanzar cada una de estas cinco mentes, por sí sola, es una ardua tarea, esto podría facilitarse por medio del autoconocimiento, que nos permitiría reconocer si contamos con las características de algunas de ellas y mejorar para lograr aquellas que no hemos alcanzado aún. (Ver “Generalidades”).

II.- Panorama de las profesiones jurídicas.

1. Universidades y planes de estudios:

En el tema de las profesiones jurídicas, destaca lo relativo a la enseñanza de las mismas, la cual es posible calificar de retrógrada, pues sólo en los últimos años se están modificando y reformando las mallas curriculares.

Las distintas Universidades han optado, fundamentalmente, por una enseñanza formal del Derecho. La tarea, de los alumnos, es aprender de memoria y repetir lo aprendido.

Dentro de este escenario, y como una crítica al sistema aplicado, encontramos la corriente de pensamiento llamada Critical Legal Studies (estudios críticos del Derecho); según la cual, política, historia, filosofía y Derecho, deben confundirse y enseñarse en conjunto.

Creemos firmemente que la mejor forma de enseñar el derecho es aquella que promueva la solidaridad y tolerancia; que inculque la apertura y flexibilidad de mente; que reconozca la capacidad de pensar de los alumnos y el estrecho vínculo entre el Derecho y otras ciencias. (Véase también, ítem “Panorama de las profesiones jurídicas”, punto N° 2 “Ejercicio de la profesión”).

2. Especialidades y desarrollo actual:

El Derecho está lleno de especialidades, aún cuando el profesor Fernando Fueyo Laneri sostenga que no existe una autonomía propiamente tal; cada abogado se especializa por medio de la práctica constante de ciertas áreas, seminarios o en casos más avanzados, magísteres y doctorados.

El tema de las especialidades y nuevas áreas representa, actualmente, un panorama singularmente complejo. (Ver en “Panorama de las Profesiones Jurídicas, punto N° 4 “Nuevas áreas”).

III.- El tema de las competencias.

1. Componentes de las competencias:

Dos componentes esenciales de las competencias:

- a) Los conocimientos o técnicas: “constituyen los elementos básicos e indispensables para desempeñar las funciones precisas para el logro de los objetivos del negocio.
- b) Las cualidades profesionales: “reflejan el conjunto de patrones de conducta, características personales...”. (Ver ítem “El tema de las competencias, punto N° 1 “Definición” y N° 2 “Componentes de las competencias”).

2. Administración de las competencias:

En este tema se encuentran diversos modelos de administración, entre ellos vemos que Frederick Winslow Taylor, plantea lo llamado "Principios de la Administración Científica", que organizar el trabajo aplicando el método científico. Por otra parte, Javier Fernández, propone la “Gestión por competencias”, que “permite ligar las capacidades organizativas esenciales con los conocimientos y cualidades que hay que poner en juego para desempeñar sus puestos de trabajo”.

En conclusión, lo importante es lograr el autoconocimiento, para identificar plenamente nuestras destrezas, fortalezas y virtudes; y descubrir así, los sectores en que podremos lograr un actuar eficaz y eficiente, invirtiendo en mejorar aún más y no desviar nuestro camino hacia lugares en que no poseemos competencia alguna.

IV.- El problema del autoconocimiento personal.

Como hemos planteado durante toda nuestra memoria, el autoconocimiento personal, tiene una enorme incidencia en las exigencias y el desarrollo de las profesiones jurídicas, principalmente en la búsqueda de la eficacia y eficiencia en éstas.

El autoconocimiento corresponde a uno de los varios “autos” de la Psicología. Estos son, según la corriente cognitiva: autoestima, autoconcepto, autoconciencia y autodeterminación; se agregan, además, el autorespeto y autoevaluación.

El autoconocimiento, es parte del plan estratégico que debemos tener, implica conocer a la persona que habita en cada uno de nosotros, reconocer fortalezas, debilidades, defectos, virtudes, cómo aumentar unas y disminuir las otras y saber cómo adaptarlas a las necesidades cotidianas. En el ámbito de la Psicología encontramos distintos mecanismos para lograr el autoconocimiento, destacando, principalmente, dos: la ventana de Johari y el Análisis FODA. (Ver “El problema del autoconocimiento personal”, punto N° 1 “Autoestima”, N° 2 “Autoconcepto”, N° 3 “Autoconciencia”, N° 4 “Autodeterminación” y punto N° 5 “Autoconocimiento”).

SEGUNDA PARTE: ANÁLISIS DEL TEMA.

I.- Aspectos Generales.

Es importante no entregar el devenir a la improvisación, sino que parar y preguntarse ¿qué trabajo quiero? ¿qué puedo y qué no puedo hacer?. En definitiva, el punto de partida está en trazar objetivos y luego determinar, con sinceridad, cuales son nuestras competencias, fortalezas y las debilidades y ello será más fácil en la medida que hayamos logrado un cierto nivel de autoconocimiento.

II.- Corporalidad.

Todos los seres humanos somos cuerpo y mente, ambos forman un solo todo, imposible de disuadir. Nuestro cuerpo funciona y se mueve, gracias a nuestra mente.

El cuerpo es un instrumento al servicio de la mente, por medio de él logramos ejecutar lo que la mente ordena. Nuestro cuerpo adoptará, externamente, la postura o actitud que la mente le obligue a asumir, pero también podemos, a través de nuestro cuerpo influir en la mente. En este sentido, resulta sumamente útil el estudio realizado por Susana Bloch, titulado “Alba Emoting (despertar de emociones).

El cuerpo, además es paciente de las emociones negativas. Es importante tener un cuerpo saludable para llevar a cabo las actividades diarias. Estar sano es una decisión personal y no abusar del trabajo ni de nuestro cuerpo es un buen punto de partida.

El lenguaje corporal es de vital importancia en nuestra profesión.

III.- Agresividad.

Se distinguen dos caras de la agresividad:

- 1.- Positiva: implica vivir la agresividad de buena manera, usarla como una especie de combustible generado por nuestro instinto animal. Los abogados, principalmente penalistas, requieren ciertas dosis de agresividad para desempeñarse de buena manera en su labor.
- 2.- Negativa: destruir a un enemigo o, en el caso de los abogados, a la contraparte.

Desde un punto de vista sociológico, el ser humano es naturalmente agresivo; lo fundamental es la agresividad. El Derecho entonces, y más aún quienes trabajan con el, tiene la misión de intentar erradicar la agresividad de la vida en sociedad y para ello, todos los involucrados debemos dar el ejemplo, controlando nuestros impulsos agresivos y destinándolos a fines moralmente aceptados.

IV.- Sexualidad.

En la sociedad actual, adquiere gran relevancia el sexo y su relación con el quehacer social, pudiendo identificarse los siguientes fenómenos:

- 1.- Hipersexualización o sensualismo desatado de la sociedad.
- 2.- Caída de los tabúes tradicionales.
- 3.- Avances y descubrimientos científicos.

Dentro del tema de la sexualidad, un último asunto a abordar es el de los géneros. Para esto, debemos comenzar por distinguir que una cosa es el sexo, femenino y masculino, realidad biológica innegable; y otra, muy distinta, vinculada a la mente humana, es el género. Normalmente se acostumbra afirmar, tomando como base la Teoría del Género, que el hombre es hombre y la mujer, mujer, no porque físicamente sean distintos, sino porque de un modo socio-cultural se les ha diferenciado y la única forma de revertir esa desigualdad es cambiando socio culturalmente lo que entendemos por hombre y mujer.

V.- Angustia y culpa.

Una de las epidemias que afecta a nuestra sociedad es la depresión y, aunque tiene diversas fuentes y orígenes, uno de los más recurrentes se asienta en la culpa, por esto, debemos eliminar la palabra culpa de nuestro vocabulario y mente.

Por otra parte, vemos que ansiedad y angustia, son tensiones psico-internas, muy similares. La primera, se inicia con un proceso físico que, no necesariamente, desemboca en algo psicológico, de carácter normal y hasta necesario en las personas. En cambio, la segunda, todo ser humano, en algún momento, la sufre; se manifiesta como miedo a lo desconocido, acompañado de una respuesta que se refleja en síntomas físicos.

Los estudiantes y profesionales del área jurídica no están exentos de estas vicisitudes, y por ello, normalmente, deben recurrir a distintos mecanismos que tienen como objetivo lograr un control de la ansiedad y angustia. (Ver ítem “Angustia y culpa”).

VI.- Temporalidad.

Es innegable la influencia que el tiempo ejerce en nuestras vidas y lo que nos va ocurriendo, en el pasado, es interpretado por nosotros y queda grabado en el cerebro, para, posteriormente, ser exteriorizado, en el presente y futuro, a través de nuestros pensamientos, acciones y reacciones.

La solución, en estas situaciones, está en buscar las herramientas en el autoconocimiento, reevaluar las interpretaciones que hemos elaborado durante nuestra vida, conocer nuestras acciones y reacciones, asumir la responsabilidad de ellas y tener la valentía de cambiar aquello que requiera ser mejorado.

VII.- Relación con el trabajo.

Antiguamente no era necesario buscar una actividad que provocara satisfacción personal, pues ésta estaba determinada por el contexto en que se nacía. En la actualidad, existe un enorme abanico de posibilidades y, en ese camino, es vital lograr una relación gozosa con el trabajo, para lo cual se recomienda buscar un equilibrio, consecuencia de la exploración interna de fortalezas y debilidades.

Existen un gran número de áreas en que se pueden desenvolver los abogados, tales como el ejercicio libre de la profesión (ya sea en ámbito civil, laboral, penal, etc.); la política, el notariado, periodismo, servicio público, las finanzas, la diplomacia, actividad académica y empresarial, entre otras.

En el Derecho, normalmente no existe el amor a primera vista, debemos buscar nuestro lugar en él. La única manera de descubrir nuestras fortalezas es mediante el autoconocimiento, así sabremos con certeza cuáles son nuestras fortalezas y debilidades. Por ende, al concentrarnos en nuestras fortalezas, mejorarlas, aumentar nuestros

conocimientos y eliminar las malas prácticas que frenan el perfeccionamiento, sabremos en qué tipo de labor debemos desempeñarnos y podremos alcanzar una actuación de excelencia.

VIII.- Relaciones interpersonales.

El utiliza variadas formas de agrupación (comunidades, sociedades, países), lo cual no está exento de problemas; cada uno de nosotros, diariamente debe interactuar con personas muy disímiles unas de otras y ello puede resultar muy complejo y perjudicial cuando no se hace de manera adecuada.

El mundo laboral no queda al margen de los conflictos derivados de la interacción propia de la vida en sociedad, por el contrario, en él se originan muchas de estas vinculaciones, sobre todo dentro de un contexto de subordinación o dependencia.

IX.- Espiritualidad.

Este punto se trata de algo más amplio y que no necesariamente debe tener sentido religioso; hace alusión a nuestra forma de ver, percibir y sentir la vida.

En las profesiones jurídicas toma gran relevancia el tema de los valores y la ética profesional, presentes durante todas las etapas de nuestra vida. Dentro del autoconocimiento, debemos ser capaces de conocer y defender nuestros valores e intentar lograr desempeñarnos de un modo acorde con los mismos, así podremos lograr la ansiada eficiencia y eficacia laboral. Sin embargo, esto puede generar graves problemas, en aquellos casos en que exista conflicto entre los valores de una persona y sus fortalezas.

Como conclusión final (que también fue utilizada como premisa de nuestro trabajo), podemos decir que, el autoconocimiento nos permitirá encontrar nuestras debilidades y fortalezas, como consecuencia de lo cual lograremos un desempeño eficaz y eficiente, que se enmarque dentro de las exigencias de las profesiones jurídicas.

BIBLIOGRAFÍA.

ABAIGAR, ALBERTO. Artículo disponible en página web
<http://pensarsm.com.ar/pensar/art09.htm>.

ARRIETA, RICARDO, “La Enseñanza del Derecho: Modalidades o Concepciones”. Disponible en sitio web http://iusconstifil.blogspot.com/2009/05/la-ensenanza-del-derecho-modalidades-o_07.html.

BELDA PLANS, PILAR e IANANTUONI, ELENA. Artículo disponible en página web
<http://www.psicopedagogia.com/definicion/autoconocimiento>.

BLOCH, SUSANA, “The Alba Emoting”. Disponible en página web
<http://www.albaemoting.cl>.

DAMMERT, LUCÍA, “El sistema penitenciario en Chile: Desafíos para el nuevo modelo público-privado”. Disponible en página web
[http://www.calcutauc.cl/wp-content/uploads/2007/04/Carceles%20subencionadas%20\(L.%20Dammert\).pdf](http://www.calcutauc.cl/wp-content/uploads/2007/04/Carceles%20subencionadas%20(L.%20Dammert).pdf).

DIAZ MIERES, LUIS, Derecho Notarial Chileno, 3ª edición, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1983.

DÖRR ZEGERS, OTTO, “El viaje a la intimidad”, Revista del Domingo, Diario El Mercurio, Santiago de Chile, 2 de octubre de 1977.

DRUCKER, PETER, “Gestionarse a sí mismo”, Harvard Business Review, Edición extraordinaria, 2005.

FERNÁNDEZ LÓPEZ, JAVIER, “Gestión por competencias. Un modelo estratégico para la dirección de Recursos Humanos”, FT Prentice Hall, Madrid, 2005.

FLORES, JORGE LUIS, “Introducción a la Teoría de Género”. Disponible en página web
<http://www.monografias.com>.

FUEYO LANERI, FERNANDO. “El problema de las autonomías o especialidades” en Revista de Derecho Privado N°6, Santiago, 1967.

GARDNER, HOWARD, “Cinco mentes para el futuro”. Harvard Business School Publishing, Massachussets, 2006.

GONZÁLEZ VAQUERIZO, HELENA. “El Laberinto de Creta en La Odisea de Nikos Kazantzakis”. Artículo disponible en página web <http://www.ucm.esinfoamaltearevistanum1gvaquerizo.pdf>.

GONZÁLEZ-PINEDA, JULIO y OTROS. “Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar”, en Psicothema Vol.9, Universidad de Oviedo, España, 1997. Disponible en página web <http://www.psicothema.es/pdf/97.pdf>.

GUEVARA AMASIFUÉN, MESÍAS. “Yo, la gran empresa. El arte de triunfar”. Disponible en página web <http://www.gestiopolis.com/organizacion-talento/motivacion-y-liderazgo-personal.htm>.

HEERLEIN, ANDRÉS. Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría, volumen 39 N° 4, Santiago, Octubre 2001. Artículo disponible en página web <http://www.scielo.cl>.

JÁUREGUI, ALEJANDRO, “Teoría y pensamiento administrativo. Principios de la administración científica de Taylor e introducción al Fordismo”. Página web <http://www.gestiopolis.com/canales/gerencial/articulos/no%206/AdminTaylor.htm>.

LANGLE RUBIO, EMILIO. “La autonomía del derecho mercantil (revisión doctrinal y nuevos derroteros)”, en Separata de la Revista General de Legislación y Jurisprudencia, Madrid, 1942.

MASSÓ, FRANCISCO. “Autoestima”. Artículo disponible en página web http://es.salut.conecta.it/pdf/injuve/IIguianorexia_4.pdf.

MENDEZ ERRICO, SEBASTIÁN. “¿Qué es la angustia?”. Disponible en página web <http://www.innatia.com/s/c-trastorno-de-angustia/a-que-es-la-angustia.html>.

MENDEZ ERRICO, SEBASTIÁN. “¿Qué es la ansiedad?”. Disponible en página web <http://www.innatia.com/s/c-controlar-la-ansiedad/a-definicion-de-la-ansiedad.html>.

MORO, BLANCA y POLONIO, BEGOÑA, “La ocupación humana según Ortega y Gasset”. Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales. Disponible en sitio web <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2263975>.

MUNK, SANDRA, “Autoconocimiento y Diseño de Plan de Desarrollo Personal-Profesional”. Disponible en página web http://www.sandramunk.com/web/un_camino_hacia_el_liderazgo.html.

ORTEGA Y GASSET, JOSÉ, Resumen de su pensamiento. Disponible en página web <http://www.e-torredebabel.com/Historia-de-la-filosofia/Resumenes/OrtegayGasset-Resumen.htm>.

PACHECO, MÁXIMO. “La abogacía y sus opciones profesionales”, Manuales Jurídicos Nº 108, Editorial Jurídica de Chile, Santiago, 1997.

PARKIN, A.J. “Exploraciones en neuropsicología cognitiva”, Editorial Panamericana, Madrid, 1999. Disponible en página web <http://www.espaciologopedico.com/recursos/glosariodet.php?Id=238>.

PEDRALS, ANTONIO, Cátedra Curso Electivo Alternativas Profesionales y Desafíos del Jurista Actual, apuntes de clases de la Universidad de Valparaíso, Valparaíso, 2007 y 2010.

POWELL, JOHN, “El enigma del yo. Guía del autoconocimiento”, Editorial Sal Terrae, Cantabria, 1998.

RAMOS BRUM, VALERIA, “Educar desde un enfoque de género”, I Jornadas de Educación y Género, disponible en página web www.scribd.com

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. Diccionario de la Lengua Española, 22ª edición, 2001. Disponible en página web <http://www.rae.es>.

RODRÍGUEZ TRUJILLO, NELSON, “¿Qué son las competencias?”. Disponible en sitio web http://www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/complab/doc/otros/sel_efe/i.htm.

VERDUGO, MIGUEL ÁNGEL. “Autodeterminación y calidad de vida de las personas con discapacidad. Propuestas de actuación”. Disponible en página web <http://mediateca.rimed.cu/media/document/1244.pdf>.

VILASECA, BORJA, “Conócete a ti mismo”. Disponible en sitio web <http://borjavilaseca.com/>.

YAGOSSESKY, RENNY. “Autoestima en palabras sencillas”. Disponible en página web <http://www.monografias.com>.

SIN NOMBRE DE AUTOR

ANÓNIMO, ¿La culpa para qué sirve?, página web <http://depsicologia.com/la-culpa-%C2%BFpara-que-sirve/>

ANÓNIMO, “¿Qué son competencias laborales?. Gestión por competencias”. Disponible en página web <http://www.gestiopolis.com/recursos/experto/catsexp/pagans/rh/no10/competencias%20lab-orales.htm>.

ARTÍCULO SOBRE FILÓSOFOS CONTEMPORÁNEOS: PEDRO LAÍN ENTRALGO, disponible en página web <http://www.cbioetica.org/revista/91/910200.pdf>

AUTOCONCIENCIA, “Inteligencia Emocional III (Conciencia de las propias emociones)”. Disponible en sitio web https://www.serina.es/empresas/aspm/documentos/formacion/INTELIGENCIA_EMOCIONAL%20III_Autoconciencia.pdf.

AUTODETERMINACIÓN, “Un resumen del concepto de la autodeterminación”. Disponible en página web <http://thechp.syr.edu/AUTODETERMINACION.html>.

AUTORRESPECTO Y AUTOESTIMA. Disponible en sitio web <http://bkwsu.org/media/spain/reflexiones/Autorespeto%20y%20autoestima.pdf>.

COMENTARIO SOBRE LAS ELEGÍAS DEL DUINO, disponible en página web <http://www.universitaria.cl/consulta.pl?q=pub&id=524>.

CONSEJO PROVINCIAL DE EDUCACIÓN. Artículo disponible en página web <http://www.educacionpolimodal.santacruz.gov.ar/paginas/polimodal.html>.

ENSAYOS UNIVERSITARIOS, “Apuntes de Derecho Penitenciario (México)”. Disponible en sitio web <http://www.monografias.com/trabajos61/derecho-penitenciario/derecho-penitenciario.shtml>.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO, “¿Qué es competencia laboral?”.

Disponible en sitio web

<http://www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/complab/xxxx/esp/i.htm>