

# Elevando el Nivel de Merecimiento: La Relación con la Autoestima



Coach  
Benny

## Introducción

El concepto de merecimiento es un aspecto fundamental en la psicología y la filosofía que ha sido ampliamente debatido a lo largo de la historia. Merecer algo implica considerar que una persona es digna o apta para recibir determinado bien o recompensa. En este material, exploraremos diferentes teorías que abordan la noción de merecimiento y cómo se relaciona con la autoestima. Para fundamentar nuestras ideas, recurriremos a diversas fuentes bibliográficas que han contribuido al análisis de estos temas.

## Desarrollo

### Teoría de la Justicia de John Rawls

John Rawls, en su obra "Una Teoría de la Justicia", plantea la idea del "principio de diferencia" para justificar la distribución equitativa de bienes y oportunidades en la sociedad. Según Rawls, el merecimiento de una persona no debe depender únicamente de sus méritos personales, como su inteligencia o habilidades, sino también de las condiciones sociales y económicas en las que ha nacido y vive. Esta teoría sugiere que elevar el nivel de merecimiento implica crear una estructura social más justa y equitativa que brinde igualdad de oportunidades para todos, sin importar sus circunstancias de partida.

Cita bibliográfica:

- Rawls, J. (1971). *A Theory of Justice*. Harvard University Press.

- *Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan*

La teoría de la autodeterminación propuesta por Edward L. Deci y Richard M. Ryan se enfoca en la motivación intrínseca y extrínseca de las personas. Según esta teoría, para elevar el nivel de merecimiento, es necesario fomentar la autonomía y el sentido de competencia en las personas, lo que conducirá a una mayor autoestima. Cuando las personas se sienten competentes y capaces de dirigir sus vidas, tienen una percepción positiva de sí mismas, lo que a su vez influye en cómo se perciben merecedoras de recompensas y logros.

Cita bibliográfica:

- *Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. Springer Science & Business Media.*
- *Teoría de la Autoestima de Rosenberg*

Morris Rosenberg, en su teoría de la autoestima, destaca la importancia de la valoración y aceptación de uno mismo. Según Rosenberg, las personas con una autoestima positiva tienen una mayor sensación de merecimiento, ya que se sienten merecedoras de amor, respeto y logros personales. Esta autoevaluación positiva influye en la percepción de merecimiento y afecta la manera en que las personas se comportan en la vida y buscan oportunidades que consideren adecuadas para ellos.

Cita bibliográfica:

- *Rosenberg, M. (1965). Society and the Adolescent Self-Image. Princeton University Press.*

## Relación entre el nivel de merecimiento y la autoestima

La autoestima juega un papel crucial en la percepción de merecimiento de una persona. Una autoestima positiva está vinculada a una mayor sensación de merecimiento, lo que implica que las personas con una visión positiva de sí mismas tienden a buscar y aceptar recompensas, oportunidades y relaciones que refuercen esa imagen positiva. Por el contrario, una autoestima baja puede llevar a la auto percepción de no ser digno de cosas buenas o a conformarse con menos de lo que se merece.



Además, el entorno social también influye en cómo las personas se ven a sí mismas y en su nivel de merecimiento. Un contexto que promueva la equidad

*Coach Benny*

y la justicia proporciona a las personas una base para creer que merecen igualdad de oportunidades y trato justo, lo que puede contribuir a elevar su percepción de merecimiento.

El concepto de merecimiento es complejo y multifacético, influenciado por factores individuales y contextuales. Las teorías presentadas ofrecen perspectivas valiosas sobre cómo elevar el nivel de merecimiento, haciendo hincapié en la importancia de una sociedad justa, la motivación intrínseca y la autoestima positiva.

La relación entre el nivel de merecimiento y la autoestima destaca la importancia de promover una imagen positiva de sí mismos en las personas, lo que les permitirá buscar y aceptar oportunidades y recompensas acordes con su valor y potencial. Como sociedad, debemos esforzarnos por crear un entorno que fomente la igualdad de oportunidades y el desarrollo de una autoestima sana para que todos puedan alcanzar su máximo potencial y sentirse merecedores de una vida plena y gratificante.

## **La Ontología del Merecimiento de Martin Heidegger**

Martin Heidegger, uno de los filósofos existencialistas más influyentes del siglo XX, examina el concepto de merecimiento desde una perspectiva ontológica en su obra "Ser y Tiempo". Heidegger argumenta que el merecimiento está relacionado con la autenticidad y la apropiación de uno mismo en el mundo. Solo cuando un individuo se enfrenta a su propia finitud

y se hace responsable de su existencia, puede alcanzar un nivel de merecimiento genuino y auténtico.

Cita bibliográfica:

- *Heidegger, M. (2005). Ser y Tiempo. Editorial Trotta.*

## **Relación entre el nivel de merecimiento y la naturaleza del ser**

Desde una perspectiva ontológica, el nivel de merecimiento está vinculado con la naturaleza misma del ser humano. Las teorías filosóficas de Aristóteles y Kant enfatizan la importancia de la moralidad y la virtud como fundamentos del merecimiento. Para ellos, el nivel de merecimiento está determinado por cómo un individuo actúa en el mundo y si cumple con sus deberes y responsabilidades.

La ontología de Heidegger agrega otra dimensión al concepto de merecimiento al destacar la autenticidad y la apropiación de uno mismo. Desde esta perspectiva, el merecimiento no es solo una cuestión de acciones externas, sino también de una relación profunda y auténtica con nuestra propia existencia.