

HUMILDAD, ANTE TODO

Humility, first of all

Katia Marilyn Chacaltana Hernández*

Resumen

La humildad es un valor tan importante, que muchas veces es dejado de lado, ya sea desde el punto de vista personal, familiar o profesional. En el presente artículo se aborda el valor de la humildad y la relevancia de este, considerando la asociación que se le hace con la religión, posteriormente se desarrollará la importancia de la humildad en la vida académica, enfocándose en la trascendencia que éste generará en la carrera profesional de Psicología. Así mismo, permite reflexionar acerca de los aspectos relacionados a una formación humanística y ética en valores que, aunado a una formación científica, constituirán elementos esenciales para un óptimo desempeño de la carrera que se desarrollará a través de las relaciones humanas, cuya misión será la de servir y salvaguardar el bienestar psicológico en general.

Finalmente, se desea por medio del presente, lograr una concientización sobre la práctica del valor de la humildad, especialmente en los estudiantes de Psicología, futura generación de profesionales de la salud mental.

Palabras Claves: humildad, estudiantes, psicólogos

Abstract

Humility is such an important value that it is often neglected, whether from a personal, family or professional point of view. This article addresses the value of humility and its relevance, considering the association made with religion, later the importance of humility in academic life will be developed, focusing on the significance that it will generate in the professional career in Psychology. Likewise, it allows us to reflect on the aspects related to a humanistic and ethical training in values that, together with a scientific training, will constitute essential elements for an optimal performance of the career that will be developed through human relationships, whose mission will be the to serve and safeguard psychological well-being in general.

Finally, it's desired by means of the present, to achieve awareness about the practice of the humility value, especially in Psychology students, the future generation of mental health professionals.

Keywords: humility, students, psychologists



Para utilizar este artículo debe incluir:
Autor / Título / ISSN.

* Licenciada en Psicología. Maestra en Psicología: Clínica y de la Salud. Doctoranda en Psicología. Docente de la Universidad Nacional San Luís Gonzaga, UNICA. katiam_16_6@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

“La humildad es el sólido fundamento de todas las virtudes”
(Confucio)

Actualmente, la sociedad ha tenido un gran avance referente a investigaciones e innovaciones; en medio de esta coyuntura, aparece una crisis, y no necesariamente es la actual crisis económica mundial, se observa que gran parte de instituciones sociales están afectadas por una crisis de índole moral. Esta situación concierne una carencia de valores personales y ciudadanos, que afectan, significativamente, al desarrollo del hombre y su convivencia social trasladándolo a planos problemáticos a nivel: personal, familiar y laboral (Merma, Peiró y Gavilán, 2013).

Una de las interrogantes que surge al respecto es: ¿Por qué cuanto más se avanza científicamente se va dejando de lado el aspecto moral y ético del ser?

Preguntas como éstas surgen diariamente, pues, se debería empezar por reconocer como aspectos trascendentes en nuestra vida a los valores, pues forjan nuestro carácter y personalidad, lo que favorecerá un futuro éxito personal (Rodríguez, 2000).

Sin embargo, se encuentran en algunos análisis filosóficos realizados, que para el hombre actual los valores éticos ya pasaron de ‘moda’, tomando como un tema ligero estos aspectos, sin que se tome conciencia de que los valores no responden a una moda sino a una trascendencia en el tiempo. Se trata a un ser humano con una óptima de educación netamente cognitiva, pero con escasa educación humana, muy entregado al pragmatismo, por una parte, y a bastantes tópicos por otra. Todo le interesa, pero a nivel superficial; convirtiéndose en un ser trivial, ligero, frívolo, que lo acepta todo, pero que carece de unos criterios sólidos en su conducta. Por lo

que es normal encontrar buenos profesionales en su carrera, que conocen bien la función que tienen que desempeñar, pero fuera de su burbuja profesional van a la deriva, sin metas claras, en un mundo lleno de información, que le distrae, pero que poco a poco lo convierte en un hombre superficial, indiferente, permisivo, en el que anida un gran vacío moral (Rojas, 1992, citado en Benza – Távara, 2016).

En relación con lo anterior se considera como relevante poseer una visión más global e integradora de la educación y las carreras profesionales, así mismo, sus interrelaciones y las profundas implicaciones humanas que llevan consigo (Casado, 2011, citado en Mujica y Orellana, 2020). En efecto, es necesario destacar a los valores y aportar precisiones filosóficas sobre su significado que, a su vez, permitan establecer algunas indicaciones sobre su praxis, que posteriormente serán de gran ayuda para el entendimiento de nuestra actual sociedad que no está cimentada en valores ético-morales, que se construye de modo débil, como un edificio destinado a colapsar, sin bases sólidas, endeble y expuesto a su pronta destrucción (Benza – Távara, 2016).

Es así como surge el interés por señalar cuáles serán los valores más importantes por practicar, pues estos, estarán relacionados a una convicción razonada de que algo es bueno o malo, y una vez interiorizados se convierten en normas y pautas de comportamientos.

Por consiguiente, en el presente documento, se optó por seleccionar y describir a uno de ellos, y este es la humildad, debido a su importancia y trascendencia.

Es común, escuchar comentarios como: “yo soy humilde”, “soy humilde porque ayudo”, “yo soy humilde porque no tengo cosas ostentosas” o inclusive “yo me visto humildemente”; pero cuanto de estos comentarios estarán verdaderamente

ligados al valor de la humildad; aparentemente es muy fácil hablar de “humildad”, lo difícil será la práctica, por ello es inquietante conocer cuántas de estas personas que pregonan la “humildad” realmente la practican.

La humildad es un valor que cada vez desarrolla una tendencia a desaparecer del mundo circundante del hombre de nuestros días, el cual ha priorizado un individualismo, y dentro de sus consecuencias están: el egoísmo, el subjetivismo y el narcisismo, estos siendo el resultado de una concepción liberal del hombre, del mundo y sus problemas (Buela, 2012).

Etimológicamente, la palabra humildad, proviene del latín “humilitas”, que significa “Humus – tierra”, “itas – cualidad del ser”, por parte de la Real Academia Española (2001), esta refiere que la humildad está relacionada con el conocimiento de nuestras debilidades y limitaciones, y en base a ello saber cómo actuar, en no presumir nuestros logros de manera egocentrista, la humildad, estaría más ligada a reconocer nuestros errores, en no caer en el error de la arrogancia al celebrar nuestros logros de manera exagerada. Sin embargo, ser humilde no significa ser una persona simple o insegura, que necesita ser humillado por los demás para ser “humilde”, ese sería ya un punto extremista.

Por ello, se considera, que conforme una persona posea una adecuada autoestima, esta permitirá que desarrolle el valor de la humildad en su vida (Sánchez, 2016). Descartando la idea errónea de confundir a la humildad con la humillación o inseguridad.

Dentro de la historia, importantes personajes han dirigido su atención a dicho valor, tal es el caso del filósofo alemán Max Scheler, el cual manifiesta que la humildad es una virtud que representa una fuerte antítesis a la actitud orgullosa vivenciada por la corriente romana de la filosofía estoica, y a su vez, de la autonomía del

deber fundamentada por Kant (Scheler, 2010); en otras palabras, la humildad es el practicar el bien sin esperar nada a cambio, ningún reconocimiento de mérito, justicia y dignidad.

Además, la humildad no sería antítesis de otros orgullos terrenales, es decir, el orgullo dirigido a las metas alcanzadas o a los bienes conseguidos, ya que reflejan el amor al mundo, sino que específicamente, del orgullo de sí mismo (Mujica y Orellana, 2020).

En decir, una praxis humana humilde estaría relacionada a las actitudes de servicio incondicional hacia las personas, una constante disposición de servicio hacia todas las cosas, las buenas y las malas, las bellas y las feas, las vivas y las muertas (Scheler, 2010).

Por consiguiente, la humildad como valor moral en el ámbito educativo, desde la óptica Scheleriana, ha de ser analizado como una posibilidad para desarrollar la moral personal con la finalidad de conseguir una alta capacidad de convivencia solidaria con los demás (Mujica y Orellana, 2020).

Ya que el presente documento tiene como uno de sus objetivos, mencionar la importancia de la humildad respecto a la carrera de Psicología y a sus estudiantes, es significativo mencionar al filósofo y pedagogo brasileño Paulo Freire, por incluir en sus obras la importancia de la humildad en el ámbito educativo. Freire (2010) manifiesta que la humildad es una de las virtudes que favorece el desarrollo humano, ya que, a diferencia de la soberbia, contribuye a la emancipación de las invisibles cadenas que el ser humano crea por medio de esquemas mentales que representan lo que entiende como verdad.

Por ende, Freire (2010) refiere que el ser humilde es una virtud que los docentes deben asumir por coherencia con su labor profesional. Y mediante ello, lograr un aprendizaje vicario

de la humildad en los estudiantes, futuros profesionales. Además, permitirá desarrollar una actitud constante de auto-formación lo que se reflejará por el adecuado trato con las demás personas (Freire, 1993 Mujica y Orellana, 2020). En este sentido, Freire (2010) defendía que ser humilde nos es algo sencillo, ya que requiere una cuota moral de valentía, confianza y respeto.

Humildad y religión

El término humildad, usualmente está ligado a las religiones ya que la consideran como una de las virtudes más trascendentes del hombre; por ejemplo, para el catolicismo, está relacionado a la igualdad de todos ante Dios y sólo recibirán bendiciones aquellos que son humildes a diferencia de los soberbios. “No se puede ser cristiano cabal sin vivir seriamente la humildad; porque cristiano íntegro es quien imita a Cristo, y Éste destacó la humildad como una de las notas relevantes de su Corazón” (Fuentes, 2010).

Con respecto a la dedicación en la vida religiosa esta implicaba una serie de cualidades, siendo una de las principales la humildad o la sumisión. Siendo el antónimo de esta, el orgullo o, mejor dicho, la soberbia, los cuales debían ser combatidos ya que eran reflejo de una excesiva adhesión a lo material. La humildad y la abnegación han sido interpretadas como cualidades netamente femeninas dentro del discurso misógino que atribuía a las mujeres un papel inferior respecto a los hombres (Guinot, 2018).

En la orden de las Carmelitas Descalzas (2015), Teresa de Jesús escribe que el camino de perfección se basa en tres principios, el primero, es el amor de unos con otros; el segundo es el desprendimiento de todo lo criado y como tercer principio es la verdadera humildad, siendo el principal y el que abraza a las anteriores. De esta manera se consideran estos principios como directrices fundamentales en la vida religiosa.

La humildad es la cabeza y cimiento de estas directrices y de todas las virtudes que necesitan alcanzar. De esta manera, se referirá a la humildad de manera frecuente en la religión. La humildad se convierte en un fin inamovible de la Orden, considerándola como una virtud tan preciosa y precisa para ella.

Por otro lado, en el budismo considera a la humildad como un camino que sirve de guía para la liberación del sufrimiento (Porto y Gardey, 2009). Sin embargo, no sólo aquellas personas que tienen estas religiones como parte de vida serían las únicas que deberían practicarla; al contrario, sea cual sea la religión o en caso no tenerla, no nos exime de ello. La humildad va más allá de una religión, la humildad debería ser parte de nuestra vida diaria.

Humildad en la vida académica

El papel de los valores en el proceso académico es reconocido ampliamente en la cultura educativa, y también, se ve proyectado en postulados de diferentes organismos nacionales e internacionales tales como: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. De igual manera, son relevantes en el ámbito específico de la educación formal (Mujica y Orellana, 2020).

No obstante, tal como explica Esquirol en el 2006 (citado en Mujica y Orellana, 2020), un valor moral puede ser dotado de múltiples significados, que, en ocasiones, pueden carecer de profundidad, coherencia y fundamentación axiológica. En este sentido, esto puede estar asociado a una problemática que identifica Amilburu (2014, citado en Mujica y Orellana, 2020), de que en los ambientes educativos se carece de una actitud filosófica, siendo un aspecto poco atractivo para los profesionales en educación, considerando como áreas de mayor relevancia aquellas relacionadas con temas netamente cognitivos.

Y es que, una parte importante en nuestra vida es preocuparnos por sobresalir a nivel académico, por aprender nuevas cosas y sobre todo destacar en esta área. De la misma manera, deberíamos reflexionar, por nuestro comportamiento y por cómo estamos llevando nuestra vida, analizar si en realidad estamos actuando correctamente, o si nos estamos llevando, en ciertos momentos, por la vanidad.

Es por ello que, trabajar duro, estudiar, esforzarse y hacer sacrificios para lograr una meta, ya sea a nivel personal o laboral, no estaría alcanzado por completo si adoptamos posturas arrogantes o vanidosas; si bien es cierto, es muy agradable sentirse reconocido por nuestros logros o cualidades, no obstante, sin darnos cuenta, podríamos caer en el error de la soberbia. Y pues, de nada valdría todo el trabajo hecho, ya que, una persona con este tipo de actitudes, generalmente, es rechazada por su entorno y muchas veces dejada de lado por este tipo de conducta.

Sin embargo, cuando nos encontramos en instituciones académicas; desde la escuela (a nivel primario y secundario), en el instituto o la universidad, se concentran más en cuán inteligente es el estudiante, cuanto más nota saque más inteligente será, ya que demuestra que ha realizado un adecuado aprendizaje y es capaz de ejecutar lo aprendido. La interrogante surge: ¿Será sólo la parte intelectual lo que verdaderamente importe?

Por muchos años, se ha ignorado el aspecto emocional de la persona, la parte humanística, priorizando sobre ello, el aspecto intelectual. Sin embargo, poco a poco, la misma sociedad se ha dado cuenta que el ser humano es un ser bio psico – social, que va más allá del conocimiento teórico, es imprescindible que una persona nunca deje de lado el aspecto moral, ya que los valores serán guías de nuestra vida, destacando a la humildad, como un componente que debe estar ligado a nosotros, es decir, cuanto más destaquemos más humildes debemos ser.

En este sentido, cabe señalar que una educación en valores tendrá que proporcionar a sus estudiantes un desarrollo integral, por medio de una escala de valores que se encuentre ligada a las necesidades del contexto social, profesional y cultural actual, ello traerá consigo que la persona pueda ejercer con plena responsabilidad y conciencia su profesión, alcanzando de esta manera una vida plena y convertirse en un ejemplo a seguir por parte de las personas que lo rodean (Moreno, Ramírez y Escobar, 2020).

Humildad y la carrera de Psicología

Los valores en la educación se convierten en sus bases estructurales fundamentales. Los problemas que inciden hoy en día en la educación superior relacionado al área de salud se deben en gran parte a la falta de cimientos lo suficientemente fuertes, posiblemente que la sociedad actual se ha fundamentado en arenas movedizas (conocimientos, memorización, normas), y se ha colocado el cemento armado de los valores y principios fundamentalmente éticos y morales sobre los cuales tendrían más sentido las normas y los conocimientos (Molina, Pérez, Suárez y Rodríguez, 2008).

La formación profesional no sólo involucra a un conjunto de conocimientos científico-técnicos, procedimentales y metódicos, como se menciona, se debe poseer elementos: actitudinales, afectivo-emocionales y de valor, y estos en conjunto logren el desarrollo de competencias, juicios y razonamientos para una adecuada toma de decisiones que contribuya a través de su carrera a solucionar las distintas problemáticas de la compleja realidad social actual (Félix y Félix, 2016).

Con respecto a la psicología y los valores, se dice que estos tienden a humanizarse. Pues, el psicólogo trata por comprender al ser humano.

Si esto lo trasladamos a la realidad actual de la carrera de Psicología, pues tendríamos

mucho de qué hablar, ya que no podemos negar la importancia de la literatura y conocimiento teórico en nuestra formación y cumplir diversas funciones como el diagnóstico, tratamiento y acciones preventivo - promocionales; es decir, destacar el poder intelectual, el interés por la investigación, pero además, es importante considerar la estabilidad emocional y la apertura al cambio, cualidades básicas que debería poseer cualquier futuro psicólogo (Amador-Soriano, Velásquez-Albo y Alarcón-Pérez, 2018), éstas deberían estar arraigadas a la humildad, las cuales permitirán generar estrategias para solucionar problemas humanos en diversas áreas del desempeño profesional.

Es innegable que existe una diversidad conceptual en los estudiantes sobre lo que significan los valores. Evidentemente los estudiantes de Psicología muestran limitaciones, deficiencias y confusiones a nivel conceptual, por lo que podría atribuirse al currículo, al plan de estudio que no contemplan a los valores como algo importante e indispensable en la formación del futuro psicólogo. La ausencia de contenidos sobre ética y moral durante su trayecto formativo, muestra ciertas dificultades en ellos para responder los cuestionamientos sobre los valores (Félix y Félix, 2016).

Sin embargo, estas dificultades no sólo se ven en el ámbito educativo, ya que a nivel profesional aún podríamos estar cayendo en el sesgo, lo que se evidenciaría en el momento de las convocatorias de trabajo, en las que se brinda mucho mayor peso de puntuación a las certificaciones, y eso no se niega; sin embargo, se cae en la monotonía de escoger a un profesional que podría estar con la “mejor” acreditación posible dejando de lado, quizás el aspecto moral de ellas, debido a esto surge otra nueva interrogante: ¿Cuántos de ellos realmente acompañan dichas aptitudes y conocimiento con la humildad?

Lo ideal sería elegir a profesionales que tengan tanto lo intelectual y lo moral, en un

mismo nivel de importancia, pero hay casos, en los cuales vemos profesionales que no brindan una adecuada atención, tienen un trato déspota, maltratan a los pacientes e incluso realizar actos antiéticos. Lo que denota una ausencia de crítica y reflexión, resaltando un débil ejercicio en la razón, en profesionales cuya misión es ayudar y hacer sentir bien a las personas.

Si nosotros decidimos convertirnos en psicólogos, debemos ser conscientes que podemos saber mucho teóricamente, pero si no poseemos valores, sino somos personas humildes, no podríamos llevar a cabo el desarrollo óptimo de la carrera por la cual tanto estudiamos y nos esforzamos, ya que no tendríamos el trato adecuado con los pacientes, con los colegas e incluso con la sociedad misma.

La humildad es imprescindible, ya que, una persona que posee este valor será capaz de manifestar un elogio o una felicitación de manera real, verdadera, sin necesidad de aparentar, ya que no sólo somos humildes reconociendo nuestros defectos, sino que también, una persona es humilde, cuando reconoce las cualidades en los demás y resalta el éxito ajeno.

Personalmente, considero que un psicólogo que no posee el valor de la humildad, no podrá llegar lejos, es por ello que, aquellos profesionales que tenemos la oportunidad de ejercer la docencia universitaria, tratemos de compartir estas palabras con nuestros estudiantes, los cuales se convertirán en futuros psicólogos para que desde las aulas puedan aprender y comprender que la psicología, es mucho más que una carrera, (incluso erróneamente considerada por cierto número de población como una de las carreras más “sencillas” o “fáciles”), que goza de gran convocatoria, o incluso que sólo es una carrera netamente lucrativa; toda la sociedad, los futuros y los actuales psicólogos, deberíamos comprender y saber que nuestra carrera, psicología, es una carrera de servicio, en la cual, el ejemplo de una adecuada actitud y conducta,

dice mucho de nosotros como profesionales. Y eso, se debe transmitir desde aulas hacia nuestros estudiantes no sólo en palabras, sino mediante el ejemplo, porque dependerá de ellos, de estos estudiantes, el prestigio a tan hermosa carrera, ya que se convertirán en una nueva generación de psicólogos que tendrán sobre sus hombros, la tan difícil pero importante labor de promover la salud mental y la rehabilitación emocional, de una sociedad que se encuentra en la actualidad, tan golpeada.

CONCLUSIONES

Ser el mejor en una determinada carrera u oficio, no sólo depende de la parte intelectual, trasciende más allá, el destacar, estará relacionado, en ser una mejor persona que posee y brinda una calidad de servicio caracterizada por no discriminar por: raza, cultura, situación socioeconómica, etc. Un ser humano que actúe basando su conducta en valores, sin necesidad de jactarse de sus logros o minimizar al resto, evidencia que posee el valor de la humildad, pues será tomado como un ejemplo ya sea a nivel profesional y/o personal, puesto que serán nuestras acciones las que se juzgarán por sí solas y denotarán la calidad de personas que somos.

¿De qué nos vale poseer todos los títulos del mundo si con nuestra inadecuada actitud y falta de humildad, en lugar de generar aceptación, comodidad y seguridad podríamos generar un rechazo hacia nosotros mismos?

En este sentido, los valores son importantes porque guían e identifican nuestras conductas, además, ayudan a diferenciar las acciones correctas de las que no lo son porque ocasionan daño. Es decir, conforme el profesional domine la filosofía de los valores (axiología), se encontrará en mejores condiciones de comprender el comportamiento de los otros y el suyo, contribuyendo así al desarrollo de una sociedad en la que sus miembros disfruten dignamente de la vida (Félix y Félix, 2016).

Es así que la humildad, es un valor, que no aparece como una materia en el currículo de nuestra educación, puesto que va más allá, ya que es un valor que aprendemos durante toda nuestra vida, desde muy pequeños, sea mediante ejemplos de familiares o personas significativas para nosotros, o en su defecto por aprendizajes que nos dejan una lección para nuestra vida.

Es por ello, que, mediante el presente documento, lo que se busca, es explicar y concientizar acerca del valor de la humildad, ya que en algunas circunstancias es dejado de lado, pero trascendente a la vez en cada uno de nosotros, convirtiéndose en el camino perfecto hacia el éxito.

REFERENCIAS

- Amador-Soriano, K., Velásquez-Albo, M. y Alarcón-Perez, L. (2018). Las competencias profesionales del psicólogo desde una perspectiva integral. *Revista de educación y desarrollo*, 45, 5 – 14. Recuperado de: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antteriores/45/45_Amador.pdf
- Benza-Távora, L. (2016). *Nivel de práctica de valores ético-morales en los colaboradores de tres áreas administrativas de la Universidad de Piura* (Tesis de Maestría). Universidad de Piura, Piura, Perú. Recuperado de: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2480/MAE_EDUC_286.pdf?sequence=1
- Buela, A. (2012). *Algo sobre la humildad*. CEID. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: www.ceid.edu.ar
- Félix, V. y Félix, C. (2016). Valores éticos en la formación del estudiante de Psicología en la UAS. *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 5(9). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5327028.pdf>

- Freire, P. (2010). *Cartas a quien pretende enseñar* (2ª ed.). Buenos Aires: Siglo veintiuno.
- Fuentes, M. (2010). *Naturaleza y educación de la humildad*. Recuperado de: <http://verbo.ive.org/wp-content/uploads/2016/07/Virtus-12-Naturaleza-y-Educacion-de-la-Humildad.pdf>
- Guinot, L. (2018). El orgullo y la humildad en la construcción de la identidad religiosa femenina durante los siglos XVII y XVIII. *eHumanista/IVITRA*, 14, 41-57. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/330259023_El_orgullo_y_la_humildad_en_la_construccion_de_la_identidad_religiosa_femenina_durante_los_siglos_XVII_y_XVIII_eHumanistaIVITRA_14_2018_41-57/link/5c35fa83a6fdccd6b59eedf0/download
- Merma, G., Peiró, S. y Gavilán, D. (2013). Perspectivas sobre educación en valores en tiempos de crisis. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, 15, 151 – 160. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4518971.pdf>
- Molina, L., Pérez, S., Suárez, A. y Rodríguez, W. (2008). La importancia de formar en valores en la educación superior. *Acta odontológica venezolana*, 46(1), 1-14. Recuperado de: https://www.actaodontologica.com/ediciones/2008/1/pdf/importancia_formar_valores_educacion_superior.pdf
- Moreno, M., Ramírez, L. y Escobar, J. (2020). Revisión de educación en valores para el nivel superior en Latinoamérica. *Revista Educación*, 44(1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44060092008>
- Mujica, F. y Orellana, N. (2020). Contribución de la humildad a la educación formal: análisis en función a Max Scheler y Paulo Freire. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, política y valores*, 7(3), 1-14. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/341078526_Contribucion_de_la_humildad_a_la_educacion_formal_analisis_en_funcion_de_Max_Scheler_y_Paulo_Freire
- Porto, J. y Gardey, A. (2009). *Definición de humildad*. Recuperado de <https://definicion.de/humildad/>.
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de <http://www.rae.es/>
- Sánchez, S. (2016). *Autoestima y conducta autodestructiva en adolescentes* (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Quezaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Sanchez-Sindy.pdf>
- Santa Teresa y el mundo teresiano del Barroco, San Lorenzo del Escorial 2015, pp. 213-236. ISBN: 978-84-15659-31-0
- Scheler, M. (2010). *Amor y conocimiento. Y otros escritos*. Madrid: Palabra.
- Rodríguez, J. (2000). ¿Es humildad o valor / esta obediencia? Género y sentido de El príncipe constante. En *Criticón (Toulouse)*, 78, 93-108

Fecha de recepción: 14 de octubre, 2020

Fecha de aceptación: 25 de noviembre, 2020