

— **Pensamos** —  
en su *futuro*

*Equidad más que equilibrio*



*¡Bienvenido!*

[www.fitec.edu.co](http://www.fitec.edu.co)





La palabra equidad proviene del latín "*equitas*". **Equidad a la justicia social por oposición a la letra del derecho positivo.**

La equidad se caracteriza por el uso de la imparcialidad para reconocer el derecho de cada uno, utilizando la equivalencia para ser iguales. Por otro lado, la equidad adapta la regla para un caso concreto con el fin de hacerlo más justo.

**La equidad es sinónimo de** igualdad, ecuanimidad, justicia, rectitud, equilibrio.

La equidad tuvo una función determinante en la historia, sobre todo, en el derecho romano

*“Un hombre con una convicción es un hombre difícil de cambiar. Dile que no estás de acuerdo y se va. Muéstrale datos o cifras y cuestiona tus fuentes. Apela a la lógica y él no ve tu punto de vista.” Leo Festinger*

En el sistema jurídico de las Pandectas la equidad no fue sólo un instrumento de corrección del rigor de la ley, como lo es actualmente, sino que llegó a tener una función constitutiva del derecho. Hasta tal punto que no había derecho si no era justo y además este axioma rezaba, tanto para el derecho establecido por una ley, como asimismo para el derecho declarado o constituido por una sentencia judicial.

Hoy en día la llamada equidad legal es una utopía, ya que lo que realmente vale en derecho es la vigencia de la ley o de la costumbre si acaso, es decir, que se trate de una norma positiva; sea justa o injusta: "prefiero la injusticia al desorden" (Goethe).





De ahí que el término equidad lo podemos ver en todas las profesiones y actuaciones del hombre, como: en equidad de género, equidad social, equidad laboral, equidad en contabilidad, en derecho, como valor, en el contexto social, familiar, educativo,

Ahora, su contrario, la inequidad es una grave injusticia, o pecado. El término se utiliza generalmente para designar la transgresión de la Ley, la falta de justicia, la desigualdad en el trato de las personas.



La teoría de la equidad tiene que ver con la búsqueda constante del equilibrio en nuestras relaciones personales. ¿Aportamos más de lo que recibimos? ¿Cómo averiguarlo? ¿Qué hacer para cambiar aquello que nos parece injusto?

¿Alguna vez has estado en una relación que sentías que no te aportaba nada o que aportabas mucho más que la otra parte? ¿Cómo te has sentido? ¿Cómo has actuado? De esto, precisamente, habla la teoría de la equidad propuesta por el psicólogo John S. Adams en 1963

Es totalmente lógico sentirse mal cuando una relación nos aporta menos de lo que nosotros ofrecemos



Esto se puede extrapolar a prácticamente a cualquier tipo de relación. Cuando nos sentimos así, tendemos a actuar de una determinada manera para reducir tal disonancia, tal sensación de **injusticia**

¿Cómo recuperar el sentido del equilibrio, aquello que parece que buscamos continuamente? ¿Cómo afecta su búsqueda en nuestra autoestima?

La teoría de la equidad busca explicar qué ocurre cuando sentimos que hay una relación de desigualdad entre lo que aportamos y lo que recibimos en el seno de esa relación. Y es que las personas siempre tendemos a buscar el equilibrio en todas las facetas de nuestra vida, lo que incluye (y especialmente en las relaciones laborales y sociales, a través de estos dos elementos: comparación social y disonancia cognitiva.



Leo Festinger, psicólogo social americano de ascendencia judía. La persona siempre tiende a buscar el equilibrio en todas las facetas de la vida, lo que lo lleva a hacerlo especialmente en las relaciones sociales.

La comparación social se produce cuando nos comparamos con los demás para obtener información asociada a nosotros, algo que prácticamente todo el mundo hace. Clarificando no nos comparamos con cualquier persona, sino que tendemos a compararnos con algunos que presentan unas características concretas.

Ahora, el concepto de disonancia cognitiva, se refiere a un estado de incomodidad que experimentamos cuando lo que hacemos y lo que pensamos o sentimos no coincide. De ahí qué al sentir esa incomodidad, buscamos eliminarla, a través de diferentes mecanismo, cambiando de opinión, de actitud, de comportamiento, relativizando la situación o restándole importancia.



La teoría de la equidad hace referencia a los siguientes puntos:

1. Comparación entre lo aportado y lo recibido.
2. Fuerza motivación o tensión
3. El paso a la acción.

Miremos.

1. Las personas, cuando tenemos que esforzarnos para conseguir algo o cuando nos encontramos en una situación de intercambio en una relación, tenemos en cuenta (de forma consciente o inconsciente) dos aspectos: por un lado, aquello que aportamos a la relación (qué doy); por el otro, aquello que la relación nos aporta (qué recibo).

Con base a estos valores, tendemos a buscar el equilibrio entre lo que aportamos y lo que recibimos; buscamos sentir que la relación es justa, es equitativa.

Por ello, analizamos lo que damos y lo que recibimos, sintiéndonos cómodos cuando identificamos un equilibrio. Las aportaciones pueden venir por diferentes vías: esfuerzo, tiempo, ilusión, dinero, sacrificio... Y de la misma forma, recibir lo mismo (o elementos diferentes). Pero siempre se da un intercambio; cualquier relación humana, sea del tipo que sea, se basa en estas relaciones de intercambio.

2. Analizamos la relación de intercambio y en función de lo que percibimos (si sentimos que esa relación es “injusta”), aparece en nosotros una tensión interna, una fuerza o **motivación**. Esta fuerza busca disminuir o eliminar la disonancia, reduciendo la desigualdad percibida. Pero, si sentimos que esa relación es equitativa, es justa, dicha fuerza no aparece.

3. Ante esa disonancia, esa sensación de desequilibrio en la relación (puede ser una relación de amistad, de pareja, laboral...), podemos operar de diferentes maneras. ¿Qué opciones tenemos?

- a. Reducir los esfuerzos invertidos en la relación
- b. Exigir más contribuciones por la otra parte
- c. Cambiar nuestra referencia de comparación
- d. Maximizar lo que estamos recibiendo por la otra parte
- e. Acudir al autoengaño
- f. Abandonar la relación, romperla

## La equidad influye en nuestra autoestima

El balance que hacemos en nuestras relaciones tiene efectos en nuestra autoestima y en nuestro auto-concepto, ya que permanecer en una relación donde no nos sentimos valorados puede repercutir muy negativamente en nuestra salud mental.

Conviene revisar qué tipo de relaciones mantenemos en nuestra vida. Qué nos aportan y si realmente nos compensan. Y una vez hecho, tomar conciencia de lo que realmente queremos en nuestra vida, para realizar los cambios necesarios para llegar a ello.

“Nuestro autorrespeto marca nuestras elecciones. Cada vez que actuamos en armonía con nuestro auténtico ser y nuestro corazón, nos ganamos el respeto. Es así de sencillo. Cada elección importa”. Dan Coppersmith.

*Un hombre con una convicción es un hombre difícil de cambiar. Dile que no estás de acuerdo y se va.*

*Muéstrale datos o cifras y cuestiona tus fuentes. Apela a la lógica y él no ve tu punto de vista.*

*La tendencia a compararse con alguna otra persona específica disminuye a medida que aumenta la diferencia entre su opinión o capacidad y la propia.*

*Las personas tienden a mantener coherencia y consistencia entre las acciones y los pensamientos. Cuando no es el caso, las personas experimentan un estado de disonancia cognitiva*

*Cuando hay una variedad de opiniones en el grupo, las comunicaciones tienden a dirigirse hacia aquellos miembros cuyas opiniones se encuentran en los extremos*



La importancia de la equidad radica en el hecho de que reconoce en los distintos hombres un valor que debe respetarse de forma tal de que las diferencias de clase, de etnia, o de [pensamiento](#) sean totalmente secundarias y anodinas.

En cualquier caso, la **equidad** debería ser puesta como un valor a defenderse si la misma se fundamenta en la dignidad del [ser humano](#).

Lamentablemente, esta situación fue muchas veces soslayada a lo largo de la historia, hecho que llevó a procesos que generaron perjuicios a distintos sectores de la sociedad, como asimismo a un rencor que en ocasiones tomó mucho tiempo en disiparse. Con suerte, en el futuro, estas problemáticas se superen o al menos se reduzcan considerablemente.

Videos de apoyo:

[https://www.youtube.com/watch\\_popup?v=YBhh3CBQx\\_U](https://www.youtube.com/watch_popup?v=YBhh3CBQx_U)

[https://www.youtube.com/watch\\_popup?v=9e2O9jPZzFM](https://www.youtube.com/watch_popup?v=9e2O9jPZzFM)

Evidencia: Reconoce 25 horas de bienestar para estudiantes  
10 horas para profesores y administrativos

Escrito como para una revista, un paper.

Cuestionario de reflexión:

1. Cuándo se habla de equidad, ¿qué eventos considera en este concepto?
2. De acuerdo a la teoría de la equidad, expuesta por psic John S Adams, qué análisis haces?
3. Podrías reflexionar sobre qué tipo de relaciones haz tenido en tu vida? ¿Equilibradas?
4. Los videos de apoyo ¿aportan algo al tema?
5. Haz una sugerencia o comentario al margen.

## Bibliografía

<https://lamenteesmaravillosa.com/que-es-la-teoria-de-la-equidad-y-como-nos-condiciona/>

La equidad en la educación OCDE. <http://www.oecd.org/education/school/40043349.pdf>

<https://www.psicoactiva.com/blog/frases-de-leon-festinger/>

<https://www.importancia.org/equidad.php>

# GRACIAS

Calle 58 # 32-16  
Bucaramanga / Santander

Tel: (7) 6431301

[www.fitec.edu.co](http://www.fitec.edu.co)