

## **La autoestima en la cultura indígena chatina de México**

**Autor: Dr. C. Rodolfo Acosta Padrón**

**Centro de procedencia: Instituto Superior Pedagógico "Rafael María de Mendive"**

### **Resumen:**

Se presenta un intento de acercamiento a la autoestima de indígenas de cultura y lengua chatinas que viven en Zenzontepec, Sierra Sur de Oaxaca, México. Mediante entrevista oral en conversaciones informales, realizadas a 208 sujetos, se conoce el promedio de autoestima de los indígenas chatinos, y mediante observación in situ y consulta a sujetos de la zona, se determinan las causas y efectos de una autoestima defectuosa, que influye negativamente en los programas sociales para el desarrollo integral de la zona. Se concluye que existe una correlación entre niveles de autoestima y condiciones materiales y espirituales de vida, y que la autoestima puede ser causa y efecto de la actitud y conducta del individuo y los grupos étnicos y sociales.

### **Abstract:**

It is presented an attempt to come closer to the self-esteem of Indians speaking Chatino language and culture, living in Zenzontepec, Sierra Sur of Oaxaca, México. By means of oral interview in informal conversations, administered to 208 subjects, the rate of self-esteem in chatino Indians is revealed. And by means of direct observation (in situ) and consulting inhabitant subjects, the causes and effects of insane self esteem are determined, and how this ill self-esteem influences negatively on the social projects intended to improve the integral development of the region. The conclusion is that there is correlation between self-esteem levels and the real and spiritual living conditions, and that self-esteem may be cause or effect of the individual and the ethnic and social group's attitude and behaving.

**"Los indígenas tienen el derecho de preservar sus lenguas y sus culturas, pero no tienen que ser sentenciados a la pobreza."**

**Rodolfo Acosta Padrón**

### **La autoestima en la cultura indígena chatina de México.**

La tesis de que el hombre, genéricamente, piensa como vive, no niega el carácter activo y consciente del ser humano, su capacidad para adaptarse al contexto y transformarlo según sus necesidades. En su devenir histórico-cultural, la filosofía y la psicología de los individuos y grupos étnicos y sociales han sido, en gran medida, el resultado del desarrollo económico y espiritual de la sociedad.

En el mundo de la globalización, la era de la información, el impetuoso desarrollo científico-técnico y la predominante cultura occidental, pocos creen realidad o se acuerdan de las culturas indígenas que habitan en diversos lugares de este planeta: Australia, Guatemala, Perú y México, entre muchas otras. Menos aún tienen la posibilidad de saber quiénes son los indígenas, cómo viven, cómo piensan, qué comen, beben, qué lenguas hablan, y en particular cómo se comporta su autoestima y cómo influye en sus vidas.

### **La Autoestima.**

Los estudios propiamente de autoestima comenzaron en Estados Unidos y algunos países europeos a principios de la década de 1960, y alcanzaron su máximo impacto social en la década de los ochenta con el llamado "movimiento de la autoestima". En 1990 se celebró en Oslo, Noruega, la I Conferencia Internacional sobre autoestima con la participación de educadores, psicólogos y psicoterapeutas de los Estados Unidos, Gran Bretaña y diversos países europeos. A partir de entonces existe un Consejo Internacional sobre autoestima y se han creado varios consejos nacionales.

El problema es que la mayoría de los estudios reportados en la literatura especializada sobre autoestima (Branden, N., 2000 y otros) presentan como objeto de estudios sujetos típicos de las sociedades desarrolladas, tratados en consultas terapéuticas, a donde asisten generalmente hombres de negocios, empresarios, abogados, arquitectos, gerentes, propietarios, profesionales, o sobre la experiencia personal de los autores; sin embargo, no se reportan estudios algunos acerca de la autoestima de pueblos indígenas, o personas que

viven en la pobreza. La relación de interacción mutua entre la conciencia y las condiciones materiales y espirituales de vida conduce a pensar que la autoestima de las comunidades indígenas podría ranquear significativamente por debajo de aquellos que viven en mejores condiciones materiales y espirituales.

Existen intentos de demostrar tal idea en trabajos comparativos de autoestima (Acosta, 2004) medida a sujetos maestros de Haití, con un promedio de autoestima de 54.5, maestros de Francia (86,2) y maestros del Instituto Superior Pedagógico de Pinar del Río (84). Por supuesto que la relación a nivel de individuo no siempre es directamente proporcional en tanto que influye una gran diversidad de factores internos y externos, relacionados con cada persona y el entorno. Por otra parte los factores influyentes en la autoestima son diferentes en distintos contextos, así en Europa están más relacionados con el estrés, la soledad y el clima, mientras que en los países pobres sus causas podrían encontrarse en la incertidumbre, la inseguridad, la violencia y la lucha por la supervivencia, entre muchas otras causas.

La autoestima la define Branden, N. (2004) como la confianza en nuestra capacidad de pensar, en la capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida, la confianza en nuestro derecho a triunfar y ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

La importancia de la autoestima para la vida radica en que constituye el motor impulsor para afrontar positivamente el amor, el trabajo y la lucha por la felicidad. La autoestima es la salud de la mente; es una necesidad humana fundamental, se esté o no consciente de ella, porque proporciona una contribución esencial para el proceso vital, es indispensable para un desarrollo normal y saludable y tiene valor por la supervivencia. Tener la autoestima baja significa tener alterado el funcionamiento de la mente para dominar el miedo y aceptar el derecho a la felicidad.

La idea central de toda la obra de Nathaniel Branden, considerado el creador y máximo divulgador de la teoría de la autoestima, es esta: "Tu vida es importante. Respétala. Lucha por alcanzar tus más altas posibilidades" (2004: 13). Es acertada la idea, cuando en la sociedad crea los espacios necesarios para que el individuo se realice, pero en el contexto indígena el ser humano está encadenado por el entorno hostil y en ocasiones agresivo; sin embargo la idea aún vale en tanto que no admite la resignación y la entrega de indígena al destino y los azares de la vida.

Los pueblos indígenas tienen pleno derecho a una vida digna, sana y feliz, sin que ello entre en contradicción con el derecho a preservar su cultura y su lengua. Los estilos, hábitos y costumbres pueden y deben ser mejorados, porque muchos nacieron de las necesidades impuestas por los siglos de explotación y discriminación: comer solo tortilla, frijoles y chile forma parte de su cultura, pero ellos necesitan mejorar esa dieta con otros alimentos ricos en proteínas y vitaminas; caminar largas distancias durante horas forma parte de su vida, pero deben tener acceso a la tecnología que acorta las distancias y contribuye a la eficacia persona; curarse con medicina verde es un hábito en ellos, pero esta no siempre funciona de manera que existen enfermedades que exigen tratamiento médico.

### **Contexto indígena en Zenzontepec.**

Alrededor de nueve millones de mexicanos pertenecen a pueblos indígenas, de culturas y lenguas diversas, ubicados en su mayoría en los estados Chiapas, Hidalgo, Yucatán, Quintana Roo, Guerrero y Oaxaca. De acuerdo con la información del Instituto Nacional Indigenista, las etnias indígenas que en 1990 contaban con más de cien mil hablantes son las siguientes: náhuatl (1 200 000), mayas (720, 000), zapotecas (410 000), mixtecas (390 000). Existen además, otros pueblos como los huaves, mixes, otomís, y chatinos, que hablan diversas lenguas indígenas, hasta llegar a 16 en Oaxaca y 92 en todo México.

El presente intento de acercamiento a la autoestima de los indígenas ha sido posible gracias a nuestra estancia como cooperante durante un año en Zenzontepec, en la Sierra Sur de Oaxaca, México. Este es uno de los 5 municipios oaxaqueños, situado en el corazón de la Sierra Sur, a más de 200 Km. de Oaxaca, en un viaje en auto de 10 a 12 horas debido a que más de 90 Km. atraviesan la Sierra. Posee una población de 19 450 habitantes, distribuidos en 26 comunidades, 16 de las cuales hablan la lengua indígena chatina, algunos

hablan también el español.

La música preferida de los adultos es el corrido y la ranchera, mientras que la juventud prefiere la cumbia y la chilena. La religión mayoritaria es la católica y la diosa venerada: La Virgen de Guadalupe. Existe un profundo arraigo en las creencias religiosas católicas y poca fe en quiénes son, poca confianza en ellos mismos y en las posibilidades ilimitadas del ser humano para resolver sus problemas, debido a las difíciles condiciones de vida y las escasas soluciones para sus problemas reales. La mayoría de los indígenas adultos está frustrada, incapaz de resolver sus problemas terrenales, emprende el camino "espiritual" y renuncia a su yo. Esta falsa interpretación de la relación entre lo espiritual y la realidad los conduce inevitablemente al fracaso. La creencia es una necesidad espiritual en el ser humano, pero no puede conducir a la espera de que alguien venga a satisfacer las necesidades básicas materiales del ser humano.

Sus creencias, conductas y actitudes como factores internos influyen negativamente en su desarrollo y se reflejan en la pasividad, el pesimismo y la inactividad para afrontar los retos de la vida. De igual manera no muestran precisión de tiempo y espacio, lo que se observa en el poco conocimiento de la geografía y la historia de la zona, la región, el país y el mundo, en la impuntualidad, la indisciplina laboral y la falta de confianza en los proyectos sociales. Todos estos factores tienen sus raíces en el crítico entorno: ¿Para qué necesito saber la hora, si comeré cuando pueda, viajaré cuando salga la pasajera, lo mismo puedo sembrar la milpa hoy que mañana, y además no tenemos reloj? Los europeos sí son muy puntuales, pero existen todos los servicios con excelente precisión y calidad: el ómnibus parte a las 8. a.m., no a las 8 y 30 minutos.

Por otra parte influyen negativamente en su autoestima factores externos como los mensajes que históricamente han recibido verbalmente, o por experiencia directa, sus experiencias suscitadas en la familia y la comunidad, la aspereza y rudas condiciones de los cerros, la falta de educación y cultura, la pobre alimentación y la falta de atención por la sociedad al ser humano.

"El suelo de Oaxaca está erizado de montañas y cortado en todas direcciones por barrancas" (Gay, J. A., 1998: 4). La mayoría de las casas son de adobe y zinc, o tejas, con piso de tierra, aunque en la capital ya se han construido algunas de bloque, placa y piso de cemento.

La personalidad del indígena la describió con precisión Gay (1998:4) cuando escribió: "Los indios son taciturnos, hospitalarios, trabajadores, sobrios, supersticiosos, dóciles en todo, excepto en su religión, a que son tenazmente apegados, sencillo y dulces en sus costumbres domésticas. Algunas ocasiones se advierte en ellos desconfianza y disimulo".

La región de Zenzontepec se identifica objetivamente en la siguiente cita: "Por sus características históricas, sociales, étnicas, conflictos agrarios y políticos, violencia, inseguridad, abigeato, asaltos, incomunicación, alcoholismo, analfabetismo, bajo nivel académico, pobreza y marginación, el Gobernador Lic. Ulises Ruiz Ortiz..." (Ruiz Ortiz, U., 2004: 3) El Gobernador de Oaxaca, Ruiz Ortiz, ha creado el Programa de Desarrollo Integral de la Sierra Sur como estrategia del para atender las zonas prioritarias de mayor rezago y muy alta marginación de la Sierra Sur.

### **Cómo es la autoestima de los indígenas de Zenzontepec.**

Resulta difícil medir la autoestima de los indígenas debido a su bajo nivel cultural, su personalidad, su lengua y el analfabetismo, de tal manera se desecha la aplicación de encuesta, mientras que para la entrevista directa se requiere de estrechas relaciones interpersonales. La conversación informal, la observación in situ y la opinión de letrados hablantes hispanos o bilingües permitió conocer que la autoestima del indígena es muy baja. Según la entrevista, mediante conversación informal, aplicada a 208 sujetos mayores de 15 años la autoestima promedio es de 42, 8. Se utilizaron las preguntas siguientes: ¿Cómo va la familia?, ¿Cómo va la chamba? ¿Y la novia (o la mujer, qué)? ¿Cómo va la vida en tu comunidad? Las respuestas más frecuentes fueron: "mal", "feo", "pobre", "no tengo", "no hay", "la vida es dura", "no hay trabajo", "en los cerros no se produce", "no llueve", "sí, mucho hay que caminar", "puros frijoles y tortillas", "no hay agua". Las principales causas de la baja autoestima son: La falta de empleo, la inseguridad económica, la falta de expectativas futuras, las precarias condiciones de vida en el hogar y la comunidad, la pobre

alimentación, la violencia, la falta de educación y cultura, el alcoholismo y el aislamiento del individuo y la comunidad.

Estos problemas actúan unas veces como causa de una autoestima defectuosa, mientras que otras veces son sus síntomas. El alcoholismo, la morosidad, el temor a la intimidad, los malos tratos conyugales, la co-dependencia, la pasividad, la violencia, la falta de competencias social y comunicativa, y la falta de propósitos, males presentes en la vida de los pueblos indígenas, son, causas y efectos de la autoestima baja: sin esperanzas en la vida, el indígena se entrega hoy al mezcal, y mañana el estrés, el sentido de culpabilidad, el miedo y el desanimo provocados por la resaca, continúan bajando la autoestima.

Sobre el indígena cae todo el peso de la historia que los ha considerado siempre como una raza inferior, torpe e incapaz de desarrollarse. El concepto de ellos mismos, quienes son, es resultado de sus experiencias como grupo étnico, sus rasgos físicos y psicológicos, sus hábitos y costumbres, sus posibilidades y limitaciones, sus responsabilidades y valores personales. Los que ya pueden ver la televisión, experimentan frustración al compararse con el exuberante mundo virtual y pensar que son diferentes a los demás en un sentido negativo; estas y muchas otras experiencias de frustración consolidan la resignación y la entrega de su futuro al destino, de igual forma bajan la autoestima debido a que su situación es percibida como de desventaja respecto del resto de las personas no indígenas.

La integralidad y el vivir de manera consciente son esenciales para crear los valores de valía y autonomía y tener una sana autoestima. En el indígena chatino se observan efectos de autoestima baja como son: la infelicidad, la irracionalidad, la ceguera ante la realidad, la rigidez, el miedo a lo nuevo, la conformidad, la violencia, la desconfianza, la sumisión, el sentimiento reprimido y la hostilidad ante los demás. Se muestra además en los bajos niveles de competencias de socialización y comunicación. El desarrollo de estas competencias en el futuro, como resultado de la educación, seguramente influirá positivamente en la autoestima del indígena.

Un análisis de estos indicadores señala que los resultados varían, aunque no significativamente, entre la comunidad cabecera y las comunidades más lejanas de habla chatina que tienen poco contacto con personas de otros lugares. Siendo, al parecer, diversas variables significativas las que influyen en el grado de desarrollo de las diversas comunidades: la riqueza natural de la zona, el uso la lengua española o la pura lengua nativa, el origen de las personas, español o indígena, la cercanía o lejanía de los pueblos más avanzados y las relaciones que contraigan con estos.

La falta de empleos es total en las comunidades. En los meses de sequía poco hay que hacer en el campo que no sea cuidar algunos animales en las laderas de los cerros, trabajo que comparten hombres, mujeres y niños. La escasez de agua es un problema en la mayoría de las comunidades y se toma directamente de los manantiales en los cerros, ríos y arroyos.

La vida familiar es una tragedia en casas de adobe y tejas, o madera con láminas de zinc, aunque ya se vislumbran construcciones de cemento y tabicón en las comunidades más avanzadas. La cocina con leña, los pisos no pavimentados, el polvo, la falta de utensilios domésticos, la carencia de servicios médicos, entre muchas otras escaseces, dañan la salud, en particular la vista y convierten la vida familiar en una verdadera tragedia. Las necesidades materiales y espirituales, el machismo y los tabúes acerca del sexo y el amor convierten la felicidad y el amor de la pareja en una pesada carga para la que muchos no están preparados, debido a las nubes de ignorancia que sobre ellos se ciernen. La frialdad y el aislamiento en las relaciones de la pareja son productos del no saber amar y ser amado, bajan la autoestima y crean situaciones de incertidumbre, celos y violencia.

La autoestima no aparece antes o después de las necesidades básicas de supervivencia, como por ejemplo, la comida y el agua, como muchos afirman; pienso que se forma paulatina e interactivamente durante la influencia de estas necesidades. De tal manera la insatisfacción de las necesidades básicas de los indígenas ha formado en ellos una baja autoestima que sigue agravando la situación de satisfacción de necesidades. La autoestima no opera en el vacío, es el resultado de la personalidad y sus condiciones de vida. No es tampoco la casa, la comida y la ropa, pero es un recurso esencial para satisfacer tales necesidades.

## **Influencia de la autoestima en la educación.**

La población con 15 años o más, es de 7943, de ellos 3143 analfabetos, 3 946 tienen la enseñanza primaria incompleta y 183 no completaron la enseñanza secundaria. El rezago escolar es de más del 80%, sobrepasando con creces la media del país que es del 50%. De la población mayor de 5 años, hablan lengua indígena 8042, hablan lengua indígena y no hablan español 2818, mientras que 5145 habla ambas lenguas. (Datos del XII Censo General de Población y Vivienda 2000).

La baja autoestima se refleja en la pobre participación de los adultos en los programas sociales de la región, aunque se observa una marcada diferencia entre la débil participación de los adultos y una creciente incorporación de niños y jóvenes a las incipientes actividades deportivas, culturales y educativas. La personalidad se revela en las actividades sociales mediante una extrema pasividad, discreción y lejanía del escenario de actuación: las mujeres se cubren la cabeza y parte de la cara con sus rebozos negros, independientemente del calor y la hora, mientras que los hombres prefieren estar alejados, debajo de los árboles. Intentos de lograr clases interactivas se realizaron en el Programa de alfabetización en la zona, y aunque se lograron algunos resultados positivos, la tarea se torno alto difícil en la primera etapa.

La incorporación y participación de la mujer es mayor que la de los hombres, aún cuando muchos de estos no permiten que sus esposas salgan de sus hogares. Los hombres se justifican con el trabajo en el campo, pero las mujeres trabajan tanto como ellos, la verdadera razón se esconde en un fuerte machismo, la vergüenza de no saber y el miedo a la actuación pública, amén del pobre dominio de la lengua española. Algunos temen emprender una tarea tan "difícil" como aprender a leer y escribir, mientras que a otros les da pena ser analfabetos. El aislamiento en que históricamente han vivido, inhibe los procesos de socialización y comunicación.

Por otra parte, muchos no ven la necesidad de aprender a leer y a escribir en tanto poco le ayudaría a mejorar sus vidas, su bajo nivel de cultura general integral no les permite valorar la significación de la educación y la necesidad de aprender la lengua española. Muchos dicen tener la cabeza dura para aprender y la mayoría tienen la cabeza puesta en las difíciles condiciones de vida en los cerros.

El pensamiento del Benemérito de América, Benito Juárez (1806- 1872) es claro en este sentido, cuando expresó: "El hombre que carece de lo preciso para alimentar a su familia, ve la instrucción de sus hijos como un bien remoto, o como un obstáculo para conseguir el sustento. En vez de destinarlos a la escuela, se sirve de ellos para el cuidado de la casa o para alquilar su débil trabajo personal, con que aliviar un tanto el peso de la miseria que lo agobia. Si ese hombre tuviera algunas comodidades; si su trabajo diario le produjera alguna utilidad, él cuidaría de que sus hijos se educasen y recibiesen una instrucción sólida en cualquiera de los ramos del saber humano. El deseo de saber y de ilustrarse es innato en el corazón del hombre." (INEA, 1996:98).

Influyen negativamente en la instrumentación de la alfabetización en la zona los siguientes factores:

1. Pobre nivel de vida en términos de alimentación, vivienda, salud, educación y seguridad.
2. Pobres perspectivas de desarrollo futuro debido a múltiples factores como la lejanía de las comunidades y el difícil acceso a ellas.
3. Predominio de la lengua chatina, de manera que no pueden enfrentar felizmente la alfabetización en español.
4. Poca confianza en sí mismos para plantearse metas y tomar decisiones.
5. Fuerte machismo que reduce la participación de los hombres y de algunas mujeres presionadas por sus esposos y novios.
6. Rasgos de la personalidad como la timidez, la inactividad y la soledad, los cuales limitan su participación en escenarios públicos.
7. Pobre nivel de cultura general integral que no facilita la comprensión de muchos acontecimientos de la vida moderna.

## **Influencia de la alfabetización en la autoestima de los indígenas.**

La alfabetización contribuye positivamente en el aumento de la autoestima de los indígenas que aprenden a leer y escribir debido a las siguientes razones:

1. El indígena- aprendiz experimenta una experiencia positiva que le demuestra que sí es capaz y puede vencer el reto de aprender a leer y escribir.
2. Aprender a aprender contribuye a fortalecer en el indígena-aprendiz la autonomía y la confianza en sus capacidades intelectuales.
3. El indígena-aprendiz encuentra un espacio de socialización y comunicación en la alfabetización que le reafirma su valía para su comunidad, a la vez que se siente reconocido por esta y la sociedad como ser social.
4. El indígena-aprendiz se siente recompensado espiritualmente por aprender algo que nunca antes había podido lograr debido a diversas causas.
5. El indígena-aprendiz se siente reconocido por los miembros de su familia quienes valoran sus esfuerzos para aprender a leer y escribir y reconocen los duros tiempos que a sus abuelos y padres les tocó vivir.
6. El indígena-aprendiz valora positivamente las facilidades materiales que le brinda en programa de Alfabetización en términos de materiales didácticos gratuitos, así como la seriedad y responsabilidad en su estructuración.
7. La posibilidad de recibir las clases televisadas con video les ayuda a crear la cultura de la televisión, aumentar su información cultural y valorar en desarrollo de la sociedad actual, la ciencia y la tecnología.
8. El conocimiento de tiempo y espacio, lingüístico, matemático, histórico y geográfico, entre otros es una fuente inagotable de autoestima.

Las penurias de la educación en las comunidades indígenas de Zenzontepec, son el reflejo de las condiciones de vida de la población en sus necesidades básicas: trabajo, alimentación, vivienda, salud y cultura. La alfabetización no resuelve estos problemas, pero contribuye al desarrollo social, al crecimiento espiritual y es un instrumento imprescindible para que los indígenas puedan resolver los problemas y afrontar los retos del futuro en su áspero y rudo entorno.

### **Algunos logros de las comunidades indígenas en los últimos años.**

La educación ha mejorado en los últimos años con la creación de la educación preescolar y la extensión de las escuelas primarias a todas las comunidades. Doce comunidades cuentan con secundarias básicas, algunas de las cuales ofrecen tele clases. Existe una tele bachillera en la capital del municipio, pero contados son los que pueden continuar los estudios superiores, los más atrevidos jóvenes varones sueñan con irse a Estados Unidos, mientras que los demás se resignan a seguir en los cerros las huellas de sus padres.

La contradicción entre la vida moderna y las tradiciones está presente en cada momento de la vida indígena. Se construyen magníficas edificaciones de cemento para viviendas, escuelas, mercados y centros de salud en muchas comunidades, televisores y pizarras acrílicas en las aulas, la electricidad y el teléfono llega a varias comunidades, se utilizan autos de las mejores marcas y últimos modelos para viajar por los polvorientos y peligrosos caminos, algunos pocos toman coca cola y usan papel sanitario, toman cerveza corona y viajan en la avioneta, mientras que la mayoría sigue comiendo frijoles, tortillas y chile, hablan puro chatino, andan sin zapato, o con guaraches, caminan durante horas subiendo y bajando cerros, carecen de hábitos higiénico elementales y su futuro parece entregado al destino.

En general, existe correlación entre niveles de autoestima y condiciones materiales y espirituales de vida; la autoestima es causa y efecto de la actitud y conducta del individuo y los grupos étnicos y sociales. Las condiciones de vida de los indígenas chatinos de Zenzontepec son deprimentes e influyen en su autovaloración, determinando niveles extremadamente bajos de autoestima que inciden negativamente en su incorporación y participación en la educación y los programas sociales, en particular la alfabetización. Sin embargo, estos programas contribuyen positivamente a la formación integral de su personalidad, al desarrollo de las comunidades y al aumento de su autoestima.

La satisfacción futura de sus necesidades básicas: viviendas, trabajo, alimentación, servicios de salud, seguridad y educación para todos, será la vía esencial para que sean culturas y pueblos autoestimados, cuyos miembros se respeten a sí mismos, confíen en sus mentes y

valores sus personas. Los indígenas tienen el derecho de preservar sus lenguas y sus culturas, pero no tienen que ser sentenciados a la pobreza.

### **Bibliografía:**

- Acosta, Rodolfo, Comparación entre países pobres y ricos en la formación de maestros, Duodécimo Consilium Internacional de Educación Comparada. Ciudad de la Habana. Cuba. 2004.
- Acosta, Rodolfo y Hinojosa, Yasnier, Efectividad del método cubano de alfabetización, "Yo, Sí Puedo", en comunidades indígenas chatinas de Zenzontepec. (Inédito).
- \_\_\_\_\_: Antesala oral para el método cubano de Alfabetización, "YO, Si Puedo", con indígenas chatinos monolingües (Inédito).
- Benítez, Fernando, Los indios de México, Biblioteca ERA, Serie mayor. México. 1990.
- Benítez, Z. Raúl, Sociedad y Política en Oaxaca: 1980, 15 estudios de casos. Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca. México. 1980.
- Bradomín, J.M., Oaxaca en la tradición, Oaxaca, Oax; 1991.
- Branden, Nathaniel, Los Seis Pilares de la Autoestima, PAIDÓS. México. 2004.
- \_\_\_\_\_: Cómo mejorar su autoestima, PAIDÓS, México.1996.
- Fromm, Erich, El arte de amar, PAIDÓS, México, 2004.
- Gay, José Antonio, Historia de Oaxaca, Editorial Porrúa. México, 1998. Página 7.
- Ruiz Ortiz, Ulises, Programa de Desarrollo Integral de la Sierra del Sur, de cara a la nación. Oaxaca. 14 de diciembre del 2004, páginas 2 y 3.
- Instituto Nacional para la Educación de Adultos, Nuestra Nación. Primaria para Adultos. Segunda Parte. Secretaría de Educación Pública. México. 1996. Página 98.
- Instituto Nacional de Estadísticas, Geografía e Informática (INEGI) Notas. Revista de información y análisis. Suplemento. México.2000.
- Maíz Lozano, Balbina y Guereca Lozano, Ana, Discapacidad y autoestima. Trillas. 2004.