

PROPÓSITO:

GUIA 3 SEGUNDO PERIODO

COMPRENDER LA IMPORTANCIA DEL MANEJO DE LAS EMOCIONES MEDIANTE LA PRACTICA DEL RESPETO

MOTIVACIÓN:



EXPLICACIÓN:

LA IMPORTANCIA DE LOS VALORES HUMANOS

¿Qué son los valores humanos? Podríamos definir los valores humanos como conjunto de virtudes de una persona en cuanto a su actuación, interacción y relación con su entorno. Es decir, se trata de los valores éticos, morales, políticos, económicos y sociales que posee una persona y que le dictan qué es lo correcto y qué no lo es.

Mahatma Gandhi dijo: “Mantén positivos tus valores porque tus valores se convierten en tu destino”. Y es que, efectivamente, si las personas cultivamos y educamos en valores tendremos un futuro más solidario, bondadoso, honesto, sensible, humilde y respetuoso. Para ello es importante conocer la lista de valores humanos que pueden hacer que ese destino del que hablaba Gandhi sea positivo para toda la humanidad. ¡Toma buena nota!

Valores humanos: lista con los 10 más importantes

Respeto

Cualquier valor podría encabezar esta lista, pero creemos que el respeto merece ocupar este puesto. Respetar a nuestra familia, a nuestros amigos y amigas, a quienes no conocemos, a culturas que nos parecen distintas, a quienes son diferentes... genera un ambiente de comunicación y de paz.

Empatía

Existe un principio en muchas culturas y religiones que dice: “Trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti”. Esta es la ejemplificación más clara de la empatía: la cualidad de ser capaz de ponernos en la piel de otro ser humano y comprender las razones de quienes nos rodean.

Responsabilidad

Puede parecer que la responsabilidad no es un valor demasiado importante. Si crees esto, realiza el siguiente ejercicio: imagina un mundo en el que nadie se hace responsable de sus actos ni de sus palabras. La responsabilidad está muy vinculada, como ves, al compromiso y a la honestidad.

Solidaridad

La solidaridad y la generosidad van de la mano. En realidad, no se entiende una sin la otra. Consiste en ser capaz de realizar esfuerzos de manera altruista para ayudar a quienes más lo necesitan, luchando por la dignidad de todas las personas.

Voluntad

Últimamente parece que la voluntad es un valor ausente, sobre todo en las instituciones. Se usa mucho el término “voluntad política”, principalmente cuando gobiernos de todo el mundo ponen excusas ante asuntos tan graves como la muerte de cientos de personas en el mar o el éxodo de miles de familias huyendo de una realidad violenta. Querer es poder, y con unas prioridades claras cambiar las cosas es posible.

Nueva llamada a la acción**Honestidad**

La honestidad es una cualidad que implica sinceridad. Encontrar un futuro con personas honestas garantiza verdad, respeto, franqueza y libertad.

Compasión

Muy relacionada con la empatía, la compasión permite que un ser humano sea capaz de sentir el sufrimiento de la otra persona y tomar las acciones necesarias para ayudar.

Amor

Cuando hablamos de amor no nos referimos solo al amor de pareja. Actuar con amor ante cualquier circunstancia, con cualquier persona o con lo que nos rodea significa actuar de manera bondadosa. ¿Imaginas un mundo en el que todos y todas nos moviéramos solo por y con amor?

Perdón

Aprender a perdonar es una de las cosas más complicadas que existen. Muchas sociedades están basadas en sistemas que tienen la venganza como telón de fondo y sus gobiernos la usan a discreción sin tener en cuenta las terribles consecuencias de una sociedad sin perdón.

Gratitud

Por último, pero no por ello menos importante, encontramos el último valor humano de nuestra lista: la gratitud. La base de la amistad, del amor, de la familia... es la gratitud. Y es que ser capaz de dar las gracias por lo que otros hacen por ti es beneficioso para ti y para quien te ha echado una mano.

En este artículo sobre los 10 valores humanos más importantes (desde nuestro punto de vista) hemos analizado el respeto, la empatía, la responsabilidad, la solidaridad, la voluntad, la honestidad, la compasión, el amor, el perdón y la gratitud.

Pero existen muchos más, como la tolerancia, la humildad, la sensibilidad... ¿Nos cuentas qué otros valores humanos crees que son imprescindibles para un mejor futuro de la humanidad?

¡Entre todos y todas, amplíemos la lista y pongamos en práctica los valores humanos en nuestra vida cotidiana!

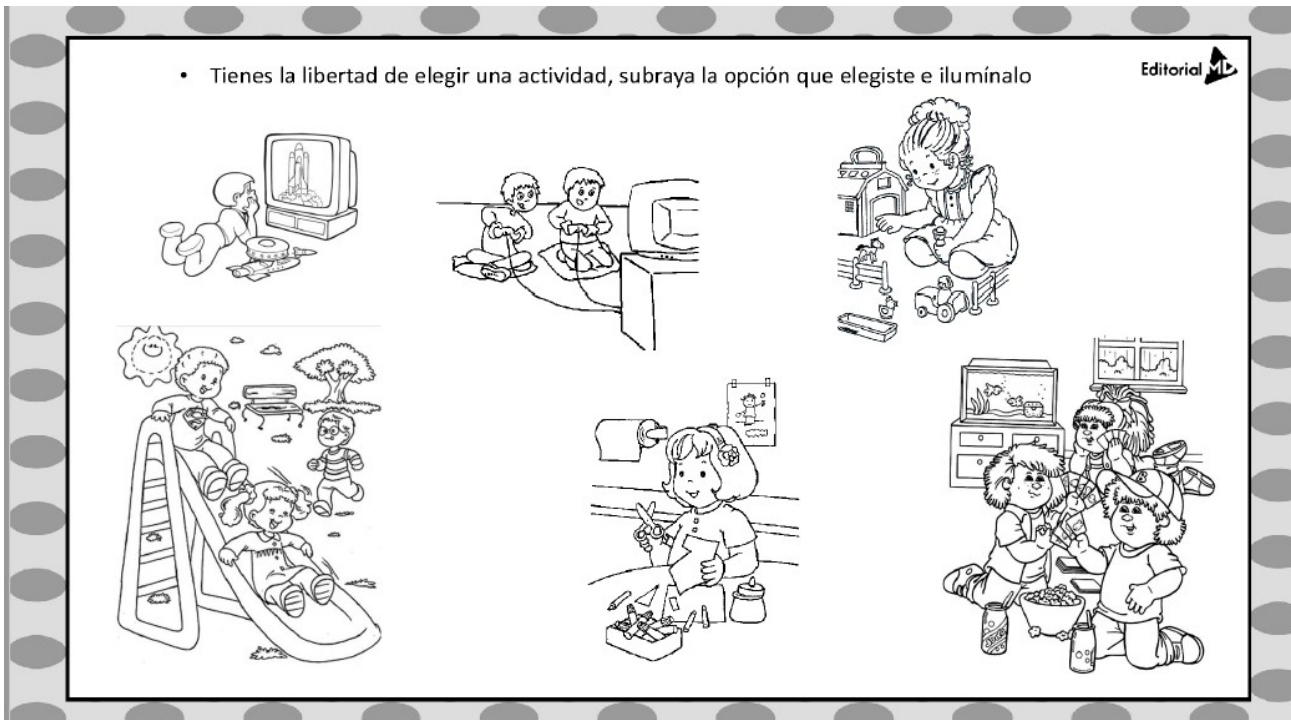
EJERCICIOS:**ACTIVIDAD 1 ELABORE LA SIGUIENTE TABLA EN SU CUADERNO DE VALORES Y RESUELVE**

CADA CUADRO DECUARDO A SUS EMOCIONES QUE TE DAN FRENTE DIVERSAS SITUACIONES

LA CASA DE LAS EMOCIONES

	MIEDO	ALEGRÍA	ENFADO	SORPRESA	AMOR	ASCO	TRISTEZA
Es una emoción positiva o negativa							
Qué pienso cuando me siento así							
¿Cómo me siento con esta emoción							
Qué hago cuando me siento así							
En que parte de la casa puedo situar esta emoción							
De qué cosas, muebles, adornos se acompaña							

ACTIVIDAD 2 COLOREA LOS DIBUJOS QUE SE PRESENTAN EN LA SIGUIENTE IMAGEN Y EXPLICA BREVEMENTE LOS VALORES QUE SE OBSERVAN EN CADA UNA



ACTIVIDAD 3 DESARROLLA LA LECTURA SOBRE LA CONFERENCIA DE LOS PÁJAROS SOBRE L RESPECTO Y RESPONDE EN TU CUADERNO DE VALORES LAS PREGUNTAS QUE SE PLANTEAN AL FINAL DEL TEXTO.





Respeto

El respeto por nosotros mismos guía nuestra moral, el respeto a los otros, nuestras costumbres.
Laurence Sterne

La conferencia de los pájaros

Miles de años atrás la hermosa isla de Sri Lanka estaba por completo deshabitada y cientos de animales vivían libres y contentos. A algunos pájaros les encantaba estar en la costa que da al Golfo de Bengala para disfrutar la brisa fresca y admirar las puestas de sol.

En una ocasión, una pareja de gaviotines que pronto tendrían polluelos estaban pensando dónde poner sus huevos.

—No quiero ponerlos cerca de la orilla, porque las olas del mar pueden venir y llevárselos —explicó la mamá.

—Tal vez sea mejor ponerlos cerca de una laguna o un estanque.

—No pienses eso. Nuestros ancestros siempre los pusieron aquí. Si el mar viene y se los lleva le daré una lección —afirmó el papá.

Mamá puso los huevos en la orilla y momentos después los dos pajaritos se fueron volando en busca de comida.

Cuando regresaron se dieron cuenta de que las olas estaban muy crecidas. Buscaron sus huevos y notaron que el mar se los había llevado. Ambos rompieron en llanto. Pasado un rato, él dijo:

—Ya no llores. Sé muy bien lo que vamos a hacer. El mar se arrepentirá de su mala acción.

Al día siguiente convocó a una conferencia de todos los pájaros de por allí y les explicó lo ocurrido.

—Piensen que lo que me pasó a mí también les puede ocurrir a ustedes. Tenemos que hacer algo —los urgió.

En conjunto decidieron llamar al águila real, la más importante de todas las aves para pedir su consejo.

Ésta se disgustó mucho al escuchar lo acontecido.

—Aunque yo pongo mis huevos en las alturas, comprendo la preocupación de ustedes y les propongo hacer algo. Llamaré a todas las águilas para que bebamos el agua del mar hasta dejarlo seco y darle así su merecido —explicó y se alejó para ponerse en acción.

Oculto en un acantilado se hallaba Visnú, un viejo sabio, conocido por su equidad, que tenía poder sobre el agua y los animales. Escuchó con preocupación lo que éstos habían decidido.

Así que salió de su escondite y aguardó a que volvieran las águilas. Ver volar la enorme bandada era un espectáculo excepcional.

—Un momento —les dijo— piensen bien lo que van a hacer. Comprendo que están tristes y enojados con el mar, pero si secan sus aguas acabarán con todos sus habitantes que nada malo han hecho. También impedirán que nazcan cientos de pececillos que están por hacerlo y tienen tanto derecho a vivir como ustedes. En pocas palabras: para cobrarse una injusticia ustedes piensan cometer otra.

Todos los pájaros, chicos y grandes, comprendieron la verdad que había en esas palabras:

—¿Entonces qué nos propones? —preguntaron.

—Les propongo hablar con el mar para que nunca más se lleve sus huevos.

Así lo hizo. Le explicó el riesgo que corrían él y sus criaturas si seguía tomando lo que no era suyo.

Arrepentido de su acción, el mar devolvió a la playa todos los huevos que se había llevado.

Reunidos sobre la arena brillaban como piezas de marfil. Unas semanas después los polluelos ya habían roto su cascarrón y tomaban las primeras lecciones de vuelo.

Dicen que desde entonces, las olas de Sri Lanka son cuidadosas y cortas. Jamás arrastran consigo los huevos que se ocultan en la arena.

Adaptación de una leyenda del Panchatantra

Reflexiona

¿Por qué querían las gaviotas y el águila real darle una lección al mar?

¿Crees que la decisión que tomaron los pájaros en su conjunto para vengarse del mar, antes de que apareciera Visnú para aconsejarlos, era la adecuada? ¿Por qué piensas esto?

Las dificultades en ocasiones hacen a las personas actuar pasando por encima de las reglas, y hasta de las demás personas para conseguir sus fines a costa de lo que sea. ¿Por qué crees que sea correcto/incorrecto actuar así?

Menciona cinco ejemplos de cómo puedes ejercer el valor del respeto en tu vida diaria.

Aplicalo en...

TU PERSONA: ¿Crees que es importante respetarte a ti mismo? ¿Cómo puedes hacerlo?

LA FAMILIA: ¿Cómo manifestamos nuestro respeto a los miembros de nuestra familia?

LA ESCUELA: ¿Qué acciones dan cuenta de un trato respetuoso entre compañeros?

LA COMUNIDAD: ¿Cómo podemos promover un trato digno y respetuoso a las diferentes personas con las que convivimos?

Actividades en la Guía de apoyo para docentes y en www.valores.com.mx

EVALUACIÓN:

ESTIMADOS ESTUDIANTE, LAS ACTIVIDADES CORRESPONDIENTES A LA SIGUIENTE GUÍA QUE VAN A REALIZAR EN LAS FECHAS DE ABRIL-JUNIO DEL 2021 EN EL HORARIO DE CLASE QUE CORRESPONDA A SU GRUPO.

LAS EVIDENCIAS DEL PRESENTE TRABAJO SE DEBERÁN ENVIAR AL GRUPO DE APOYO DE

WHATSAPP 3176926293 DE LA DOCENTE MARIA DEL PILAR VARON. ÚNICAMENTE EN LAS FECHAS Y HORARIOS ESTABLECIDOS POR LA INSTITUCIÓN DE LUNES A VIERNES DE 7AM A 2 PM

BIBLIOGRAFÍA:

EDICIONES PAULINAS AÑO 2007