

Date Printed: 04/21/2009

JTS Box Number: IFES_66
Tab Number: 79
Document Title: Formacion Civica y Etica
Document Date: 1999
Document Country: Mexico
Document Language: Spanish
IFES ID: CE01076



* 0 5 D 2 A 5 4 A - 9 4 F 0 - 4 5 C D - B 5 3 5 - 8 9 C C 2 7 5 8 0 5 2 D *

Formación Cívica y Ética

PRIMER GRADO

Yo quiero, Yo puedo

Susan Pick
Martha Givaudan
Alfredo Troncoso
Antonio Tenorio



UTEHA

LIMUSA



NORIEGA
EDITORES

Formación

cívica y ética

PRIMER GRADO

Yo quiero, Yo puedo



Formación

cívica y ética

PRIMER GRADO

Yo quiero, Yo puedo



SUSAN PICK
MARTHA GIVAUDAN
ALFREDO TRONCOSO
ANTONIO TENORIO



UTEHA

NORIEGA EDITORES

MÉXICO • España • Venezuela • Colombia



LIMUSA

NORIEGA EDITORES

ILUSTRACIÓN DE LA PORTADA:
JAIME GODED, SIN TÍTULO
TINTA SOBRE MADERA
ARCHIVO DE LOURDES ALMEIDA

LA PRESENTACIÓN Y DISPOSICIÓN EN CONJUNTO DE
FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA 1

SON PROPIEDAD DEL EDITOR. NINGUNA PARTE DE ESTA OBRA PUEDE SER REPRODUCIDA O TRANSMITIDA, MEDIANTE NINGÚN SISTEMA O MÉTODO, ELECTRÓNICO O MECÁNICO (INCLUYENDO EL FOTOCOPIADO, LA GRABACIÓN O CUALQUIER SISTEMA DE RECUPERACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE INFORMACIÓN), SIN CONSENTIMIENTO POR ESCRITO DEL EDITOR.

DERECHOS RESERVADOS:

© 1999, EDITORIAL LIMUSA, S.A. DE C.V.
GRUPO NORIEGA EDITORES
BALDERAS 95, MÉXICO, D.F.
C.P. 06040
 (5)521-21-05
01(800) 7-06-91-00
 (5)512-29-03
 limusa@noriega.com.mx
 www.noriega.com.mx.

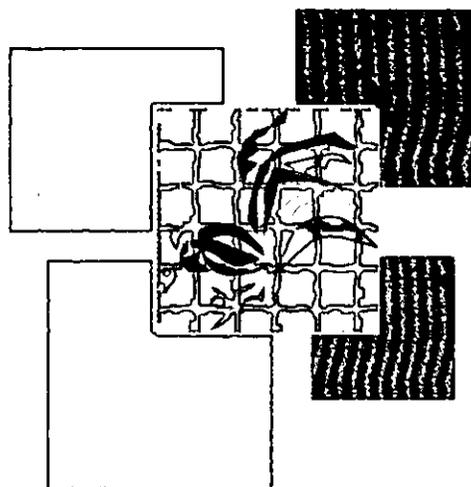
CANIEM Núm. 121

PRIMERA REIMPRESIÓN

HECHO EN MÉXICO
ISBN 968-18-5851-4



A todas las personas que enseñan
cómo pensar y no qué pensar.



Para el maestro

Y LA MAESTRA

Hola maestro, hola maestra:

Qué bueno que juntos vamos a recorrer el camino de esta nueva materia **Formación Cívica y Ética**. Este es un curso que sustituye al que conocíamos como Civismo y es diferente en muchos aspectos.

En este nuevo reto vamos a divertirnos juntos, al mismo tiempo que vamos a aprender. Juntos buscaremos la respuesta a situaciones y problemas, aunque no siempre las vayamos a encontrar rápida, ni completamente. De hecho, eso es parte de lo interesante de esta materia, cada uno de nosotros reflexionará y aprenderá a tomar decisiones de manera personal y colectiva.

La mayoría de las reflexiones las resolveremos mientras estemos en la escuela, pero algunas quedarán abiertas y las iremos analizando y aplicando en otros momentos de nuestra vida.

Lo que hace diferente esta materia es que vamos a educar **en** libertad y hablaremos mucho sobre ella. Vamos a poder cuestionarnos y dar nuestra opinión ante los distintos temas que cubre la materia. Lo importante ahora, no es aprenderse los contenidos de memoria, sino reflexionar sobre ellos y aplicarlos a nuestra vida. Vamos a conocernos mejor, a comunicarnos de forma más clara y directa, practicaremos la tolerancia y el respeto, de manera que aprenderemos a ponernos en el lugar de otras personas reconociendo nuestras diferencias y aceptándolas.

El trabajo en el salón de clases será a base de ejercicios. Este texto de **Formación Cívica y Ética, Yo quiero, yo puedo**, propone una serie de ejercicios para cada lección. Juntos seleccionaremos los más pertinentes, de acuerdo con nuestros intereses y con los problemas más frecuentes de nuestro entorno.

La evaluación también será distinta, lo que contará será el poner en práctica lo aprendido y reflexionar y repasar como parte de una autoevaluación, la cual nos permitirá saber a cada uno de nosotros, en qué hemos mejorado y qué es lo que nos falta por explorar.

Al final del curso habremos aprendido a conocernos mejor y estaremos en el camino de ser mejores como personas. Esto contribuirá a que tomemos decisiones y propongamos acciones que beneficien a nuestra sociedad.

Gracias por tomar este reto con nosotros.

Tus alumnos y alumnas.

I INTRODUCCIÓN

Tema I

¿POR QUÉ UNA FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA?

- ◆ ¿Qué es la formación cívica y ética? 10
- ◆ ¿Para qué nos sirve una formación cívica y ética? 13

Tema II

PANORAMA DE LOS TEMAS DE LA ASIGNATURA EN LOS TRES GRADOS

- ◆ Naturaleza humana y valores 16
 - Aprender que somos libres: mis valores 16
 - Aprender que somos libres: el diálogo 19
- ◆ Condiciones y posibilidades de los jóvenes 21
 - Aprendiendo a conocernos: ¿qué quiero y qué puedo? 21
 - Aprender a conocernos: cómo lograr lo que queremos 24
- ◆ Organización social, democracia, participación ciudadana y forma de gobierno en México 26
 - Aprendiendo a comprender la sociedad 26
 - Aprendiendo a mejorar nuestra sociedad 29
 - Comprendiendo los valores patrios 31

Tema III

MANERA DE ABORDAR LA MATERIA

- ¿Cómo se aprende la ética? 33

II NATURALEZA HUMANA

Tema I

UN SER LIBRE CAPAZ DE DECIDIR

- Decidir es actuar 40
- Decidir y conocer 45
- Una libertad siempre a prueba 48

Tema II

UN SER SOCIAL

- No estamos solos 51
- Vivir es estar en sociedad 54
- Ser parte de una gran tarea 56

Tema III

UN SER HISTÓRICO

- Todas las personas formamos parte de la historia 59
- El presente de tu futuro... 62
- Tú eres historia 64

Tema IV

UN SER CON POTENCIAL CREATIVO

- Especial por lo que eres 67
- Crear es vivir... 70
- Emprendiendo el verdadero viaje 71

Tema V

UN SER POLÍTICO

- Una vida sin restricciones 74

9

-Aplicando la política 76

-Qué es gobernar 79

Tema VI

UN SER QUE SE COMUNICA

- La necesidad de comunicación 83
- La clave está en la claridad 86
- ¿Qué hay detrás? 89

Tema VII

UN SER VIVO EN UN SISTEMA ECOLÓGICO

- Vivos, en un planeta vivo 92
- El valor de la tierra 97
- El futuro está cerca 100

Tema VIII

UN SER SEXUADO

- El ser sexuado desde la historia 103
- Un ser sexuado en el contexto social y cultural 106
- Factores intrínsecos y extrínsecos 108

Tema IX

UN SER INDIVIDUAL EN UNA COMUNIDAD

- Ni todos iguales, ni todos distintos 111
- Volteemos a nuestro alrededor 114
- Pertener y participar en comunidad 117

Tema X

UN CIUDADANO EN UN PAÍS

- Cómo surge la ciudadanía 120
- La ciudadanía, derechos y obligaciones 122
- Un país diverso y pluricultural 124

III ADOLESCENCIA Y JUVENTUD 129

Tema I

SER ESTUDIANTE

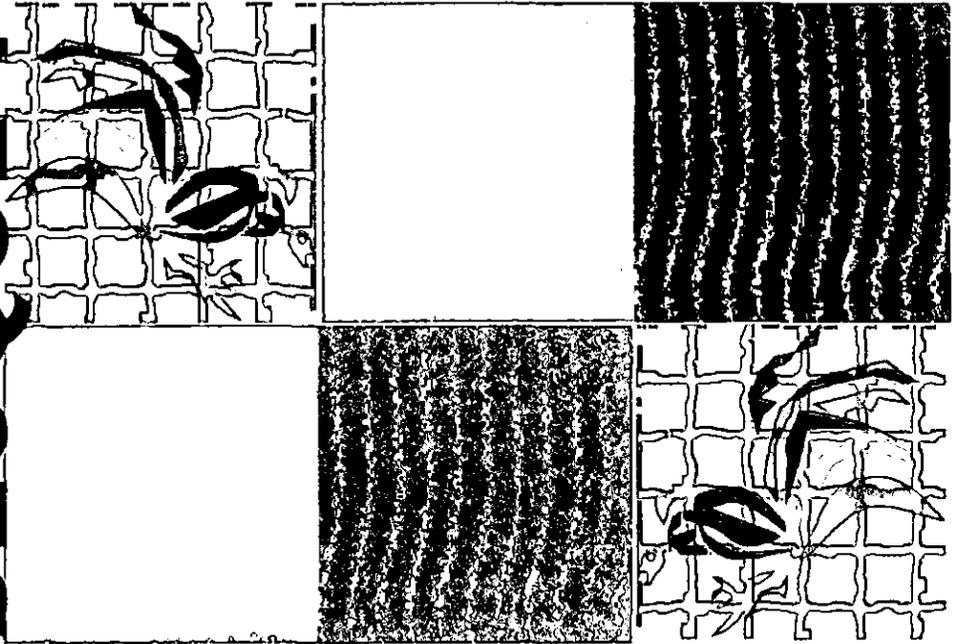
- ◆ Derecho a la educación y responsabilidad social 130
 - La educación es un derecho, no una obligación 130
 - Conozcamos los derechos 132
- ◆ La educación como medio para adquirir conocimientos y experiencias que permiten comprender diversos aspectos de la civilización 136
 - La educación y la cultura 136
 - La educación escolar y la cultura 138
- ◆ Despertar y desarrollar capacidades 141
 - La capacidad de pensamiento 141
 - La posibilidad de tomar conciencia 144
 - Tomo decisiones y el control de mi vida con responsabilidad 147
 - Tomo conciencia de la presión social 149
 - Expreso lo que pienso y lo que siento 152

Tema II	
SEXUALIDAD	155
◆ Ser mujer y ser hombre	155
-El papel de la mujer y del hombre	155
-De dónde vienen las diferencias	159
-Un caso actual, pero antiguo	162
◆ Cambios físicos, fisiológicos y emocionales en la adolescencia	166
-¿Cómo soy en secundaria?	166
-Cambios emocionales en la adolescencia	169
◆ Problemas personales y sociales de los jóvenes con relación a la sexualidad	174
-Voy reconociendo problemas que puedo tener respecto a mi sexualidad	174
Tema III	
SALUD Y ENFERMEDADES	178
◆ ¿Qué es la salud integral en la adolescencia?	178
-Un compromiso con mi salud	181
-Puedo ser una persona saludable	184
◆ Principales problemas de nutrición en los adolescentes	187
-¿En qué consisten los problemas de nutrición?	187
-Psicoinmunidad... la actitud puede hacer la diferencia	191
◆ Actividades recreativas, físicas y deportivas para un desarrollo sano en la adolescencia	194
-Hacemos ejercicio y nos divertimos	194
Tema IV	
ADICCIONES	198
◆ Definición, tipos y causas de las adicciones	198
-¿Qué es una adicción?	198
-¿Qué son las drogas?	201
-La adolescencia y el tabaco	204
-El alcohol	207
-Haciendo conciencia para fijar límites personales	211
Tema V	
JUVENTUD Y PROYECTOS	215
◆ Desarrollo de perspectivas individuales y realización personal	215
-Ciclo de vida y proyecto de vida	215
◆ Potencial humano y diferentes campos de desarrollo	217
-Podemos aprender	217
◆ Identificación de gustos, aspiraciones y proyectos en la etapa de la adolescencia	221
-¿Qué es un proyecto de vida?	221
-Criterios para la evaluación de nuestros proyectos	223
-¿Qué necesito hacer para lograr mis propósitos?	227
-¿Qué quiero yo?, ¿Qué espera de mí la sociedad?	229

IV VIVIR EN SOCIEDAD 233

Tema I	
SENTIDO Y CONDICIONES DE LAS RELACIONES SOCIALES	234
◆ Interdependencia	234
-Nos necesitamos	234
◆ Comunicación, afectividad, gozo y solidaridad	237
-Practicando la comunicación	237
-Demostramos cariño	240
◆ Espíritu de servicio, creatividad y trabajo	243
-Espíritu de servicio	243
-El sentido del humor, imaginación y gozo	245
-Somos personas solidarias	248
-Fortaleciendo la creatividad	250
-Me gusta trabajar	253
◆ Preservación de la cultura	256
-Me enorgullezco de mi cultura	256
Tema II	
VALORES, FORMAS, REGLAS Y POSIBILIDADES PARA LA VIDA EN SOCIEDAD	260
◆ Formas en las que se organiza la sociedad	260
-Dependemos de la sociedad	260
-Diferentes tipos de sociedad	262
◆ Valores, posibilidades, normas y límites	264
-¿Cuáles son mis normas y valores?	264
Tema III	
LA SOCIEDAD COMO PROCESO HISTÓRICO Y CULTURAL	268
◆ Valores a lo largo de la historia y la cultura	268
-La moral antes y después de la historia	268
-El despertar ético del siglo V a.C.	271
-¿Qué valoraban los antiguos egipcios?	273
-¿Qué valoraban los griegos?	275
-La muerte de Sócrates	278
-Valores en la Roma del siglo I: romanos y cristianos	281
-Valores en la Edad Media	283
-Los valores durante el Renacimiento	285
-Fuerza y persuasión en la conquista	287
-La Ilustración, el liberalismo y la razón	291
-Valores en la historia: el siglo XIX	293
◆ Permanencia y cambio en la sociedad, sus valores y sus culturas	295
¿En qué cree un mundo globalizado?	295
-¿Son históricos todos los valores?	298
◆ Lecturas recomendadas para alumnos y alumnas	301
◆ Lecturas recomendadas para maestras y maestros	302

BLOQUE I



intro ducción

- **¿POR QUÉ UNA FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA?**
- **PANORAMA DE LOS TEMAS DE LA ASIGNATURA EN LOS TRES GRADOS**
- **MANERA DE ABORDAR LA MATERIA**



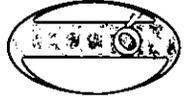
¿Por qué una formación cívica y ética? **TEMA 1**

1

¿POR QUÉ UNA FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA?

◦ ¿POR QUÉ UNA FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA

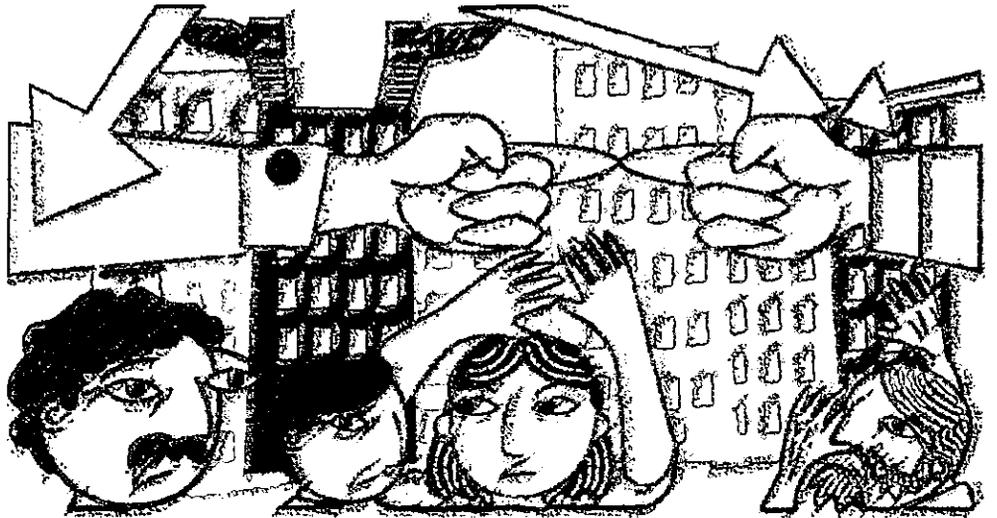
¿Qué es la formación cívica y ética?



Si podemos distinguir entre lo que nos parece bien y lo que nos parece mal, se debe a que hemos recibido una cierta formación ética o moral. El hecho de crecer en sociedad nos educa y nos enseña lo que podemos esperar de ella y lo que ella espera de nosotros; así adquirimos una formación cívica.

Nuestros padres, parientes, amigos y toda la sociedad en su conjunto se han encargado de darnos una formación cívica y ética. ¿Por qué entonces la escuela también quiere participar en esa formación? ¿Acaso además de enseñarnos geografía, matemáticas, biología y tantas otras materias, también aprenderemos cómo vivir?

Tal vez pensemos que a cada persona le corresponde contestar individualmente la pregunta sobre cómo hemos de vivir. En efecto, de lo que se trata en esta materia no es de dar una respuesta a la pregunta que cada persona debe hacerse por sí sola, sino de proporcionar un espacio para profundizar en dicha pregunta y sus posibles



Necesitamos una formación cívica y ética.

respuestas. Decimos "posibles respuestas" porque, como veremos a lo largo del curso, **no hay una sola respuesta para todas las personas.**

Al entrar a la secundaria dejamos la niñez y estamos un poco cansados de que nos digan qué hacer, que nos indiquen la necesidad de seguir una serie de prescripciones éticas y cívicas. Por eso, durante los tres años siguientes, **la función de esta materia será la de ayudar a reflexionar y comprender los cambios que tenemos en esta etapa, así como aprender algo fundamental para nuestra vida: el uso de nuestra libertad dentro de un marco de responsabilidad.**

La materia arranca del supuesto de que los estudiantes de secundaria podemos ir desarrollando nuestra propia autonomía ética, es decir, ir decidiendo por nosotros mismos lo que consideramos que está bien y que no está bien. Suponemos que ya hemos comenzado a superar la etapa en que las cosas se hacen porque "así me ordenaron",

“me dijeron que lo hiciera”, “es bueno obedecer”. Impacienta oír a tanta gente diciéndonos lo que es bueno porque ya hemos empezado a preguntarnos: “¿Qué es lo que está bien para mí?”.

¿Por qué si se trata de desarrollar un sentido ético y cívico autónomo, hemos de hacerlo también en la escuela?: ¿por qué no dejar que cada uno lo resuelva a su manera? Existen dos buenas razones para intentarlo:

- **En primer lugar**, es en casa donde aprendimos nuestras primeras nociones éticas, pero lo hicimos cuando todavía nos decían “eso sí”, “eso no”. Probablemente las aprendimos en el amor, la admiración, la imitación y la obediencia. En cambio, en la escuela hemos aprendido a razonar y hemos dado los primeros pasos hacia la autonomía al dejar el hogar e integrarnos en un grupo social.

- **En segundo lugar**, es cierto que el reciente descubrimiento de nuestra posible libertad es algo que le sucede de manera diferente a cada quien; y es igualmente cierto que tenemos que aprender a reconocer que las otras personas también tienen derecho de ejercer su libertad. De no hacerlo, nuestros primeros pasos en la autonomía chocarán con los de la demás gente de este planeta.

¿Qué mejor lugar para reconocer no sólo mi libertad, sino la de los demás, que la escuela: ese sitio lleno de personas de nuestra edad haciendo sus primeros experimentos desde la libertad recién descubierta?

Pero no hemos precisado aún qué entendemos por lo “ético” y lo “cívico”. Iniciemos explorando lo que pensamos al respecto.



En la escuela hemos dado los primeros pasos hacia la autonomía.

REFLEXIONO



Sobre la ética y el civismo

Reúnete con un compañero o compañera y lean cuidadosamente las siguientes preguntas antes de contestarlas por escrito en su cuaderno.

- ◆ ¿Qué entienden por ética?
- ◆ ¿Qué entienden por civismo?
- ◆ ¿Qué sentido tienen estos términos en las siguientes frases?
 - No sería **ético** mentir acerca de ese problema.
 - El **civismo** es garantía de convivencia ordenada.
 - Ximena es muy **cívica**, siempre hace algo por la comunidad.
 - No era posible ponerse de acuerdo, había muchas opiniones **éticas** al respecto.
 - Su acción fue una verdadera lección de **civismo**.
- ◆ De las siguientes afirmaciones, ¿con cuáles están de acuerdo y por qué?
 - La **ética** se aprende exclusivamente en casa.
 - El **civismo** se aprende memorizando las leyes.
 - Ser **ético** significa distinguir “entre bueno y malo”, actuando en consecuencia.
 - Una persona **ética** hace siempre lo que los otros esperan de ella.
 - Sin libertad la **ética** no es posible.
 - Una persona **cívica** sabe dialogar cuando tiene problemas de convivencia.
 - La preocupación central de la persona **cívica** es la justicia.
 - La **ética** es una cuestión individual, se aprende sin los demás.
 - Si una persona es **ética**, también es **cívica**.
 - La gente **ética** tiene éxito.
- ◆ ¿En qué situaciones que han vivido ha sido importante la ética?
- ◆ ¿En qué situaciones que han vivido ha sido importante el civismo?
- ◆ ¿Conoces a alguien que sea un buen ejemplo de civismo y ética?
- ◆ ¿En qué se beneficia la sociedad si hay más gente ética?

Traten de ponerse de acuerdo y den una respuesta por pareja para cada pregunta.

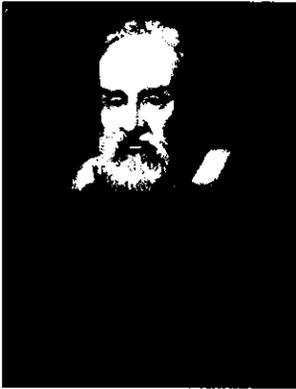
Glosario

Prescripciones:

Mandatos u órdenes; indicaciones.

Autonomía:

Condición de la persona que no depende de otra.



Galileo Galilei es un ejemplo de una persona ética ya que ejerció la libertad para pensar y estuvo comprometido con sus ideas.

¿SABÍAS que...?

Ha existido una gran cantidad de hombres y mujeres que han tenido el valor de hacer reconocer su autonomía y, por lo tanto, la de los demás.

Estas innumerables personas han tenido su recompensa en saberse los constructores de sus propias vidas; pero además, algunos se han convertido en ejemplos para la humanidad.

Algunos casos en diferentes ámbitos de la actividad humana son: Sócrates, Galileo Galilei, Frida Kahlo, Buda, Madame Curie, Tomás Moro, Virginia Wolf, Ghandi...

Procurando un acuerdo sobre la ética

Reúnanse en equipos no mayores de seis y comenten sus respuestas a las preguntas anteriores. ¿Qué preguntas ocasionan mayor controversia?

Finalmente procuren llegar a un acuerdo grupal. ¿Qué entiende el grupo por una persona ética y cívica?

INVESTIGO



Sobre algunas personas excepcionales

- ◊ ¿Qué distingue a cada una de las personas mencionadas en la sección ¿Sabías que..?
- ◊ ¿Cuáles son las conductas cívicas y éticas que las han convertido en ejemplos para la humanidad?

PARA LA CASA

Diferentes formas de entender lo que es ética y civismo

Como hemos visto, la ética y el civismo son difíciles de definir. Muchos filósofos han discutido acerca de estos dos términos sin ponerse de acuerdo. Sin embargo, esto no ha impedido que muchas mujeres y hombres a lo largo de la historia se hayan convertido en ejemplos de ética y civismo. Con esto en mente, contesta las siguientes preguntas:

- ◊ ¿Qué es la ética y el civismo según el diccionario?
- ◊ Pregúntale a dos adultos y a dos amigos o amigas qué entienden por ética y civismo.
- ◊ Investiga sobre algún personaje histórico, hombre o mujer, que se haya distinguido por su conducta ética y cívica.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La escuela tiene un papel central en la enseñanza de lo que es el sentido ético y el cívico.
- No es fácil llegar a un acuerdo sobre lo que es ética y lo que es civismo.
- Cada persona dará sus propias respuestas sobre lo que es civismo y ética.

Conceptos:

- Autonomía ética
- Ética
- Civismo



¿Para qué nos sirve una formación cívica y ética?

Para definir lo que entendemos por ética y civismo, podemos partir de dos **suposiciones**:

1- Todo ser humano, por el solo hecho de serlo, tiene una idea de lo que le parece bien y lo que le parece mal y ha recibido mensajes sobre lo que la sociedad espera de las personas y lo que las personas pueden aportar a su sociedad.

2- Como estudiantes de secundaria estamos en una edad particularmente adecuada para preocuparnos de estos aspectos.

Eso ya lo veíamos en la lección anterior, en la que tratábamos de dar con el porqué y el qué de la educación cívica y ética. En esta lección procuraremos aclarar esas preguntas antes de agregar otra que apenas hemos tocado: ¿para qué?, ¿qué es lo que buscamos al reflexionar sobre estos asuntos?

En cuanto al porqué, a estas alturas resulta claro que, si nos consideramos libres, las **normas** y las leyes dictadas desde fuera de nosotros mismos, aunque provengan de la gente que queremos, no serán suficientes para convencernos de que actuamos "bien". ¿Por qué ocuparnos de estas cosas? Porque **llega un momento en que todos los seres humanos debemos hacernos cargo de nuestra libertad** y preguntarnos por lo que está "bien" para cada uno de nosotros.

En cuanto al ¿para qué?, las cosas son más complejas, pues como hemos visto, ni siquiera los grandes filósofos se han puesto de acuerdo respecto al contenido de la ética y el civismo. ¡Bien por ellos!, porque si ya se hubieran puesto de acuerdo y nos pudieran decir de una vez por todas y con lujo de detalle, "la ética es esto, eso y aquello", entonces podríamos **prescindir** de estas reflexiones y habríamos roto, desde antes de empezar, con nuestra promesa de dejar a cada quien buscar su "bien". Sin embargo, tenemos que estar prevenidos contra una posible interpretación de parte de aquellos que piensan que las cosas son demasiado fáciles, y aclarar:

Que cada quien deba buscar su propio "bien" no significa que cualquier bien da lo mismo y que, entonces, podamos prescindir de toda reflexión ética.

Hay dos formas de **no pensar** sobre la ética:

La **primera** consiste en afirmar que **para ser ético basta con no romper ciertas reglas** puestas por alguien que suponemos que es más sabio (o más fuerte) que nosotros.

La **segunda**, más común en nuestros tiempos, consiste en afirmar que, **como cada quien es libre, todo da igual**; es "bueno" lo primero que se nos ocurra.

Sea como fuere, en ambos casos el **precio de no pensar** es el mismo: **dejamos de ser libres. En el primer caso porque renunciamos a nuestra libertad; en el segundo, porque la desperdiciamos.**

Podemos entonces, sin definir qué es el "bien", dar una definición de ética que a la vez nos diga para qué nos hemos de ocupar de ella: **la ética es la capacidad para distinguir libremente lo que está bien de lo que está mal**. A estas alturas, tal vez estemos un poco confundidos, pero quizá también nos habremos dado cuenta de que el **meollo** de todo este asunto es la libertad.

A partir de aquí resultará fácil entender qué pretendemos uniendo la formación cívica con la formación ética. La razón es que si una persona cívica es aquella que sabe estar a la altura de los derechos y responsabilidades de la sociedad a la que pertenece, sólo a partir de la libre aceptación de esos derechos y responsabilidades es como lo logrará.



En la secundaria empezamos a hacernos cargo de nuestra libertad.

Glosario

Suposiciones:

Dar por cierto algo y tomarlo como base para un argumento.

Normas:

Reglas generales sobre la forma de hacer algo u obrar.

Prescindir:

Omitir, pasar por alto.

Meollo:

La parte central o importante

Podemos dar la apariencia de ser cívicos sin ser éticos y actuar como **robots** cumpliendo con nuestras obligaciones y haciendo valer nuestros derechos. Pero, **sólo una persona ética podrá ser cívica en toda la extensión de la palabra**, porque cree libremente en los valores que están detrás de esos derechos y obligaciones.

Es importante volver a recordar que la idea central de toda la materia tiene que ver con dos aspectos muy importantes: **la libertad y la responsabilidad**. La ética es compleja, precisamente porque no hay banderitas verdes señalándonos lo que es bueno, deseable y correcto, ni banderitas rojas advirtiéndonos de lo malo, indeseable e incorrecto. Por el contrario, en los típicos problemas éticos, a veces, hasta con la mejor voluntad, es difícil decidir qué vía tomar. En cierta manera, en nuestros primeros años algunos adultos nos ponían esas banderitas. **Una vez que crecemos debemos decidir por**

nosotros mismos.

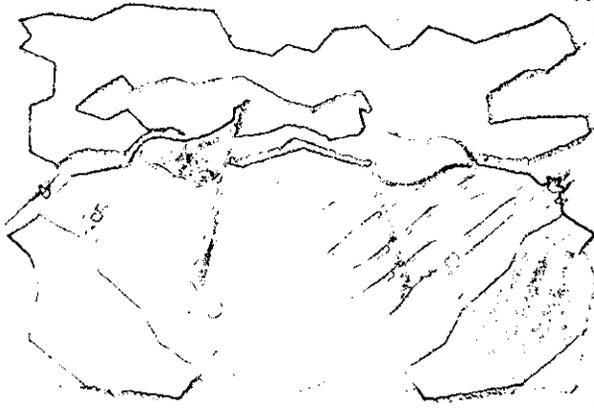
¿Y si no queremos? ¿Y si nos equivocamos? ¿Y si queremos seguir siendo niños y niñas? Afortunadamente todavía nos quedan unos años para decidirnos a decidir; todavía no tenemos todas las responsabilidades de los adultos y contamos con el tiempo para preparar nuestra vida como personas libres. Para eso es la materia que estamos iniciando.



Felipe es hábil inventando artefactos.

Lee con atención:

Felipe es muy hábil inventando todo tipo de artefactos mecánicos, abrelatas, licuadoras, **podadoras**, juguetes, etcétera. El problema es que sólo quiere hacer lo que le gusta y esto consiste en estar en un lugar de su casa inventando cosas, por lo tanto, no le interesa lo que pasa en el mundo, ni le interesa su situación económica, como tampoco le interesa tomar decisiones sobre su vida. Por eso, un amigo llamado Fernando le ayuda a registrar los inventos en la **oficina de patentes** de su localidad y a venderlos. Los amigos de Felipe dicen que Fernando se está aprovechando de él. Alegan que le da muy poco del dinero de las ventas y se queda con la mayor parte. Felipe no les presta atención y sigue con sus experimentos: está inventando un nuevo mecanismo para bicicletas que las hará mucho más eficientes. Finalmente, un día descubre una forma muy ingeniosa de transmitir la fuerza de los pedales a las ruedas. Para hacer el primer **prototipo** de la bicicleta tiene que invertir todos sus ahorros, pero ni así le alcanza. Es por eso que Fernando le presta una fuerte suma de dinero. Después de mucho trabajo, la bicicleta está terminada y es una verdadera maravilla. Felipe está seguro de que recuperará su dinero con **creces** y podrá pagarle la deuda a Fernando. Fernando se lleva el prototipo a la oficina de patentes, pero en lugar de registrarla a nombre de Felipe, lo hace a su nombre. En poco tiempo se vuelve millonario y no vuelve a ver a Felipe. No le molesta lo que ha hecho porque ninguna ley lo prohíbe.



No siempre resulta fácil decidir qué vía tomar.

Gosario

Robot:

Aparatos que se mueven mecánicamente, programados para actuar así.

Podadora:

Máquina para cortar césped o plantas.

Oficina de patentes:

Oficina donde se le da derecho a una persona para explotar un invento, de manera exclusiva.

Prototipo:

Primer ejemplar de un aparato que se usa de prueba.

Creces:

Aumento o crecimiento mayor al esperado.

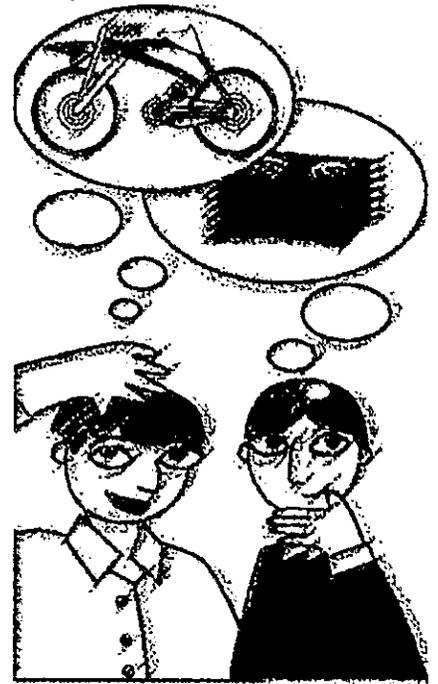
REFLEXIONO



Diagnóstico ético

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno.

- ◆ ¿Quién crees que actuó mejor, Fernando o Felipe?, ¿por qué?
- ◆ Ponte en el lugar de Felipe. ¿Por qué crees que actuó así?
- ◆ Ponte en el lugar de Fernando. ¿Por qué crees que actuó así?
- ◆ ¿Qué le hubieras dicho a Felipe antes y después de este hecho si hubiera sido tu amigo?
- ◆ ¿Qué le hubieras dicho a Fernando antes y después de este hecho si hubiera sido tu amigo?
- ◆ ¿A quién de los dos preferirías como amigo?
- ◆ ¿Conoces a alguna persona similar a Felipe?, ¿En qué se parecen?
- ◆ ¿Conoces a alguna persona similar a Fernando? ¿En qué se parecen?
- ◆ ¿Cómo tratarías de arreglar las cosas si fueras Felipe?
- ◆ ¿Cómo tratarías de arreglar las cosas si fueras Fernando?
- ◆ ¿Cuál es el "bien" para Felipe según este cuento?
- ◆ ¿Cuál es el "bien" para Fernando según este cuento?
- ◆ ¿Qué tiene que hacer una persona para que no le pase lo que a Felipe?
- ◆ ¿Quién es más ético, Felipe o Fernando?



¿Quién es más ético?

COMPARO



Acuerdo sobre lo ético

Ahora reúnanse en grupos de cinco personas y traten de llegar a un acuerdo respecto a las preguntas anteriores.

- ◆ ¿En qué preguntas pueden ponerse de acuerdo, y en cuáles no?

PARA LA CASA



Una historieta

Dibuja una historieta siguiendo este modelo.

Cuenta la historia de Fernando y Felipe como te hubiera gustado que ocurriera.



REPASO Y REFLEXIONO



- ¿Qué es un sentido ético y cívico autónomo?
- ¿De qué manera nos va a ayudar esta materia a lograrlo?
- ¿Qué relación hay entre la ética y el civismo?



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Todas las personas tenemos una idea de lo que está bien y mal y de lo que la sociedad espera de nosotros.
- La secundaria es una etapa adecuada para reflexionar sobre los aspectos éticos y cívicos.
- La materia de formación cívica y ética nos ayudará a ejercer nuestra libertad con responsabilidad.

Conceptos:

- Persona ética
- Persona cívica

Panorama de los temas de la asignatura en los tres grados TEMA II

1

NATURALEZA
HUMANA Y VALORES

2

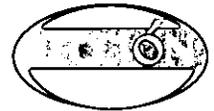
CONDICIONES Y
POSIBILIDADES DE
LOS JÓVENES

3

ORGANIZACIÓN
SOCIAL,
DEMOCRACIA,
PARTICIPACIÓN
CIUDADANA
Y FORMA DE
GOBIERNO EN
MÉXICO

○ NATURALEZA HUMANA Y VALORES

**Aprender que somos libres:
mis valores**



Podemos elegir el camino a seguir.

En esta sesión continuaremos abordando el tema de la libertad. Veremos que así como no es fácil definirla tampoco es fácil practicarla: hacerlo requiere de valentía para **descubrir en nosotros mismos la capacidad para analizar lo que consideramos bueno o malo, justo o injusto**. A esta capacidad se le llama “juicio ético”, que es la capacidad de los seres humanos para valorar, es decir, para ver que no todo da igual, que unas acciones son preferibles a otras.

Sin embargo, no todos los juicios son éticos. Por ejemplo: si preferimos un helado a un chocolate, al decir: “el helado es mejor (para mí) que el chocolate”, no estamos

haciendo un juicio ético. No necesitamos recurrir a ningún principio general de valoración, pues estaremos decidiendo a partir de nuestro gusto personal, no de nuestros valores. Si, por el contrario, **optamos** por el chocolate porque sabemos que otra persona quiere el helado, entonces estaremos eligiendo a partir de un valor. No se trata del juicio ético más heroico del mundo. No se requiere de una enorme valentía para ejercer nuestra libertad en ese caso, pero por el hecho de recurrir a un valor (la generosidad) que está por encima de lo meramente inmediato (mi gusto por los helados) este acto se califica como "ético". Ahora bien, si optamos por el chocolate, aunque nos produzca ronchas y dolor de estómago, porque estamos enamorados de esa otra persona, la cosa se pone interesante; el juicio estará inspirado en un valor superior, ni más ni menos que el amor. En otras palabras, **si no hay conflicto, no intervienen valores y si no intervienen mis valores, no hay juicio ético.**

Hemos enfatizado la palabra "mis" por una razón que ya hemos visto antes, pero que vale la pena recordar: **si los valores que nos conducen a preferir una acción en lugar de otra no son propios, entonces, por elevados que sean, el juicio no será ético.** No basta, para ser ético, con actuar bien según los demás. Debemos actuar bien libremente, es decir, según nuestros valores. Cuando decimos "mis valores" no queremos dar a entender que los inventamos. El que yo anteponga el amor a mi gusto por el helado, no quiere decir que inventé el amor, sino, que descubrí "mi amor".

Pasemos ahora a otro ejemplo sobre la capacidad de valorar desde uno mismo. Para desarrollar este ejemplo recurriremos, en esta lección, a un ejercicio que usaremos a menudo los próximos tres años: "dramatizar". La idea central de este tipo de ejercicios es que podamos ponernos en el lugar de otras personas en situaciones complejas y apreciar su capacidad (o incapacidad) ética.

Hay situaciones en que nuestro sentido personal de los valores entra en conflicto con las normas o incluso las leyes. Cuando esto sucede, se ve cuál es nuestra verdadera **estatura moral**. Hace casi 2,500 años, los griegos de la ciudad de Atenas vivían una situación parecida a la nuestra: su sociedad cambiaba tan rápido que las costumbres, las normas y las leyes no podían seguirle el paso a esos cambios. Era una época como la nuestra, de mucha confusión moral, de gente que trataba de **aferrarse rígidamente** a esquemas anteriores o de gente que, al ver decaer los valores tradicionales, decía que todo daba lo mismo. En épocas así, la gente de mayor valor echa mano de su autonomía ética para enfrentar la situación.

La circunstancia en cuestión es la siguiente: Creón, el rey de la antigua ciudad griega de Tebas, había ordenado que se enterraran los restos de uno de dos hermanos muertos en batalla. Creón decretó que como Etéocles había muerto defendiendo la ciudad, recibiría **funerales de Estado**. Puesto que Polinices murió luchando contra Tebas, se le consideraba traidor y no recibiría sepultura. Aquel que tratara de sepultarlo sería condenado a muerte. Creón no quería hacerle esto, pues ambos hermanos eran sus sobrinos, pero debía cumplir con su deber de rey. Antígona, la hermana de los muertos, y por tanto, la sobrina de Creón, se enfrentó al rey diciéndole que enterraría a su hermano. Aunque acababa de cumplir quince años, Antígona prefería cumplir con sus obligaciones de hermana, que con el Estado. Creón trató de convencerla diciéndole que no debería hacer excepciones al castigo **decretado**. Para complicar más las cosas, Hemón, hijo de Creón, estaba enamorado de Antígona y se puso de su lado.



Estatua de Sófocles.

Glosario

Juicio ético:

Valoración sobre lo que consideramos bueno o malo.

Optamos:

Seleccionamos, decidimos.

Estatura moral:

Actuar de acuerdo con lo que considero que está bien.

Aferrarse rígidamente:

No cambiar de opinión.

Funerales de Estado:

Dar sepultura haciendo honores a la persona que murió.

Decretado:

Decidido por el jefe de Estado



¿SABÍAS que...?

Antígona es la tercera obra de una trilogía trágica que escribió el dramaturgo griego Sófocles en el siglo V a.C. Puesto que se trata de una tragedia, el desenlace es terrible: Creón no cede y Antígona y Hemón mueren.

SE ME OCURRE...



La decisión de Antígona

Elijan cinco personas voluntarias para representar a los personajes (Etéocles, Polinices, Antígona, Creón y Hemon). Aunque sólo estas personas tomarán parte en la dramatización, es importante que todo el grupo participe de la siguiente manera: mientras los actores salen a preparar su actuación (deben recordar que un actor interpreta a su personaje de manera convinciente aunque no esté de acuerdo con su posición), el grupo se divide en tres equipos y cada uno elige un personaje vivo. Escriban una lista de argumentos posibles para defender la posición del personaje que les tocó.

•Mientras se lleva a cabo la dramatización, los integrantes de cada equipo toman nota de los argumentos propuestos por el personaje que han trabajado.

Una vez terminada la dramatización, el secretario de cada equipo pasará al pizarrón a escribir los argumentos que ha oído y los que había escrito de antemano.

•Ahora cada equipo tratará de defender la posición del personaje que le ha tocado. Deben recordar dos cosas para que el ejercicio funcione: 1.- No es necesario que compartan el punto de vista del personaje que defiende, por el contrario, se trata de aprender a ponerse en el lugar de los otros. 2.- Cuando discutimos, no gana quien habla más fuerte, tampoco quien sólo piensa en ganar y, en lugar de oír los argumentos de los demás, piensa nada más en lo que dirá después.

REFLEXIONO



¿Blanco o negro?, o ¿tonos de gris?

Como hemos visto, lo complejo de una situación ética es que las cosas rara vez son tan claras como para decidir si estamos totalmente de acuerdo o totalmente en desacuerdo; o sea, no es tan fácil decir que son blancas o negras. A partir de los valores de cada persona, cada uno de nosotros tiene algo de razón. Escribe ahora un pequeño ensayo donde digas, respecto del ejemplo, cuáles son los valores del personaje con el que más te identificas.

PARA LA CASA

¿Cómo podría haber sido diferente?

♦ Comenta el desenlace de Antígona a partir de la siguiente pregunta: ¿Qué crees que podrían haber hecho los personajes para alterarlo?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- No es fácil definir ni practicar la libertad.
- Si no hay conflicto no intervienen los valores.
- Sólo hay juicio ético si intervienen mis valores.
- Las situaciones éticas son complejas.

Conceptos:

- Juicio ético
- Estatu moral

Glosario

Convincientes:

Que logren convencer.

Argumento:

Asunto del que trata una obra. Razonamiento para probar algo.

Trilogía trágica:

Conjunto de tres obras dramáticas.

Dramaturgo:

Autor de obras dramáticas o tragedias.

Desenlace:

Final de una historia.

Aprender que somos libres: el diálogo



Para los antiguos griegos, un héroe no era una persona con capa, máscara y calzoncillos de colores. El héroe podía ser un viejo ciego con un bastón, un guerrero o una jovencita como Antígona. Para calificar como héroe bastaba una característica: tener el valor de aceptar los propios pensamientos y sentimientos y actuar en consecuencia. Una persona valora lo que considera bueno y digno de defender. Una persona menos heroica que Antígona podría sospechar que algo anda mal, que se está cometiendo una injusticia que le atañe, pero podría convencerse de que, pensándolo bien, no debe importarle y no tiene por qué defender a su hermano y arriesgar su vida.

Sin embargo, en el ejercicio de dramatización no sólo nos enfrentamos a una situación ética donde entran en juego

altos valores; además, vimos diferentes valores.

Ese es el otro lado de la moneda de este tema de aprender a ser libres: no basta con pensar, sentir esta libertad y convencernos de que somos libres de construir nuestros valores, también hay que reconocerlos en las demás personas; la única manera de hacerlo es mediante el diálogo.

Por ejemplo, para nadar no basta con creer que sé hacerlo, ya que en mi primer chapuzón, me encontraré con la sorpresa de que el agua también cuenta por ser el elemento en el que nado. De manera análoga, como jóvenes y adultos entusiasmados con nuestra libertad tenemos que tomar en cuenta a las demás personas, quienes son el elemento en el cual practicamos la libertad.

Además, las otras personas no son sólo el elemento en el que practicamos la libertad y la autonomía, son el elemento en el que ha podido nacer y desarrollarse esa autonomía.

De momento, las personas que tenemos más a la mano para experimentar nuestra autonomía son nuestros compañeros de clase. Tenemos en ellos un gran grupo de autonomías diferentes e igual de dignas que la nuestra. A unas personas les gustan las matemáticas, a otras la historia; unas son buenas para las ciencias, otras para los deportes; a unas les parece que lo más importante en la vida es el deporte, a otros el arte. Durante años estaremos rodeados por esta gente, algunos serán nuestros amigos, otros no. Sea como fuere, estos años serán nuestro "laboratorio ético". Si sabemos aprovecharlo, no lo usaremos para imponer nuestra autonomía o para ponerla al servicio de los demás, sino para enriquecerla con el diálogo.

Glosario

Atañe:

De su incumbencia.

Análoga:

De igual forma.

Digna:

Que merece algo.

¿A qué te suena?

El diálogo nos ayuda a reconocer los valores de las demás personas.

◊ En tu cuaderno escribe la oración anterior con tus propias palabras.



Cada persona tiene su autonomía.



Dilema ético

Lee con atención:

Lucas, un niño bajo de estatura, regresa del descanso con un ojo morado. La maestra le pregunta quién le pegó y Lucas responde que tuvo una pelea con un niño del grupo, pero que fue su culpa. La maestra le vuelve a preguntar, pero Lucas se niega a decirle el nombre del niño. La maestra se enoja y dice que habrá un fuerte castigo para toda la clase si la persona que le pegó a Lucas no lo admite. Rodolfo, que es muy grande, está a punto de admitir que él lo hizo: después de todo es cierto que Lucas empezó la pelea, burlándose de él y quitándole los lentes. Pero recuerda que ya ha tenido problemas de conducta y podría meterse en dificultades. Alicia vio la pelea, pero es amiga de Rodolfo; Felipe también la vio, pero es amigo de Lucas. Ninguno de los dos quiere hablar.

Contesta individualmente

- ◇ ¿Cuáles son los motivos de cada personaje para callar?
- ◇ ¿Cuáles son los motivos de los cuatro personajes para hablar?
- ◇ Si Alicia y Felipe no fueran amigos de Lucas y Rodolfo, ¿deberían hablar?
- ◇ ¿Quién crees que debería hablar? (recuerda que se trata de lo que deberían hacer, no de lo que probablemente harán), ¿por qué?
- ◇ ¿Debe ser castigado el grupo entero?, ¿por qué?
- ◇ Supongamos que la maestra se entera de la pelea. ¿Qué harías en su lugar?
- ◇ ¿Qué cuenta aquí, la verdad o las consecuencias de decirla?
- ◇ ¿Qué valores crees que están en juego aquí?

COMPARO



Diferentes formas de enfocar un dilema ético

Ahora compara tus respuestas con las de otras cuatro personas. Un secretario anotará las respuestas que decidan y un representante las leerá a toda la clase. Vean si pueden llegar a un acuerdo entre todo el grupo. Analicen en qué si lograron un acuerdo y en qué no pudieron y las razones. Vean si pueden llegar a un acuerdo grupal.

PARA LA CASA

Narro un dilema ético

Narra un dilema parecido al que acabamos de discutir. Puede tratarse de algo que te ocurrió, que le ocurrió a alguien que conoces o algo que inventes. Recuerda que en un dilema ético todas las soluciones son conflictivas.

PASO FLE ONO



- ¿A qué se refiere un juicio ético?
- ¿Qué relación hay entre ética y valores?
- ¿Qué relación hay entre valoración ética y conflicto?
- Da un ejemplo de un dilema ético.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Es importante tomar en cuenta a otras personas para poder ejercer nuestra libertad.

- El diálogo sirve para reconocer los valores de las demás personas.

Conceptos:

- Diálogo
- Dilema ético

• CONDICIONES Y POSIBILIDADES DE LOS JÓVENES



Aprendiendo a conocernos: ¿qué quiero y qué puedo?

En esta lección hablaremos de la **importancia de que desarrollemos un conocimiento de nosotros mismos** que nos permita mejorar a partir de nuestras condiciones y posibilidades como jóvenes. Dicho en otros términos, de poco nos servirá sabernos libres para decidir qué vida queremos si no conocemos **nuestros límites y posibilidades** para poder orientar nuestra conducta hacia lo que queremos.

¿A qué te suena?

◆ Escribe en tus palabras lo que para ti significa el párrafo anterior.

Lee con atención:

¿Cómo?, ¿de qué límites se habla aquí? ¿no habíamos quedado en que éramos libres? Sí, pero que seamos libres no quiere decir que seamos **todopoderosos**. Debemos cuidarnos de no confundir nuestra libertad para querer algo con nuestra capacidad para poder lograr eso que queremos.

Por ejemplo, si quien está escribiendo esta lección tiene 40 años y pesa 85 kilos, como persona, es perfectamente libre para querer ser el primer bailarín del Ballet Nacional de México, pero por más que quiera, a menos que el Ballet Nacional de México se convierta en un circo, sus posibilidades de convertirse en primer bailarín son nulas. En este caso querer no es poder; no, a menos que lo que quiero guarde cierta relación con un conocimiento de mí mismo y con las habilidades y hábitos que debo adquirir para alcanzar mis objetivos. Saber que somos libres es un primer paso muy importante, pero debemos llevar a cabo en nuestra vida diaria eso que queremos libremente. Para ello necesitamos conocernos y **cultivar** nuestras habilidades.

Por el contrario, si como alumnos de secundaria tenemos la misma idea de querer ser bailarines en el Ballet Nacional de México, nuestro querer puede transformarse en poder, pero a condición de que llevemos a cabo los pasos necesarios en nuestra vida cotidiana. Si descubrimos que también queremos ser levantadores de pesas y que detestamos la música clásica, será mejor abandonar la idea. Pero, si no estamos dispuestos a aceptar las pesadas rutinas diarias de los bailarines de alto nivel, también debemos reconsiderarlo. En pocas palabras, debemos comparar continuamente lo que pretendemos con nuestra conducta.

Por eso algunas lecciones atrás hablábamos de lo que es bueno para cada uno de nosotros y de lo que es bueno "para mí". No es necesario que podamos hacer todo lo que deseamos, en cambio es fundamental que nuestros deseos sean realistas. Dicho en otros términos, **que realmente deseemos lo que queremos**.

En estas lecciones realizaremos ejercicios destinados a **cerrar la brecha** entre lo que deseamos y lo que podemos hacer realmente. ¿Cómo hacer esto? Por dos vías: 1- Por medio del autoconocimiento. 2- Por medio de la observación y el cambio de nuestras conductas.

"Dentro de veinte años estarás más decepcionado por las cosas que no hiciste que por las que hiciste.

..explora, sueña, descubre".

Mark Twain



Para lograr un objetivo debemos aceptar las rutinas necesarias para lograrlo.

Glosario

Todo poderoso:

Que pueden hacer cualquier cosa.

Cultivar:

Mantener y practicar.

Cerrar la brecha:

Acortar la distancia.



¿SABÍAS que...?

Un ejemplo de "querer es poder" fue Luis G. Urbina. Este poeta mexicano, llamado el último romántico, nació en México en 1868. Durante su infancia, como él mismo lo describe, "vagabundé casi desnudo, casi hambriento...supe de todas las miserias y congojas..." A los 13 años envió unos versos a una revista donde los publicaron, y a los 16 era colaborador formal de otras publicaciones. Urbina consiguió sus metas por el camino de la poesía. Llegó a ser secretario particular de Justo Sierra, cuando éste era Secretario de Educación Pública y Bellas Artes. Ocupó por mucho tiempo la cátedra de literatura en la Escuela Nacional Preparatoria y fue director de la Biblioteca Nacional. Uno de sus más conocidos versos es *Metamorfosis*.

Lo que realmente siento y pienso

Lee cuidadosamente y en silencio. Después de reflexionar un poco, contesta en tu cuaderno lo que realmente piensas (no lo que crees que los demás esperan que pienses) de manera individual.

- ◊ Me siento feliz cuando...
- ◊ Lo que mejor hago es ...
- ◊ Lo que casi nunca me sale es...
- ◊ A menudo estoy preocupado por...
- ◊ Lo que más me gustaría...
- ◊ Algo que me pondría muy triste...
- ◊ Lo que me gusta de cómo soy es...
- ◊ Lo que no me gusta de cómo soy es...
- ◊ ¿Qué actividades podrías hacer para cambiar eso que no te gusta?
- ◊ ¿Qué significa la frase "querer es poder"?
- ◊ ¿Estás totalmente de acuerdo con ella?, ¿por qué?
- ◊ Lee las respuestas que has escrito, ¿de qué forma te han ayudado a pensar en ti?
- ◊ ¿Crees que te ayudaría conocerte cada cada vez más?, ¿por qué?
- ◊ ¿Hay algo que estés haciendo en tu vida diaria para mejorar tu forma de ser?, ¿qué es?, ¿por qué?
- ◊ Vuelve a leer tus cinco primeras respuestas
 - ¿Hasta qué punto lo que haces cada día te ayuda a cumplir tus deseos?
 - ¿Hasta qué punto crees que obstaculiza esos deseos?

REFLEXIONO



Reúnanse en equipos de tres a seis personas y discutan las siguientes preguntas:

- ◊ ¿Qué significa la frase "querer es poder"?
- ◊ ¿Están totalmente de acuerdo con ella?, ¿por qué?

Obtengan una conclusión por equipo y grupal.

¿Y si...?



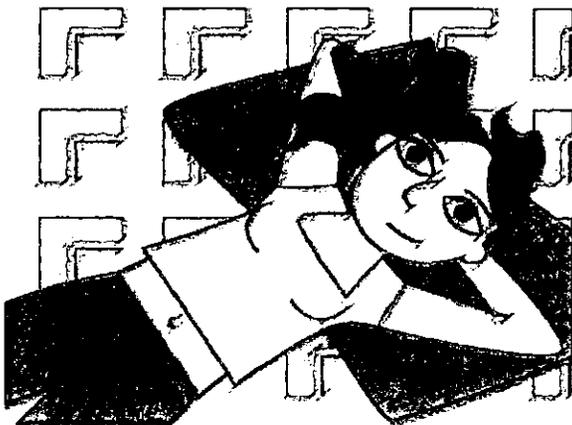
Mis primeros planes

Acuéstate en el piso y relájate. Si no te puedes acostar entonces adopta una posición cómoda. Deja que fluyan tus sentimientos y pensamientos tratando de responder una sola pregunta:

- ¿Qué quiero hacer como persona joven en este año?

Ahora responde:

- ¿Cómo puedo lograrlo?



El autoconocimiento

Autoconocernos quiere decir conocernos a nosotros mismos. Poder describir qué nos gusta, cuáles son nuestras habilidades, como nos comportamos ante diferentes situaciones, qué sentimos hacia diferentes personas, cómo nos expresamos y cómo nos enfrentamos ante distintos problemas. En la adolescencia el autoconocimiento se refiere a estar conscientes de nuestros cambios de estado de ánimo, pensamientos y sentimientos acerca de esta etapa. Es decir, es una forma de poner atención a nuestros estados internos.

Es distinto "**conocernos**" que "actuar" con base en lo que sabemos. Ambos términos están muy cercanos el uno del otro. Por ejemplo: reconocer que estoy de mal humor significa querer dejar de estarlo, pero no es suficiente; como tampoco es suficiente saber cómo dejarlo de estar, para realmente hacerlo. Así que para lograr un comportamiento nuevo o diferente al que tenía **necesito desarrollar una habilidad, tener los conocimientos, la autodisciplina y las ganas de hacer las cosas.**

Muchas personas han encontrado que la escritura es una buena forma de conocerse. En ese sentido, han escrito diarios y autobiografías cuyo principal objetivo no era necesariamente que los demás los conocieran, sino que ellos mismos llegaran a hacerlo. A veces es útil expresarnos, no para que los demás nos oigan, sino para **oírnos a nosotros mismos.** ¿Has tratado de oírte mientras hablas con tus amigos?, ¿te gustaría tener un diario?



Podemos conocernos a través de la escritura.
Cuadro de Remedios Varo.
Creación de las aves.

PARA LA CASA

Las primeras lecciones me han llevado a...

- ♦ Analiza en qué te han hecho pensar las seis primeras lecciones.
- ♦ ¿Qué has aprendido?, ¿qué has pensado y sentido?, ¿qué diferencias observas entre ésta y las otras materias?, ¿te han confundido algunas cosas?, ¿cuáles?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Necesitamos conocer nuestros límites y posibilidades para poder dirigirnos a lo que queremos.
- Hay una distancia entre lo que queremos y lo que podemos, la cual se puede ir reduciendo.
- Podemos aprender, cambiar y lograr nuestros objetivos.

Concepto:

- Autoconocimiento

Habilidades que desarrollamos...

- Empezar a conocernos a nosotros mismos.

Glosario

Autodisciplina:

Ser disciplinados o disciplinarse por voluntad propia.

Aprender a conocernos: cómo lograr lo que queremos



En este caso la libertad consiste en decidir si me levanto o sigo dormido.

Hemos dicho que los seres humanos somos libres. Pero esa libertad no sólo ha resultado más compleja de lo que creíamos, también hemos descubierto que **no somos absolutamente libres**. En efecto, resulta que somos libres pero no para hacer cualquier cosa: nuestra naturaleza nos **impide** caminar en el aire, alimentarnos de vidrio o **retroceder** en el tiempo.

Todavía nos queda la libertad para lo que nuestra naturaleza sí nos permite: ¿tomar una cosa que me gusta pero no me pertenece?, ¿salir a la calle sin vestirme?, ¿pegarle a la gente que me cae mal? Podríamos pensar que sí podemos pero que no es muy conveniente, es mejor que no queramos. Por tanto, no estamos hablando de una libertad para hacer lo que queramos: (alimentarnos de vidrio), ir a donde queramos (en una nave espacial para pasar el fin de semana en Júpiter) o ser lo que queramos (medir 2.10 m y haber nacido en 1860); es tan sólo la libertad para "querer lo que queremos".

Ser libres requiere de mucho esfuerzo, requiere de nuestra reflexión a fondo para definir **qué es lo que queremos**. Podemos querer muchas cosas, —pero tenemos también que pensar qué es lo que queremos un poco menos y qué un poco más. La libertad requiere, en otras palabras, que hagamos una "escala de valores" propia, donde unas cosas valgan más que otras. Supongamos, por ejemplo, que nos gusta mucho dormir, pero queremos estar en un equipo de caminata que entrena de 6 a 7 de la mañana, todos los martes y jueves. ¿Todos los martes y jueves tendremos que hacer libremente lo que no queremos: ¡despertar temprano!

Podemos imaginar qué sucedería en este caso, si pensáramos que ser libres es hacer lo primero que se nos ocurra. Si a las 5:30 a.m. del martes o el jueves, lo primero que se nos ocurre es seguir durmiendo, el día que querramos estar en el equipo de caminata ya no habrá lugar.

Entonces, ¿la libertad no es tan amplia? No, pero esa libertad hace toda la diferencia entre quienes hacen su vida (dentro de ciertos límites y posibilidades), y quienes pasan la vida sin hacerse cargo de **la responsabilidad de su libertad**.

¿Y si...?



Por lo general con otras personas...

Ahora vamos a hacer un ejercicio para detectar una conducta que practicamos habitualmente cuando nos relacionamos con otras personas, pero que interfiere con nuestros deseos (como en el caso del dormilón que quería caminar). Intentaremos reemplazarla por una conducta más adecuada a nuestros fines.

Contesta brevemente las siguientes preguntas:

- ◇ ¿Qué conducta que te disgusta realizas sin darte cuenta en tus distintas relaciones? (amigos, parientes, hermanos, etcétera, por ejemplo: "cuando hablo con ellos sólo hablo de mí")
- ◇ ¿Con qué conducta te gustaría reemplazarla? (Por ejemplo: "quisiera saber de ellos")
- ◇ ¿Qué conducta específica llevarás a cabo cada día con ese fin? (Por ejemplo: les preguntaré qué han hecho y los dejaré hablar).

Para empezar, es importante ponerse metas fáciles. Más vale cumplir con un objetivo fácil que no cumplir con uno difícil.

Gosario

Impide:

Imposibilita, hace difícil.

Retroceder:

Volver hacia atrás.

COMPARO



¿Cómo me gustaría relacionarme con las demás personas?

En un círculo, escribe todas las cosas que te gustan y que no te gustan de la manera como te relacionas con las demás personas. En otro círculo, escribe las cosas que te gustaría ver en alguien que se relacionara contigo. Corta las palabras del segundo círculo y pégalas encima de las cualidades negativas del primero. ¿Te gustaría relacionarte así?

ASI NO SE VALE



Para ser parte de un grupo social

¿Puedes hacer una lista de cosas que debemos evitar si queremos ser parte de un grupo social? Escribe en un círculo aquellas que sientes que tú quieres hacer y en otro las que puedes y quieres hacer.

PARA LA CASA



Observo mis avances

Sigue la pista de tus avances o progresos. Al fin de cada día copia en tu cuaderno la siguiente tabla. Agrega cómo te sientes con tus progresos. Procura hacerlo una o dos semanas.

	VECES QUE REALIZO LA CONDUCTA INDESEABLE	VECES QUE REALIZO LA CONDUCTA DESEABLE	ME HE SENTIDO SATISFECHO		
			NUNCA	A VECES	SIEMPRE
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

Glosario

Aislamiento social:

No tener contacto o relación con otras personas.

Duplicar: Multiplicar por dos.



El aislamiento social aumenta la probabilidad de enfermedad.

¿SABÍAS que...?

En un estudio sobre aislamiento social con más de 37,000 personas se encontró que no tener a nadie con quien compartir los sentimientos más íntimos o con quien tener "contacto", duplica las probabilidades de enfermedad o de muerte. House, J. (1988) "Relaciones Sociales y Salud", revista *Ciencia*.

Es muy raro que vivamos sin compartir nuestra vida con otras personas. El estudio sobre aislamiento social presenta un caso extremo. Lo que sí es más frecuente es que no apreciemos el valor de vivir en una comunidad, de formar parte de una sociedad.

Glosario

Inserción:

Incluir una cosa en otra.

Estáticas:

Que no tienen movimiento.

Entidades:

Unidades colectivas o grupo que se considera como una sola cosa.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Ser libre nos obliga a una profunda reflexión sobre lo que queremos.
- Ser libre implica tener una "escala de valores".
- Ser libre no es hacer lo que se nos ocurra sino ser responsables de nuestra libertad.

Concepto:

- Escala de valores

PASO FLE ONO



¿Por qué es importante conocernos y conocer nuestras limitaciones?



¿De qué manera(s) me ayuda el autoconocimiento en mis relaciones con las demás personas?



ORGANIZACIÓN SOCIAL, DEMOCRACIA, PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y FORMA DE GOBIERNO EN MÉXICO



Aprendiendo a comprender a la sociedad

Poco a poco hemos aprendido que nuestra libertad como seres humanos no es una libertad total. Se ve limitada por nuestra naturaleza personal, hábitos y otro componente fundamental, que es la sociedad en la que vivimos.

En esta parte de la materia, veremos cómo **la sociedad es una condición para la libertad**. Veremos que, además de conocer nuestra naturaleza humana y conocernos como individuos, necesitamos comprender la naturaleza general de la sociedad en todos sus niveles, desde la familia hasta la humanidad.

Dedicaremos una gran parte del curso a la comprensión de la forma en que México se gobierna y lo que podemos hacer para participar en su desarrollo. Es por eso que dedicaremos tres lecciones para introducir este punto: una para presentar aspectos generales que nos ayudan a comprender nuestra inserción en la sociedad, en cualquier sociedad; otra para que comprendamos que las sociedades no son estáticas sino, por el contrario, son entidades que pueden mejorar como resultado de la participación; por último, una lección para abordar el tema de la sociedad

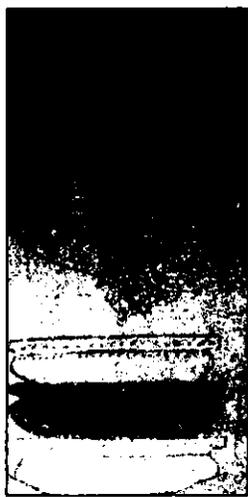
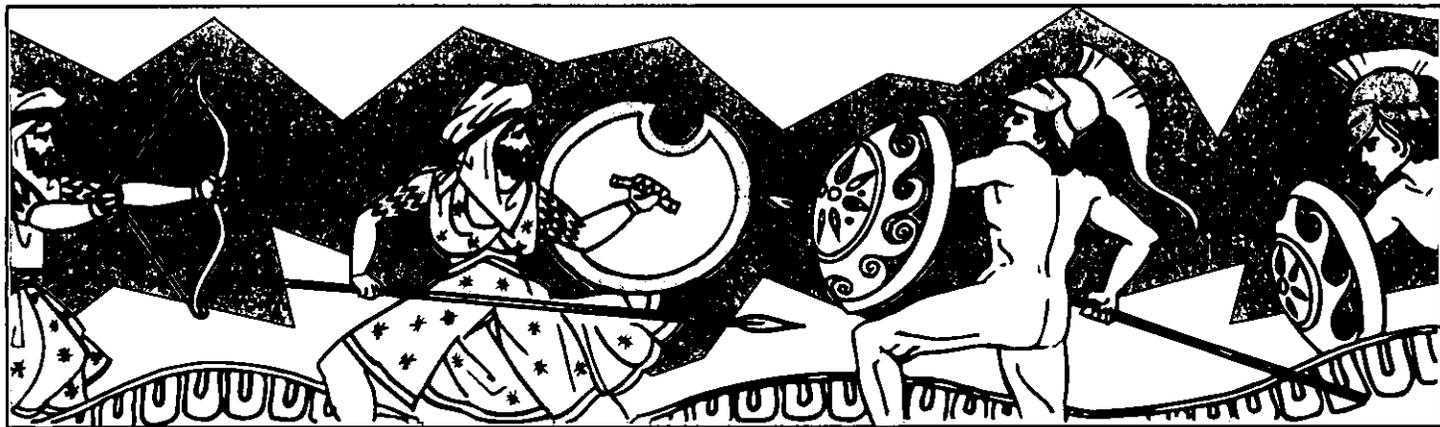
La sociedad en la que nacemos y crecemos determina en gran medida nuestros valores.

específica donde nos toca llevar a cabo nuestra actividad ética y cívica: México. Empecemos por el primer punto.

Si lo consideramos atentamente, la mayor parte de nuestra vida cotidiana no está poblada de juicios éticos. El hábito y la costumbre hacen que tomemos la mayoría de nuestras decisiones con un cierto **automatismo**: “¿salsa verde o roja?”, “ahora a lavarme los dientes”, “¿viste qué bien jugó la selección!?”...

A decir verdad, no se necesita heroísmo para saber si debo o no lavarme los dientes por la mañana. Es mejor así, es mejor que reservemos nuestras fuerzas morales para cuando haya que decir “no”. Mientras tanto, hacemos ciertas cosas automáticamente, respetamos las leyes y, sobre todo, actuamos como hemos aprendido a hacerlo en sociedad.

La sociedad en la que hemos nacido no sólo determina nuestras costumbres, es responsable también de gran parte de lo que pensamos, de nuestra visión del mundo, hasta de nuestros valores. ¿O acaso alguno de nosotros eligió nacer en una sociedad de fines del siglo con una cierta historia, un cierto idioma y una cierta forma de vivir y ver el mundo? Lo cierto es que una buena parte de lo que consideramos justo y bueno viene dictado por la sociedad en la que hemos nacido y crecido. ¿Dónde queda entonces la libertad para construir nuestra vida valorativa?



Lee con atención:

A inicios del siglo antes de nuestra era, un enorme ejército persa invadió a Grecia. Un ejército comparativamente pequeño de **espartanos** intentó cerrarles el paso, bajo la dirección de un general llamado Leónidas. Los espartanos eran los mejores soldados de la Grecia de ese entonces, eran muy disciplinados, fuertes y valientes. También eran **astutos**: sabiendo que no podrían detener al enorme ejército persa en una **planicie** porque era más grande, decidieron esperarlos en el paso de las Termópilas, un **estrecho** desfiladero por el que los persas se podrían apoderar fácilmente de las principales ciudades griegas, incluyendo Esparta, ciudad natal de Leónidas. El plan estaba funcionando; como el paso era estrecho, la diferencia numérica no se notaba tanto y Leónidas se las arreglaba para mantener a raya a los persas. Sin embargo, un griego decidió traicionar a los suyos, vendiendo a los persas la información

de otro paso desde el cual podrían sorprender a Leónidas por la espalda. Dicho y hecho, una parte considerable del ejército persa marchó por el otro paso y encerró a Leónidas entre dos frentes. Leónidas y sus espartanos podrían haberse rendido entonces, pues no tenían ninguna oportunidad de ganar. Sin embargo, prolongaron la lucha hasta que murió el último hombre, incluyendo a Leónidas.

Glosario

Automatismo:

Algo que hacemos sin pensar, mecánicamente.

Espartanos:

Originarios de la ciudad de Esparta.

Astuto:

Listo, inteligente.

Planicie:

Valle, terreno plano.

Estrecho:

Angosto.

¿SABÍAS que...?

La palabra educación se deriva del latín “educare”, que significa: guiar, orientar o conducir. Educación es reflexión y acción del ser humano sobre el mundo para transformarlo. Es un proceso a través del cual las generaciones jóvenes aprenden las ideas, formas de vida y costumbres de generaciones que los antecedieron.

La palabra ética viene de la palabra griega “ethos”, que quiere decir costumbre; así como la palabra moral, que viene del latín “mores”, lo común, lo que dicta la sociedad. Asimismo se relaciona con el impulso y las razones que guían nuestras conductas. A raíz de las enseñanzas de Sócrates se da un cambio en el énfasis de la **ética dirigiéndose a la conciencia individual, ya no a las costumbres.**

REFLEXIONO

La decisión de Leónidas

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno

- ◊ ¿Por qué defendió Leónidas el paso?
- ◊ ¿Qué alternativas tenía Leónidas antes de la traición?, ¿después de la traición?
- ◊ ¿Qué presión social tenía Leónidas?
- ◊ ¿Cómo crees que aprendió Leónidas sus valores de soldado?
- ◊ El traidor venía de la misma sociedad que Leónidas, había recibido la misma educación, los mismos valores. ¿Por qué era tan diferente?
- ◊ ¿Qué diferencias crees que hay entre tu sociedad y la de Leónidas?

COMPARO

¿Quién apoya a Leónidas?

Formen equipos de cinco o seis personas y discutan sus respuestas. Un representante expondrá sus conclusiones ante el grupo. Expliquen los diferentes puntos de vista y analicen lo difícil que fue llegar a una conclusión.

- ◊ ¿Dónde aprendió Leónidas los valores que lo llevaron a realizar una acción heroica?
- ◊ ¿Dónde han aprendido ustedes lo que se considera justo o valioso?

PARA LA CASA

Viajando en el tiempo

Haz una lista de cinco cosas que valoras que probablemente no valorarías si en lugar de haber nacido y crecido en este fin de siglo en México, hubieras crecido en algún otro lugar y época de tu elección. ¿Qué otras cinco cosas habrías valorado en ese lugar y tiempo?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Es importante comprender la naturaleza de la sociedad, desde la familia hasta la humanidad.
- La sociedad determina en gran medida nuestras costumbres, nuestra forma de ver el mundo, nuestros valores.
- Educación implica reflexión sobre ideas, formas de vivir y costumbres.

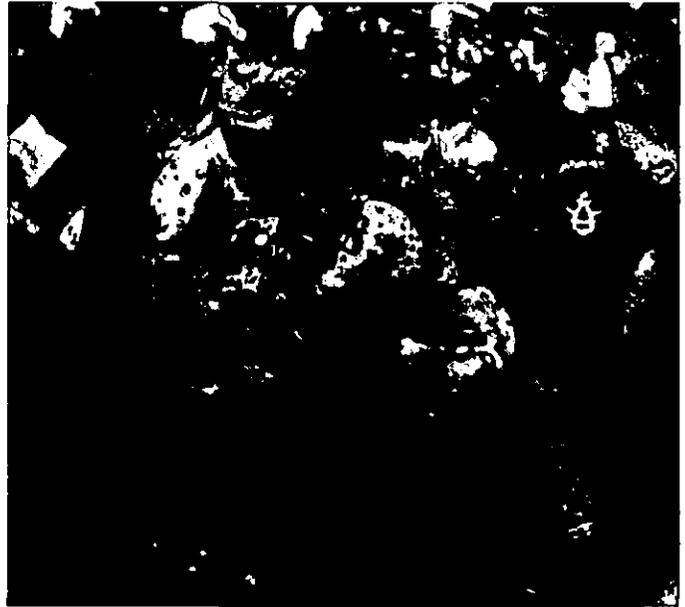
Aprendiendo a mejorar nuestra sociedad



La historia de Leónidas sólo contesta parcialmente a nuestra pregunta acerca de dónde queda la libertad si la sociedad determina los valores. La razón es sencilla; Leónidas vivía en lo que hoy llamaríamos una **sociedad cerrada**. Si consideras necesario, regresa a la lección anterior y lee nuevamente la historia.

Como toda sociedad humana, y a diferencia de las “sociedades” animales, la de Leónidas sí dejaba un poco de lugar para la libertad, pero sólo un poco. La mejor prueba de ello es que de lo contrario todos los espartanos habrían sido igual de heroicos que Leónidas. Sin embargo, “la sociedad” de Leónidas no dejaba mucho lugar para la construcción de valores nuevos, sólo para su **preservación**. La característica básica de las sociedades cerradas es que se valora la estabilidad y la preservación de la tradición por encima de todo. Se trata de **sociedades estáticas**, donde pasan los años y los siglos y, a menos que ocurra una desgracia natural o una invasión, las cosas siguen igual.

Nosotros, por el contrario, **vivimos en una sociedad sujeta a cambios continuos**. La preservación de la tradición es, sin duda, una preocupación importante, pero en general **somos una sociedad más abierta** al futuro que al pasado. Somos lo que se podría llamar una sociedad abierta, es decir, una sociedad que se está rehaciendo de manera continua.



Preservar las tradiciones ha sido y es importante para nuestra sociedad.

SE ME OCURRE...



Una sociedad cerrada

En tu cuaderno escribe un cuento sobre una mujer que viva en una sociedad cerrada; escribe sus reglas, las formas de vida y las maneras como se relacionan las personas en esta sociedad. Escribe también sobre los problemas que deberá enfrentar la mujer en su intento por transformar la sociedad cerrada en la que vive por otra más abierta.

Quizá la mejor manera de entender la diferencia entre una sociedad cerrada y una abierta sea a través de sus héroes. Como Leónidas, los héroes de las **sociedades cerradas** están dispuestos a arriesgarlo todo, hasta la vida, para **preservar su mundo**. En cambio hombres como Hidalgo, Ghandi o Mandela, estarán **dispuestos a arriesgarlo** todo para cambiar el mundo, fueron y son los héroes de las sociedades abiertas.

Más adelante hablaremos de cómo la **democracia** es la forma de gobierno que las sociedades abiertas adoptan actualmente para que **todos participemos en los cambios**, en lugar de padecerlos. Veremos también, cómo nuestro país está pasando por un importante proceso de fortalecimiento democrático que exigirá la participación de quienes ahora son niños, niñas y jóvenes. Sin embargo, bastará por el momento con decir que no nos limitaremos a aprender sobre la manera en que funciona la sociedad. Buscaremos además, reflexionar sobre cuál sería la forma para que funcione mejor.

Glosario

Preservación:
Conservación.



Nelson Mandela.

¿SABÍAS que...?

Nelson Mandela nació en África del Sur en una sociedad dominada por la segregación racial contra los negros conocida como apartheid. Puesto que esta segregación racial estaba sustentada por las leyes del gobierno de los blancos, el movimiento contra el apartheid que dirigía Mandela fue prohibido. Mandela pasó más de 30 años en la cárcel por su actividad antisegregacionista. Sin embargo, cuando en 1990 Mandela salió de prisión, inició una serie de conversaciones con el gobierno para cambiar la Constitución que prohibía el voto a los negros. El resultado fue que en 1994 Mandela fue electo como el primer presidente negro de su país. Un año antes, Mandela recibió el premio Nobel de la Paz.

Glosario

Segregación:
Apartar por prejuicio.

REFLEXIONO



¿Qué habrías hecho tú?

Contesta estas preguntas individualmente en tu cuaderno

- ◆ ¿Por qué pasó tantos años en la cárcel Mandela?
- ◆ ¿Qué te parece lo más notable de su actividad?
- ◆ ¿Qué piensas del apartheid?, ¿crees que haya algo parecido en tu sociedad?
- ◆ ¿Qué habrías hecho tú después de 30 años de cárcel?
- ◆ ¿Qué crees que podemos hacer para evitar la segregación?
- ◆ ¿Cómo podríamos llevar esas ideas a cabo?

SE ME OCURRE...



Diseño un símbolo de democracia

Formen equipos de 6 personas y diseñen un símbolo para una sociedad democrática. Al finalizar muestren al grupo los diseños de cada equipo.

PARA LA CASA



Esa gran persona que contribuyó a cambiar la sociedad

Averigua algo sobre la vida de algún gran hombre o mujer que haya contribuido a cambiar la sociedad. ¿Por qué lo has elegido?, ¿qué características te llaman la atención?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La democracia es la forma de gobierno que adoptan las sociedades cambiantes.
- Nuestro país está pasando por un proceso de fortalecimiento democrático.
- En las sociedades cerradas se valora la tradición y la estabilidad por encima de todo.

Conceptos:

- Sociedad cerrada

PASO A PASO

- ¿Por qué es tan importante entender cómo se gobierna México?
- ¿Qué problemas tiene una sociedad cerrada?
- ¿De qué manera podemos participar para mantener la democracia en nuestra nación?
- Da ejemplos de cambios que han sucedido en nuestra sociedad en los últimos veinte años.



Es necesario dialogar cuando hay conflictos entre valoraciones.

- ✓ Vamos a mejorar nuestras habilidades comunicativas y nuestra actitud para el diálogo; después de todo, la única forma de reconocer a los demás y de hacernos reconocer, es por la vía del diálogo.
- ✓ Es fundamental desarrollar las habilidades y conocimientos para llevar nuestros valores a la práctica en nuestra conducta diaria. Es decir, lograr la coherencia entre lo que decimos y lo que hacemos.
- ✓ La mejor manera de ser coherentes entre lo que decimos y hacemos es por medio de un mejor conocimiento de nosotros mismos como adolescentes. Necesitamos comprender nuestros cambios, aceptarnos y enfrentar con responsabilidad los retos, posibilidades y riesgos a los que nos exponemos, para así cumplir con nuestros objetivos.
- ✓ Tener los conocimientos y las habilidades necesarias para saber valorar las instituciones democráticas de nuestro país en el contexto de nuestra época en la que se reconoce abiertamente que somos una sociedad multicultural.
- ✓ Comprender la manera en que se organizan las sociedades, aprender sobre nuestro entorno social y la manera en que nos relacionamos con él, así como la forma en que nos relacionamos con el resto del mundo. El conocimiento de la historia de nuestro país y sus leyes, nos permite preservar y también mejorar nuestra sociedad de manera democrática.

Por todo lo anterior la mayor parte de la materia procurará fomentar hábitos, habilidades y la sensibilidad ética, por medio de ejercicios, dramatizaciones, debates, juegos, dilemas y, en fin, todas las actividades capaces de hacernos experimentar la riqueza y complejidad de nuestra propia naturaleza y la necesidad de ponernos en el lugar de los demás.

SE ME OCURRE...



¿Qué hemos aprendido?

El grupo se dividirá en tres equipos; cada uno preparará una exposición de lo que se describió en los tres temas básicos ya expuestos. Puesto que cada equipo puede ser numeroso, se podrán subdividir el material dentro de cada tema. Presenten su exposición imitando un noticiero de radio o de televisión. Una forma es organizándose en el salón de clases y preparando los detalles de la exposición (ejemplo: maquetas, actuaciones, carteles, bailes) en la casa.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El fin último del curso de educación cívica y ética es la formación de un ciudadano universal.
- Aprenderemos el sentido de la humanidad a partir de la participación en nuestra cultura.

Conceptos:

- Humanidad
- Universalidad

manera de abordar la materia TEMA III

1

MANERA DE ABORDAR LA MATERIA

• MANERA DE ABORDAR LA MATERIA

¿Cómo se aprende la ética?



"No estamos tratando aquí de saber qué es la virtud, sino de volvernos mejores."

Aristóteles



Aristóteles

Así empieza uno de los capítulos del principal libro de ética que escribió, hace más de dos mil años, uno de los más grandes filósofos griegos. Puesto que Aristóteles, quien le dedicó mucho tiempo a estos y otros asuntos, y no le tenía miedo al estudio, lo dice, hay que hacerle caso. Si el objetivo de la ética es que nos volvamos mejores, entonces lo importante es procurar ponerla en práctica cuanto antes. Dicho en otros términos, **la ética es un saber práctico**, de nada sirve saber mucho de ella si no la ponemos en práctica.

El objetivo en los tres años que dura esta materia, es que contemos con las bases para practicar una vida ética libre en la adolescencia y en el resto de nuestra vida.

¿Cuáles son esas bases y cómo vamos a conseguirlas? Antes de pasar al cómo, empezamos por la primera pregunta. ¿Qué necesitamos para practicar una vida ética? Dicho en otros términos, ¿qué vamos a aprender en estos tres años de formación cívica y ética?

En apariencia muy poco, tan poco que lo podemos resumir en unas pocas líneas enunciando los tres temas básicos y lo que esperamos aprender en ellos:

1. Naturaleza humana y valores: aprender que somos libres;
2. Condiciones y posibilidades de los jóvenes: aprender a conocernos y mejorar como personas;
3. Organización social, democracia, participación ciudadana y forma de gobierno en México: aprender a comprender y mejorar nuestra sociedad.

Durante los próximos tres años en esta materia nos dedicaremos única y exclusivamente a aprender esas tres cosas.

A estas alturas alguien podría levantar la mano y decir, "yo ya sé todo eso. Si digo una definición de lo que es la libertad, la persona y la sociedad, ¿me puedo ir con un 10 para los próximos tres años en esta materia?" ¿qué le contestaríamos a esta persona? ¿no sería bueno recordarle lo que decía Aristóteles?: **"aquí lo que importa no es saber, sino practicar."**



Quien habla así es como aquellos que creen saber nadar porque han leído una definición como ésta: "nadar es sostenerse y adelantar sobre el agua moviendo ciertas partes del cuerpo." ¿Podrá nadar una persona que nunca se haya metido al agua pero sabe definir la natación? Aunque haya leído la Enciclopedia de la Natación en 12 volúmenes, es muy probable que su primera experiencia en el agua no sea del todo como la esperaba.

De igual forma que la natación, también **la ética hay que practicarla**. ¿Cómo aprendemos a nadar? Nadando. ¿Cómo aprenderemos ética? **Decidiendo**.

Ahora bien, aunque en la ética tampoco necesitamos una enciclopedia de 12 tomos antes de tomar nuestra primera decisión, **sí necesitamos de ciertos conocimientos para tomar decisiones libres**.

Por lo tanto, **en la asignatura de Formación Cívica y Ética, trataremos de combinar el conocimiento y la práctica**. Descubrirás que varios puntos están presentes más de una vez, aunque en cada ocasión de forma distinta.

La idea de esto es asegurar su comprensión y aprendizaje y **dar los elementos para el desarrollo de las habilidades** que nos permitirán poner en práctica lo aprendido. En las próximas lecciones introductorias vamos a familiarizarnos un poco más con los conocimientos necesarios respecto a cada uno de los tres temas que mencionábamos y al tipo de ejercicios que nos ayudarán a practicarlos.

Estructura interna de las lecciones

Ahora explicaremos los diferentes ejercicios que encontraremos en los textos y cuál es su objetivo.

Encontraremos diferentes **lecturas** que contienen los **conceptos principales** de cada lección. La mayoría de ellas sirven como base para la realización de los ejercicios. En general estas lecturas son de fácil comprensión. Además contamos con un glosario que nos ayudará a ampliar nuestro vocabulario. Como complemento a la lectura está la sección **¿SABÍAS que...?** que nos brindará, de manera breve y amena, datos interesantes sobre hallazgos, eventos, recetas, costumbres.

Gran parte del tiempo asignado a esta materia está destinado a llevar a cabo **ejercicios, a practicar lo aprendido**. Existen diferentes tipos de ejercicios, algunos se realizan de manera **individual**, otros **en parejas** y otros **en equipos**. En cada caso hay un ícono que distingue estas diferencias. Cada uno de los ejercicios tiene un subtítulo, el cual nos ayuda a entender de qué se trata. Excepción a esto es el caso de **¿A qué te suena?**, en el cual no se requiere mayor aclaración que la del título del ejercicio y las instrucciones que se dan.

A lo largo del curso llevaremos a cabo ejercicios variados, tales como:

REFLEXIONO

En estos ejercicios analizaremos situaciones o problemas y diferentes formas de enfocar un mismo problema.

¿A qué te suena?

Se te pedirá que expreses qué crees que significa algún concepto, para qué sirve, cómo se logra, quién participa y cómo.

Glosario

Virtud:

Disposición o cualidad para hacer el bien.

ASI NO SE VALE...

En esta sección se hará referencia a algo que no sea justo y que se pueda hacer de otra manera más democrática, equitativa, respetuosa, etcétera. Con esta actividad analizarás los sucesos y pondrás en práctica tu capacidad para decidir y para crear nuevas alternativas de acción.

SE ME OCURRE...

Aquí explotarás tu creatividad. Se te pedirá hacer poemas, dramatizaciones, canciones, maquetas, periódicos murales, dibujos, cuentos, etcétera.

¿Y si...?

En estos ejercicios hay que practicar el pensamiento hipotético, es decir, imaginar situaciones y pensar anticipadamente cuál sería el resultado si actuáramos de esa manera o si sucediera tal situación. Estos razonamientos te ayudarán a desarrollar una mejor capacidad de planeación y de anticipación, la cual es fundamental cuando se está en la etapa de planear la vida.

COMPARO

Como su nombre lo indica, en este tipo de ejercicios se comparan, de diversas formas, ideas, textos, situaciones, etcétera. Este tipo de actividades fortalecerá tu capacidad de análisis y de pensamiento crítico.

YO QUIERO, YO PUEDO

Estos ejercicios te invitarán a tomar una decisión y luego llevarla a cabo. Te ayudarán a practicar muchas habilidades dirigidas a lograr tus objetivos. Se te pedirá hacer cosas tan variadas como escribir una carta, comunicarte, analizar tus sentimientos, demostrarlos, negociar, presentar un documento, escuchar a las demás personas, etcétera.

INVESTIGO

Explorarás diferentes maneras de satisfacer tu curiosidad intelectual, buscarás en libros, entrevistarás a diferentes personas, leerás el periódico, utilizarás todos los recursos disponibles en tu localidad.

DIA DE...

En los "días de...", a través de presentaciones orales, exhibiciones, desfiles, eventos artísticos, obras teatrales y otras muchas actividades podrán organizar eventos divertidos y de interés para todos.

Glosario

Anticipación:

Adeiantarse a algo que va a suceder para prepararlo o prevenirlo.

La tarea se llama "para la casa" y consiste en alguna actividad divertida, que llevará poco tiempo y que permitirá poner en práctica lo aprendido en el ambiente que se encuentra fuera de la escuela, es decir, en tu casa, tu comunidad y tu país.

Al término de cada lección estará:

RESUMEN DE LA LECCIÓN

La cual tendrá una o más de las siguientes secciones:

En esta lección aprendimos...

- En la cual se enuncian las principales ideas de la lección.

Conceptos:

- En la cual se hace referencia a los conceptos nuevos.

Habilidades que desarrollamos...

- En la que hay una lista de las habilidades que se pretende que hayamos desarrollado en la lección.

PASO FLE ONO

Al término de algunos grupos de lecciones se presentarán preguntas cuyas respuestas requieren un repaso de las principales ideas de las lecciones anteriores, reflexionar sobre ellas y, en muchos casos, su aplicación práctica. Estas secciones te ayudarán a repasar lo aprendido y a autoevaluarte.



¿CÓMO NOS VAN A EVALUAR?

No tendremos respuestas buenas o malas. Lo que contará es nuestra participación en clase y la demostración de que estamos poniendo en práctica lo aprendido. ¿Cómo? Utilizando y desarrollando nuestras habilidades como seres humanos en el proceso de entendernos a nosotros mismos y de entender a las demás personas para lograr mejorar nuestra sociedad. Además continuamente nos estaremos autoevaluando.

Ahora que hemos visto cómo se abordará la materia, pondremos en práctica un ejercicio donde el tema principal es el más importante de esta asignatura.

Lee con atención:

Usamos la palabra "libertad" o "libre" de muchas formas diferentes. Eso quiere decir que todos tenemos una idea de lo que significa. Sin embargo, precisamente porque usamos la palabra en muchos sentidos diferentes, nos cuesta trabajo llegar a una sola definición.

COMPARO



¿Qué entendemos por libertad?

Responde en tu cuaderno:

Con la lectura anterior en mente, reúnete con un compañero o con una compañera y lee cuidadosamente las siguientes preguntas. Piensa tu respuesta de manera individual y después compárenlas.

Recuerda: el objetivo de este tipo de ejercicio no es que alguien nos diga qué es la libertad. El objetivo es que, a través de una serie de preguntas, aclaremos y desarrollemos lo que ya sabemos o sospechamos, hasta llegar a una posible definición.

◆ ¿Qué es la libertad?

Escribe dos sinónimos y dos antónimos.

¿Qué significa la palabra libertad en estas oraciones?

Necesito más tiempo **libre** para jugar.

Después de años de cautiverio dejaron **libre** a la ballena.

Las sociedades democráticas son más **libres**.

Como se soltó la cuerda, el bote quedó flotando **libremente**.

Me siento **libre** cuando viajo.

Hidalgo luchó por la **libertad** de México.

Las mujeres son tan **libres** como los hombres.

Hay personas más **libres** que otras.

◆ ¿Con cuáles de las siguientes afirmaciones están de acuerdo?

Somos **libres** cuando tenemos lo que queremos.

Somos **libres** cuando no tenemos obligaciones.

Ser **libre** es que nos dejen ser como somos.

Somos **libres** cuando elegimos lo que queremos.

Fuimos **libres** cuando éramos niños.

Seremos **libres** cuando no dependamos de nadie.

Somos **libres** cuando reconocemos la **libertad** de las otras personas.

Somos **libres** cuando aprendemos a ser **libres**.

Somos **libres**, no necesitamos aprender a ser **libres**.

◆ ¿Qué personas han luchado por la libertad en el mundo?

◆ ¿Qué personas han luchado por la libertad en México?

◆ ¿Crees que hay enemigos de la libertad?, ¿quiénes?

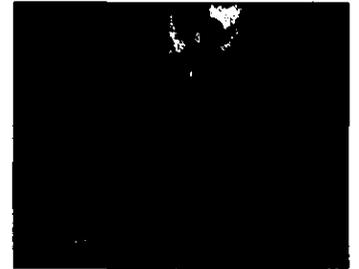
◆ ¿Cuándo has deseado tener más libertad?

◆ ¿En qué ocasiones te sientes libre?

◆ ¿Qué ganas siendo libre?

◆ ¿Qué gana una sociedad si es libre?

◆ ¿En qué situaciones te parece que se deba privar de la libertad a una persona?



La libertad guiando al pueblo.
E. Delacroix

¿SABÍAS que...?

Los filósofos aún no terminan de ponerse de acuerdo sobre la definición de libertad. He aquí algunas definiciones y frases de filósofos y pensadores sobre el asunto.

"La libertad consiste en poder hacer todo aquello que no moleste a los demás" (Declaración de los derechos del hombre de 1879, art. IV)

"La libertad consiste en que seamos capaces de actuar o de no actuar, a consecuencia de nuestra elección". (John Locke. Ensayo sobre el entendimiento humano II, 21)

"La libertad es la facultad de no obedecer a otras leyes externas excepto a aquellas a las cuales puedo dar mi consentimiento" (Emmanuel Kant. La paz perpetua, II)

"La libertad no es una filosofía y ni siquiera es una idea: es un movimiento de la conciencia que nos lleva, en ciertos momentos, a pronunciar dos monosílabos: Sí o No." (Octavio Paz. La otra voz.)



No siempre es fácil llegar a un acuerdo

Ahora reúnete en equipos de cinco o seis compañeros y trata de ponerte de acuerdo en las respuestas dadas. ¿Sobre cuáles de ellas les cuesta más llegar a un acuerdo?

El equipo tendrá un secretario que escribirá las respuestas y un representante que las leerá. Después, el representante de cada equipo expondrá las conclusiones a las que han llegado. Entre todo el grupo traten de llegar a una definición de libertad.



Seres que han luchado por la libertad

Investiga sobre la vida de alguien que haya luchado por la libertad.

- ◊ ¿Qué crees que entendía por libertad esa persona?
- ◊ ¿Cómo lo llevaba a la práctica?
- ◊ ¿Cómo combinaba la libertad con la responsabilidad?

Miguel Hidalgo y Costilla
Detalle del mural de
José Clemente Orozco
en el Hospicio Cabañas, Guadalajara Jalisco.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

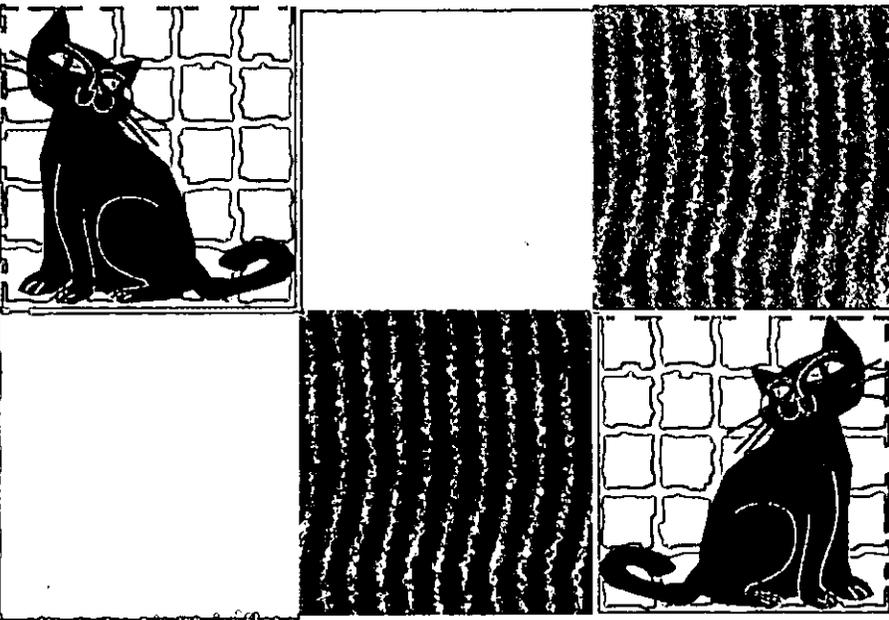
En esta lección aprendimos...

- Las diferentes secciones de cada lección y los tipos de ejercicios que llevaremos a cabo en este curso.
- La estructura de las lecciones.
- Dificultades para llegar a la definición de algunos valores.

Habilidades que desarrollamos...

- Principios para el trabajo en equipo.

BLOQUE II



naturaleza humana

- UN SER LIBRE CAPAZ DE DECIDIR
- UN SER SOCIAL
- UN SER HISTÓRICO
- UN SER CON POTENCIAL CREATIVO
- UN SER POLÍTICO
- UN SER QUE SE COMUNICA
- UN SER VIVO EN UN SISTEMA ECOLÓGICO
- UN SER SEXUADO
- UN SER INDIVIDUAL EN UNA COMUNIDAD
- UN CIUDADANO EN UN PAÍS

un ser libre capaz de decidir

TEMA I

1

UN SER LIBRE
CAPAZ DE DECIDIR

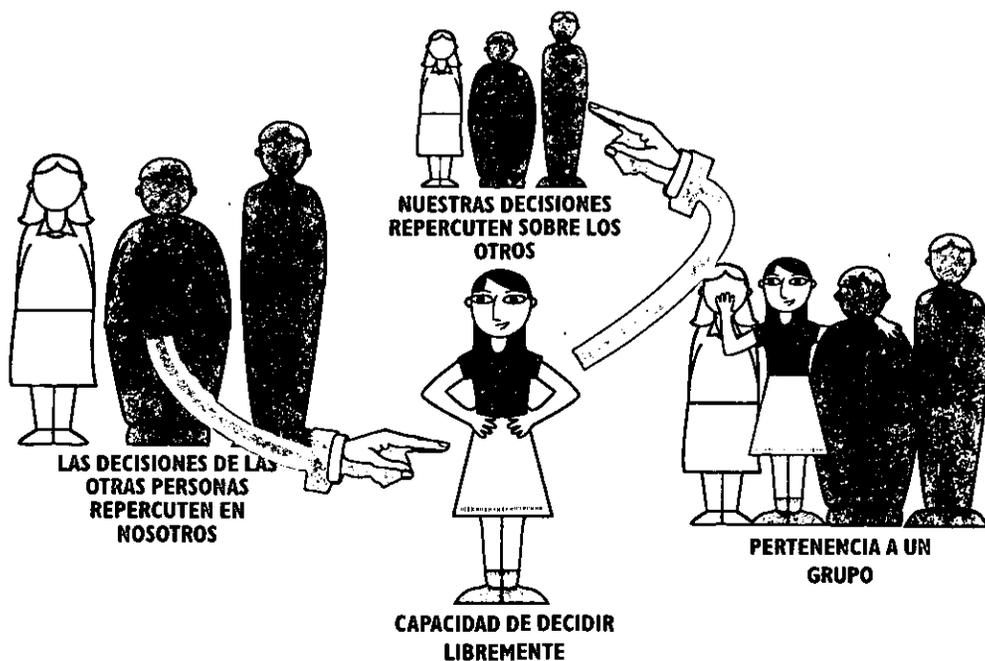
• UN SER LIBRE CAPAZ DE DECIDIR



Decidir es actuar

A lo largo del bloque que ahora comenzamos, veremos la importancia de aquellas cualidades que se conjugan para hacer de cada individuo un ser capaz de desarrollar habilidades que mejoren su desarrollo y el de su comunidad. Revisaremos, así, diez capacidades que forman parte esencial de nuestra naturaleza humana.

Todas se integran en el momento en que **nuestros actos comienzan a ser parte de una cadena de acciones**. Es decir, en el momento en que sumamos a nuestra capacidad



para decidir libremente, nuestra pertenencia a un grupo mayor, en el que nuestras decisiones repercuten sobre otras personas tanto como las de las otras personas repercuten sobre las nuestras.

El inicio de este bloque resalta estos dos ámbitos fundamentales: Lo individual, expresado en la libertad que ejercemos al elegir nuestros actos, y lo social, planteado

como ese espacio en el que aprendemos a ejercer nuestra libertad y en el cual además encontramos la oportunidad de cambiar para ser mejores y de que otras personas nos acompañen en este afán.

Los siguientes temas insistirán sobre este binomio: Lo individual como parte integrante de lo social, un ser histórico, un ser con potencial creativo, un ser político, un ser que se comunica, un ser vivo en un sistema ecológico, un ser sexuado, un ser individual en una comunidad y, finalmente, un ciudadano de un país. Al terminar el bloque habremos reflexionado sobre la naturaleza humana y tendremos las bases para llevar a cabo el resto del curso desde esta perspectiva.

¿SABÍAS que...?

David Hume, uno de los más destacados pensadores de la época moderna, dice que el hombre tiene dos dimensiones: nació para actuar y busca a través de la acción ser virtuoso, y es un ser racional que busca en forma permanente perfeccionar su comportamiento.

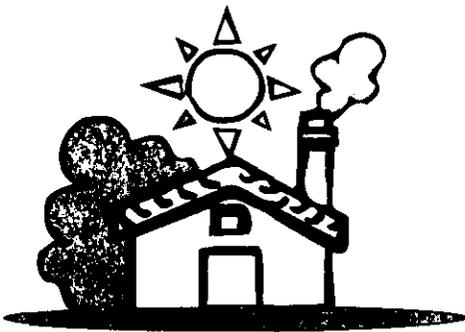
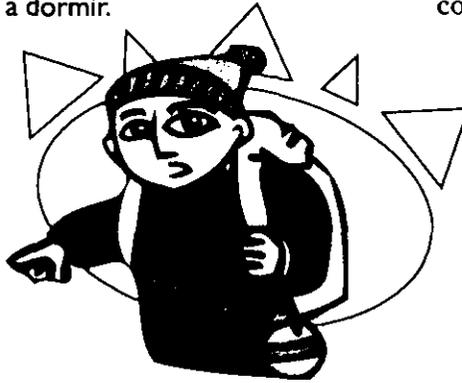
SE ME OCURRE...

¿Cuántas decisiones tomo al día?

Escribe en tu cuaderno cada una de las decisiones que tomas en un día cualquiera, desde que te levantas hasta que te vuelves a dormir.

Comienza desde la hora en que debes despertarte, pasando por cómo o por dónde te vas a la escuela y hasta si comes o no y qué.

- ◇ ¿Te habías dado cuenta de cuántas decisiones tomas diariamente?
- ◇ Reflexiona sobre cada una de ellas.



¿Y si...?

Lee con atención y vuelve a escribir completa la historia en tu cuaderno. Compártela con el resto del grupo.

Una mañana de frío invierno, camino a la escuela secundaria en la que estudia, (escribe tu nombre) _____ encontró un anciano que pedía limosna. A pesar de que _____ traía el dinero justo para comprarse algo de comer en el descanso y no le quedaba mucho tiempo para llegar a la primera clase, tomó la decisión de darle la mitad al mendigo. En ese momento, _____ escuchó un tremendo ruido y la calle se llenó de humo por un instante. Pasada la confusión, el viejo estaba convertido en un genio idéntico al que se encuentra Aladino. "¡Caray!", se dijo a sí mismo el joven en silencio y verdaderamente sorprendido de lo que sus ojos estaban viendo.

Glosario

Fundamentales:

Que sirven de base.

Afán:

Trabajo que por su importancia debe hacerse pronto y con mucho interés.

Binomio:

Expresión que se usa para hacer referencia a dos (bi) elementos o dos conjuntos.

—Por tu buena acción —le dijo el genio—, te concedo que pidas tres deseos que yo te los concederé. _____ se quedó pasmado. Hasta pensó que era una broma de sus amigos—. —¿Ocurre algo? —preguntó el genio.

—Este... este, no, estoy bien, sólo... que todo está muy raro.

—Déjate de cosas, decide lo que vas a pedir y asunto arreglado.

—¿Puedo decidir lo que sea... así, así, lo que sea?

—Sí.

—¿Espiritual, material, lo que sea? —volvió a preguntar _____ ya más convencido de la existencia del genio.

—Ajá.

—Bueno, he decidido pedir:

—Muy bien — dijo el genio, sin dar ninguna señal de aprobación o disgusto respecto a lo que _____ había decidido—. Sólo hay una cosa que ahora yo te voy a pedir.

—Tú dirás.

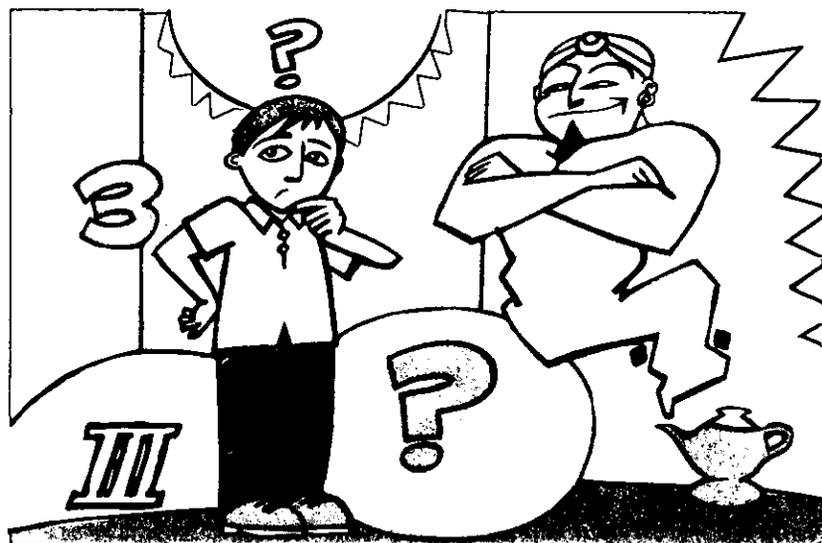
—Escribe en un papel las tres cosas a las que te comprometes por cada una de las que me has solicitado.

Rápidamente _____ obedeció. Sacó un cuaderno y se alistó: trazó tres columnas para escribir en cada una lo que el genio le pedía.

Decisión 1
Me comprometo a:

Decisión 2
Me comprometo a:

Decisión 3
Me comprometo a:



Acto seguido, analizando aquello a lo que _____ estaba dispuesto a comprometerse, el genio decidió _____. Ante tal situación el muchacho optó por _____.

Responde en tu cuaderno:

- ¿Cómo elegiste los tres deseos?
- ¿Qué sentiste cuando el genio te pidió cosas a cambio de tus deseos?
- ¿El precio que debes pagar por ellos, el compromiso, es equivalente a lo que deseas?
- ¿Estás dispuesto o dispuesta a pagar el costo de tus decisiones?

Lee con atención:

Aunque a veces la vida parezca cuestión de suerte, lo cierto es que **gran parte de lo que nos sucede depende de las decisiones que tomamos**. A lo largo de nuestra vida tomamos cientos, miles de decisiones de todo tipo. Desde las que son en apariencia más simples, cotidianas y probablemente intrascendentes, hasta aquellas de las que suponemos que depende nuestro futuro y que por lo tanto llamamos definitorias, de mayor peso o trascendentes.

COMPARO



Lo cotidiano y lo trascendente

Piensa en tres decisiones simples de tu vida diaria (cotidianas) y tres decisiones que son muy importantes y determinantes para tu vida (trascendentes). Escríbelas en tu cuaderno en dos columnas.

Cotidianas	Trascendentes
------------	---------------

Decidir, actuar y acertar

Nuestras acciones son el resultado de nuestras decisiones. Como también las acciones tienen consecuencias, en ocasiones esperadas, en otras no; ellas determinarán la dirección de nuestras próximas resoluciones.

Aún cuando pensamos que no actuamos, por ejemplo al optar por quedarnos en la cama todo el día "sin hacer nada", la inactividad es una decisión. No hay forma, pues, de evitarlo: estamos obligados a decidir.

Las decisiones en que se supone que no hacemos "nada", las denominaremos pasivas; mientras que aquellas decisiones que nos llevan a intervenir directamente en algo, las llamaremos activas. De una manera o de otra, en cualquiera de los casos estaremos decidiendo y, por ende, seremos responsables de lo que sucederá más adelante.

¿Podríamos afirmar que una persona pasiva es aquella que decide "no decidir"? Algo hay de eso. La pasividad no es escaparse de la decisión, sino dejarla en otras manos. "Que otros decidan por mí. Así, si las cosas no salen bien, tendré a quién echarle la culpa", solemos decir, una vez por comodidad, otras por el temor real de la responsabilidad que implica tomar nuestras propias decisiones.

Decidir por sí mismo le da a cada individuo la posibilidad de equivocarse, pero también de acertar. Si podemos decidir es porque podemos elegir, es decir, tomar uno de varios caminos. **Decidir es el acto máximo de la libertad.** Somos seres libres capaces de decidir, y cada vez que lo hacemos, reafirmamos esta cualidad humana, la de construir nuestro propio destino.

¿Cómo decidir cada vez la mejor opción? ¿Cómo distinguir entre un camino y otro? Lo primero es tener, además del valor, la calma, la serenidad para ver "más allá de nuestras narices", para prever las consecuencias de nuestras decisiones.

Cuando decimos cosas como: "Nadie sabe lo que a mí me pasa", "es mi vida y sólo

Glosario

Definitorias:

Que sirven para decidir sobre una situación o para diferenciar con mayor precisión.

Acertar:

Dar una respuesta correcta.



Escuchar distintas opiniones puede ayudar a tomar decisiones.

¿SABÍAS QUE...?

En una de las obras más famosas de la literatura hispana se habla de la libertad.

“La libertad, Sancho, es uno de los más preciosos dones que a los hombres dieron los cielos; con ella no pueden igualarse los tesoros que encierra la tierra, ni el mar encubre. Por la libertad, así como por la honra, se puede y debe aventurar la vida. Y, por el contrario, el cautiverio es el mayor mal que puede venir a los hombres”.

Don Quijote de la Mancha
Miguel de Cervantes
Saavedra. Cap. LVIII

yo decido”, “nadie sabe por lo que yo estoy pasando”, “no hay que escuchar a los mayores porque ellos nada más quieren imponer su **criterio**”, no estamos correspondiendo al don de ser libres para decidir. Lo que estamos siendo es personas necias y soberbias.

Prever, valorar, escuchar opiniones, medir consecuencias, buscar alternativas, no “casarse” con una sola idea, ser capaces de reconocer los errores y enmendar, nos ayuda a hacer día a día que nuestra capacidad de decisión sea nuestra mejor aliada.

Lo que quiero y lo que no quiero para mí, acompañado de lo que quiero y no quiero para los otros, palpitan en el centro de cada una de nuestras decisiones.

Cada vez que decidamos a sabiendas de que con esa decisión nos comprometemos, estaremos siendo más libres y sintiéndonos más seguros para enfrentar el futuro.

YO QUIERO, YO PUEDO



Una entrevista

Formen parejas. Una persona entrevistará a la otra haciéndole las siguientes preguntas. Anoten sus respuestas en su cuaderno.

Entrevista:

- ¿Recuerdas tres decisiones que hayas tomado?
- ¿Podrías imaginar qué hubiera pasado si en lugar de decidir eso, hubieras tomado otro camino?
- ¿Podrías decirme tres decisiones a las que crees que vas enfrentarte en el futuro?
- ¿De acuerdo con tu respuesta, qué tendrás que hacer hoy para hacer posibles esas decisiones y cómo te imaginas sus consecuencias?

PARA LA CASA



Entrevisto a mi familia

Entrevista a tres miembros de tu familia respecto a tres decisiones que hayan sido importantes en su vida. Pregúntales también qué creen que hubiera pasado si esas tres decisiones las hubieran resuelto de modo distinto.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Constantemente tomamos decisiones.
- Algunas decisiones son cotidianas, otras trascendentes.
- Nuestras acciones son resultado de nuestras decisiones.
- Decidir es el acto máximo de libertad.

Conceptos:

- Decisiones activas
- Decisiones pasivas

Glosario

Criterio:

Opinión que tenemos sobre algo, la cual generalmente se basa en una norma o en un juicio.

Decidir y conocer



Lee con atención:

En la antigua Grecia muchos fenómenos solían ser explicados por un tipo especial de relato llamado mito. El mito es la fusión de hechos históricos lejanos con otros menos verídicos. El mito cumplía con la doble función de explicar el origen de su pueblo y fue una manera bastante efectiva, de sobrellevar los problemas de la vida cotidiana.

El mundo de los mitos griegos es muy vasto. A través de sus historias sabemos cuál fue su idea del mundo; los dioses eran vulnerables y a veces actuaban como los hombres y las mujeres. De muchos de los héroes y leyendas de la mitología griega se sigue hablando hasta nuestros días. Tal es el caso del mito de Prometeo.

Prometeo es un personaje legendario. Es hijo de uno de los dioses más antiguos, Yapeto, y de Climene. Tiene por hermanos a Epimeteo y a Atlas, aquel que fue condenado a sostener sobre sus espaldas el mundo. Según el mito, Prometeo participó desde que los dioses griegos peleaban por establecer quién sería el dios supremo. Cuando Zeus se rebela contra su padre, llamado Cronos, Prometeo lucha a su lado. Al cabo de la batalla, una vez que Zeus es el nuevo soberano entre los dioses, Prometeo gana su confianza. El dios supremo le toma afecto y tiene para él muchas muestras de consideración.

Así, por ejemplo, Zeus permite que Prometeo presencie el nacimiento de Atenea, la segunda diosa en importancia luego de Hera —la esposa de Zeus—, y protectora de los habitantes de la ciudad de Atenas. Pero en lo que en verdad Zeus distinguió a Prometeo fue en enseñarle el manejo de todas las artes y oficios.

De la mano de Zeus, Prometeo, aprendió astronomía, matemáticas, arquitectura, metalurgia, navegación, y en general, conoció todo aquello que hace mejor la vida del hombre porque le permite conocer y entender el mundo.

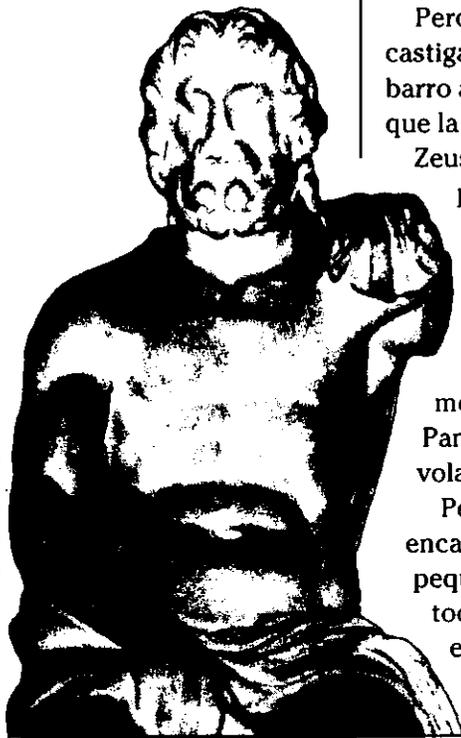
En aquel tiempo, de acuerdo con el mito, el hombre se hallaba en una situación casi animal. Desconocía prácticamente todo, desde el lenguaje hasta la fabricación de herramientas, e incluso el uso del fuego. Bondadoso, Prometeo bajó su vista hacia el mundo humano y decidió transmitir a los hombres lo que él había aprendido.

Los mortales se enteraron entonces de que había algo que se llamaba **conocer, aprender, comprender**. Gracias a ese acto, los seres humanos se pusieron en contacto por primera vez con el conocimiento y la vida del mundo cambió para siempre.



Uno de los mitos griegos es el de Atlas, quien era capaz de sostener el mundo en sus espaldas.

Estatua de Zeus.



Mientras tanto, en el Olimpo, el lugar en el que habitaban los dioses, Zeus, al enterarse de que los mortales habían descubierto el conocimiento, enfurece y decide acabar con la humanidad. Prometeo se interpone. Enojado, el dios mayor determina castigar a los hombres privándolos del uso del fuego, y dice a Prometeo: "No hay fuego para ellos".

Prometeo se alejó de Zeus y fue a buscar a la diosa Atenea para pedirle ayuda: "Necesito subir al Olimpo y de ahí al sol", le suplicó. La diosa auxilió en lo que pudo a Prometeo, y éste logró encender un pequeño trozo de madera en el sol. Con ese pedazo encendido prendió una antorcha que fue a guardar al hueco de un enorme árbol. Ahí, apagó la antorcha, tomó sólo una vara y descendió a toda prisa al mundo. Al llegar, entregó a los mortales el fuego.

Pero Zeus no iba a quedarse con los brazos cruzados. Rápido urdió un plan para castigar al desafiante Prometeo. Mandó a Efesto, dios del fuego, hacer una mujer de barro a la que se le "soplara vida por los cuatro costados", y a las diosas del Olimpo que la adornaran y la hicieran parecer la mujer más hermosa. La llamaron Pandora.

Zeus mandó a Pandora como regalo al hermano de Prometeo, Epimeteo; pero éste, prevenido por su hermano, se negó a recibir el supuesto obsequio.

Al fallar este plan, Zeus mandó apresar a Prometeo. Lo encadenó a una enorme roca y dispuso que un buitre le comiera sin cesar las entrañas. Cada noche el hígado de Prometeo, que era la parte más lastimada, se renovaba, con lo que el castigo se prolongaba sin límite.

Pasado un tiempo, cuando Epimeteo vio que su hermano no aparecía, comenzó a sospechar lo que estaba pasando. Decidió, entonces, casarse con Pandora. Mas ella resultó vanidosa, egoísta y sólo estaba interesada en cosas frívolas, es decir, cosas sin importancia, superfluas.

Pero sería ella, Pandora, quien cerraría esta historia. Resulta que antes de quedar encadenado por orden de Zeus, Prometeo había entregado a su hermano una pequeña caja que pidió le guardara sin abrirla jamás. La caja contenía, encerrados, todos los males humanos: enfermedades, envidias, iras, guerras, locuras, vicios, etcétera. Pandora decidió abrir la caja y todos esos males se esparcieron por el mundo.

Glosario

Urdió:

Preparó un plan o una estrategia de manera detallada y cuidadosa.

Desafiante:

Provocador, que reta a otro; que busca competir.

Entrañas:

Cada uno de los órganos que tienen los seres vivos dentro de su pecho y abdomen.

Renovaba:

Volver a ser nuevo, dar nueva fuerza o intensidad a algo.

INVESTIGO



Las decisiones de los dioses

Formen equipos de cuatro o cinco estudiantes. Establezcan cómo participan los personajes principales que aparecen en el mito. Copien la siguiente tabla en sus cuadernos. En la columna derecha identifiquen al personaje y sus decisiones, en la izquierda escriban qué consecuencias tuvieron éstas. Finalmente, traten de establecer qué motiva la decisión de cada personaje en el mito.

	Decisiones	Consecuencias	Motivación
Zeus:			
Prometeo:			
Atenea:			
Epimeteo:			
Pandora:			

Pone además en relieve su capacidad para decidir dar a los humanos las herramientas para alcanzar su libertad: 1) el conocimiento y 2) la palabra como representación de nuestra capacidad para razonar y comunicarnos afecto. Prometeo es libre, pero sabe que el hecho de que él lo sea no es suficiente. Decide entonces ofrecer a los otros aquello que él ya tenía.

SE ME OCURRE...



Los momentos clave

Divídanse en grupos de tres o cuatro personas. Dibujen en forma de historieta los principales hechos de esta historia. Resalten los momentos de las decisiones y las consecuencias que tuvieron. En el recuadro final ilustren cuál es la enseñanza principal de este mito. Comenten las principales decisiones que ilustraron y discutan qué fue lo que motivó a cada uno de los personajes a tomar las decisiones que tomaron.

REFLEXIONO



Lo que yo haría

Si tuvieras un poder o un conocimiento y tuvieras la posibilidad de entregarlo o no a los demás seres humanos, ¿qué harías? Escribe en tu cuaderno los elementos que tendrías en cuenta para tomar tu decisión y cuáles crees que serían los resultados y consecuencias de tu decisión. Discute tus respuestas con el resto del grupo.

COMPARO



¿A qué se parece?

Escribe en tu cuaderno:

- ◆ ¿Cómo sería una versión moderna de Prometeo?
- ◆ ¿Conoces alguna situación que pudiera compararse?

PARA LA CASA

El nuevo juicio a Prometeo

Antes de salir de clase asignen a cada equipo formado para el ejercicio anterior un papel en "El nuevo juicio a Prometeo". Además de los personajes principales (enlistados) nombren un equipo que hará de juez, un fiscal (el abogado acusador) y un jurado. En "El nuevo juicio a Prometeo" revisen el caso permitiendo a cada involucrado explicar sus decisiones. Cada equipo prepare sus argumentos para el "juicio". Expongan sus argumentos a la próxima clase.

¿SABÍAS que...?

Las culturas antiguas no se preocupaban por la veracidad de sus relatos, sino porque éstos sirvieran de explicación para la sociedad en su conjunto.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La importancia de considerar una serie de elementos antes de tomar una decisión.

- Existe una cercana relación entre las decisiones, sus consecuencias y las motivaciones para tomarlas.

Concepto:

- Mito

Glosario

Arrogantes:

Orgullosos, que se creen muy superiores y menosprecian a los demás.

Soberbias:

Personas que no valoran a los demás, pues consideran que sólo ellas son, pueden tener lo necesario o la verdad.

Una libertad siempre a prueba



Empecemos esta unidad con un ejercicio en el que seguiremos hablando de la capacidad de los seres humanos para decidir y de las ventajas de hacerlo con responsabilidad.

¿Y sí...?



La decisión de los dioses

El grupo había quedado dividido para desarrollar el juicio. El proceso girará en torno a si Prometeo era libre para decidir o no, y si con su acto les dio a los mortales esa posibilidad, la de decidir en libertad. Anota en tu cuaderno las conclusiones del juicio.

Lee con atención:

Simbólicamente, tal vez lo que los griegos querían decir con el mito de Prometeo era que a los humanos nos fue dado "el conocimiento" y que es el saber lo que nos hace libres al decidir.

De acuerdo con la situación que nos plantea la historia prometeica, podríamos preguntarnos: ¿Eran libres los hombres antes de que Prometeo les enseñara el aprendizaje de las artes y oficios y les diera este fuego que representa aprender de la experiencia? No, no lo eran.

Es cierto que tenían la entera libertad de moverse por muchos sitios y hacer muchas cosas. **Pero no eran conscientes de esto, su vida simplemente transcurría.** No eran individuos en el sentido de que podían asumir sus decisiones. Podríamos casi decir

que más bien son las cosas, la naturaleza, los instintos, los accidentes, el azar, los que los tomaban a ellos.

La capacidad para decidir está asociada a nuestra condición de individuos libres. Pero **sólo es libre**, diríamos: sólo es enteramente humano, aquel que **entre varias opciones razona y siente, piensa e intuye, cuál de ellas le conviene más.** Hablamos entonces de una conveniencia que tiene que ver con la memoria de otras decisiones (es decir de la **experiencia**), de cada persona, así como de las que aprendemos a través de la enseñanza de otras personas.

La ignorancia es la peor enemiga de la libertad. Mientras menos conocemos, menos opciones se nos abren para re-

solver una situación. Mientras menos comprendemos, menor es nuestra posibilidad de decidir en el sentido apropiado. Es esta misma ignorancia, el saber que no sabemos, lo que nos hace personas arrogantes, soberbias y necias.

Escuchar la experiencia de otras personas y tener en cuenta otros intereses a la hora de tomar una decisión no hace que esa persona sea menos libre. ¡Al contrario!



Somos más libres cuando podemos valorar la opinión de los demás.

es más persona, pues está en plena conquista de ese ser individual, ese ser pensante y sensible capaz de equilibrar sus necesidades personales con las de la gente que la rodea.

Por eso, ese ensanchamiento de la franja de libertad para decidir tiene una palabra "mancuerna": responsabilidad. Claro que algunas veces tendremos que posponer algo que de verdad deseábamos alcanzar o hacer, claro que a veces tenemos que conformarnos con una opción que no es exactamente la que queríamos; pero la recompensa está ahí: a la larga, ganamos más de lo que creíamos haber perdido: hemos aprendido, hemos crecido.

¿A qué te sueña?

¿Te parece que estos juicios tienen actualidad? ¿Cómo vincularías estas afirmaciones con la libertad y la responsabilidad?, ¿Te parece que nuestra libertad puede contribuir a agrandar o a resolver estos problemas? Escribe en tu cuaderno las respuestas.

SE ME OCURRE...



Decido y luego pienso...

Trata de recordar alguna situación en una película, una telenovela o una historia de tu comunidad, en la que una decisión precipitada o irresponsable haya tenido como consecuencia la disminución de esa misma libertad para decidir.

Ser individuos libres, capaces de decidir, es una condición que está en nuestras manos acrecentar o reducir. Aquel que piensa que la libertad excluye todo condicionamiento social, toda norma u obediencia, estará caminando hacia el precipicio de su propia capacidad para decidir libremente. ¿Por qué? Pues, porque, más tarde o más temprano, las consecuencias de su decisión lo llevarán a que se vaya reduciendo su "poder" de decidir. ¿No es esa una buena definición de cárcel? Las consecuencias no previstas de una decisión se nos vienen encima como una losa que nos aplasta y no nos deja mover. Y si no podemos movernos ¿de qué ser libre, capaz de decidir, seguiríamos hablando?

Nuestros conocimientos son herramientas para decidir sobre las distintas opciones que se presenten. Somos seres libres que deciden porque al enfrentarnos a los actos de la vida podemos optar por aquellos que, a la larga, pensamos que nos serán de mayor provecho. Al elegir nos comprometemos con nuestra elección.

PARA LA CASA



Decisiones importantes para México

Investiga tres casos en que hombres o mujeres hayan tomado importantes decisiones para la historia de México. Escribe primero cuál fue la decisión tomada y sus consecuencias. Después, trata de imaginar qué hubiera pasado si la decisión hubiera sido diferente. Escríbelas en tu cuaderno.

¿SABÍAS que...?

El filósofo Alexis de Tocqueville, profundamente impresionado por los sucesos del siglo XVIII, escribió un libro que lo hizo de los más reconocidos pensadores de su tiempo: "La democracia en América". En ese libro pregunta: "¿Se han parecido todos los siglos al nuestro?, ¿el hombre ha tenido siempre ante los ojos, como en nuestros días, un mundo donde nada concuerda, donde la virtud carece de genio y el genio de honor, donde el amor al orden se confunde con el amor a los tiranos y el culto santo de la libertad con el desprecio hacia las leyes; donde la conciencia no arroja más que una dudosa claridad sobre las acciones humanas, donde nada parece ya prohibido, ni permitido, ni honrado, ni vergonzoso, ni verdadero, ni falso?" (A. de Tocqueville, *La democracia en América*)

Glosario

Mancuerna:
Pareja, que la acompaña.

Precipicio:
Ruina.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La ignorancia es la peor enemiga de la libertad.
- Hay una cercana relación entre libertad y responsabilidad, Dificilmente se puede dar una sin otra.
- Las decisiones y la libertad dependen de nuestra responsabilidad con nosotros y nuestra sociedad, no son independientes de ella.

Conceptos:

- Decisión
- Responsabilidad

	PASO	FLE	ONO	
<input type="radio"/>				<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	¿Qué perspectivas nos abre el ser capaces de decidir?			<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	¿De qué manera es diferente la vida para alguien que se da cuenta de que es libre de tomar decisiones y alguien que no?			<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	¿Por qué es importante tomar en cuenta las consecuencias de una decisión antes de tomarla?			<input type="radio"/>

1

UN SER SOCIAL

○ UN SER SOCIAL

No estamos solos



INVESTIGO

Con otros y otras...

Contesta en tu cuaderno el siguiente cuestionario:

- ◇ ¿Cuántos estudiantes hay en tu grupo?
- ◇ ¿Cuántos maestros trabajan en tu escuela?
- ◇ ¿Cuántas personas viven en tu casa?
- ◇ ¿Cuántas casas hay en tu cuadra?
- ◇ ¿Cuántos amigos tienes?
- ◇ ¿Cuántos habitantes tiene tu pueblo o ciudad?



Somos seres sociales. *Mujeres de Tehuantepec, Rufino Tamayo.*

¿Quién puede decir que estamos solos? A nuestro alrededor hay muchas otras personas, parecidas o distintas, mayores, menores, más altas, con sueños personales diferentes, con sentimientos e ideas diversas... todas reunidas bajo un mismo cielo: la sociedad. Sería difícil imaginar la vida sin la compañía de las otras personas.

¿SABÍAS que...?

Un pensador griego muy admirado dijo alguna vez:

“La razón de que el hombre sea un ser social, más que cualquier abeja y que cualquier animal gregario, es clara, pues la naturaleza, como decimos, no hace nada en vano. Sólo el hombre, entre los animales, posee la palabra. La voz es una indicación del dolor y del placer, por eso también la tienen los otros animales

(pues su naturaleza alcanza hasta tener sensación de dolor y placer e indicarse esas sensaciones unos a otros).

En cambio, la palabra existe para manifestar lo conveniente y lo dañino, así como lo justo y lo injusto y las demás valoraciones. La participación comunitaria forma la familia y la ciudad” (Tomado de: Aristóteles. *La política.*)

Glosario

Coexistir:

Existir simultáneamente con otra, al mismo tiempo.

Determinismo biológico:

Características con las que nacemos como seres humanos.

Pero, cualquiera puede afirmar que lo mismo sucede con los animales: ellos construyen panales, madrigueras, andan en manadas o parvadas gigantes. En cuanto a la organización, agregará otra voz, hay ciertas especies que resultan admirables por su capacidad para actuar en conjunto o para comunicarse entre sí. ¿Cuál es la diferencia entre los seres humanos y los animales?

¿A qué te suena?

Responde las siguientes preguntas en tu cuaderno después de leer la lección ¿Sabías que...?

- ◇ ¿A qué se refiere “posee la palabra”?
- ◇ ¿Cuál es la diferencia entre la voz y la palabra?
- ◇ ¿Cuál es la importancia de la participación comunitaria?

Lee con atención:

Ciertamente los animales son seres que se han dado cuenta de que no están solos. Se han dado cuenta, también, que algunos de sus actos tienen influencia sobre otros animales, ya sea de su misma especie o de una distinta. Asimismo, los animales han encontrado formas, a veces muy sofisticadas, de repartir colectivamente el trabajo y hacerlo así menos pesado.

En todo eso se parecen a los seres humanos, aunque quizá haya sido, en un principio, al revés: que nuestros ancestros muy lejanos hubieran aprendido de la observación de los animales sus primeras reglas de convivencia. Sea como fuere, lo cierto es que a pesar de las similitudes entre animales y seres humanos sigue habiendo una diferencia esencial en cuanto a vivir y **coexistir** con otros: **Los humanos somos los únicos seres que construyen sociedades.** Con toda intención usamos la palabra “construye” para decir lo que mujeres y hombres hemos hecho desde hace miles de años respecto a vivir rodeados de otros. Hay una determinación biológica, que nos empuja a reunirnos con otros y proponernos metas comunes. Pero hay algo que se sobrepone al mero **determinismo biológico**: la voluntad.

Los seres humanos somos los únicos capaces de plantearnos la posibilidad de cambiar, ya sea una circunstancia individual o una circunstancia colectiva. Nuestros actos, que se derivan de las decisiones que tomamos, son voluntarios e intencionales. Tenemos la capacidad de “mirar” en el tiempo: ver el pasado y prever el futuro. A lo primero, lo llamamos aprender de la experiencia; a lo segundo, actuar con responsabilidad. Pero además, los humanos nos agrupamos, trabajamos y vivimos en sociedad no sólo por “instinto de sobrevivencia” como los animales, sino para mejorar, ya sea en lo individual o en lo colectivo.



El ser humano construye sociedades para vivir.



Sin la palabra

En equipos de cuatro o cinco personas imaginen, discutan y escriban en su cuaderno cómo sería nuestra vida y cómo nos relacionaríamos unos con otros si, de acuerdo con lo que dice Aristóteles, los humanos no tuviéramos en la palabra la capacidad "para manifestar lo conveniente y lo dañino, así como lo justo y lo injusto".

YO QUIERO, YO PUEDO



Entrevista en la selva...

Una persona será el entrevistador y el otro el entrevistado. El entrevistado, que personifica a un animal con el cual se siente identificado, es convocado a un programa de radio para conocer su opinión sobre distintos aspectos de la vida en su ecosistema. Elaboren un cuestionario en torno a actitudes e ideas, por ejemplo: si les parece justo comerse a otros animales más débiles; si están de acuerdo en cómo se organiza la cadena alimenticia; si han pensado en la muerte; si entre las generaciones pasadas y la suya han ocurrido cambios de conducta importantes; si están dispuestos a participar en el mejoramiento de su entorno, si no pueden controlar sus instintos; si nunca se han puesto en el papel de otros animales, etcétera. Cuando terminen la entrevista, inviertan los papeles. Presenten su trabajo al resto del grupo.

PARA LA CASA



En tiempo de nuestros abuelos...

¿Cómo hubiera sido un día en tu vida y a tu edad pero en la sociedad en la que vivieron tus abuelos? Pregúntale a las personas mayores más cercanas a ti, ¿cómo eran las cosas cuando ellos eran niños?, ¿qué cosas sobre el mundo, la vida, la salud, la educación saben ellos, que sus padres y abuelos no sabían?, ¿qué objetos de la vida diaria, como herramientas y utensilios, usan ellos, que no existían en tiempos de sus padres y sus abuelos? Cuando hayas terminado describe un día en tu vida situándote en los años en que tus abuelos tenían la edad que ahora tú tienes. Un cambio más para imaginar: si eres hombre imagínate como mujer y viceversa.

¿Cómo te imaginas que era la sociedad en tiempos de tus abuelos?



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Los seres humanos somos los únicos capaces de plantearnos la posibilidad de cambiar.
- Podemos aprender de la experiencia y actuar con base en ella.
- La palabra nos hace diferentes de otras especies.

Concepto:

- Voluntad

LECCIÓN

Vivir es estar en sociedad

¿SABÍAS que...?

Los romanos utilizaban indistintamente, es decir, como sinónimos, las expresiones “dejó de estar entre los hombres” y “murió”, cuando se referían a un fallecimiento. Para ellos vivir era “estar entre los hombres”.

¡Y SI...?



“A quien pueda encontrar esta carta”

Te has quedado a solas en tu casa. De pronto, una mañana no había nadie, ni tus papás, ni tus hermanos ni hermanas, nadie. “¡Hurra!, piensas: la casa completita para mí”. Intentas prender el radio y no hay luz, el radio de pilas no sintoniza nada y, para colmo, cuando intentas asomarte a la ventana descubres que éstas y las puertas no abren. Han pasado los días, las semanas y no hay noticias sobre qué pudo haber pasado con tu familia, nadie ha venido a buscarte y tu situación y actividades han ido cambiando al paso del tiempo.

Ahora tienes la oportunidad de volver a comunicarte con el mundo... Escribe en tu cuaderno, a manera de carta, quién eras antes del incidente, cómo es tu vida ahora, qué haces con el tiempo libre, qué problemas se te han presentado, por ejemplo, de abasto de comida; cómo le has hecho con tu ropa, si extrañas a alguien, cómo son tus actividades cotidianas: ¿tiendes la cama?, ¿qué haces con la basura?, ¿hay algún cambio entre tu estado de ánimo inicial y el actual?

COMPARO



Ya somos dos...

Formen equipos de dos integrantes: un hombre y una mujer. Imagínense lo siguiente: siguen en la casa en la que se quedaron de pronto a solas (ejercicio anterior). Las circunstancias no han cambiado, excepto una: se encuentran con la sorpresa de que ahí estaba otra persona, descansada, en el sillón de la sala. Ni la misma persona sabe cómo llegó hasta ahí. Alternense para contar cómo cree cada uno que sería si una persona encontrara a otra persona en esa casa solitaria: ¿qué cambios habría?, ¿de qué manera

resolverían las tareas diarias, los conflictos? Luego escriban ambas versiones como si fueran la persona que encuentra a la otra persona y como si fueran la persona encontrada.

REFLEXIONO



Analizando...

Escribe en tu cuaderno tres ejemplos de:

Ventajas de estar a solas:

Desventajas de estar a solas:

Ventajas de vivir con otras personas:

Desventajas de vivir con otras personas:

Glosario

Participes:

Que participan.

Retribución:

Dar algo a cambio.

Imprescindible:

Muy necesario, indispensable.

A veces nuestros deseos de que “todos desaparezcan de nuestras vidas” está relacionado con el malestar que produce el sentir que la sociedad nos obliga a hacer cosas que no siempre deseamos. Es cierto que en esa “isla” que imaginamos, soñamos con sentirnos “totalmente libres de ataduras”. Pero este gusto, sin duda, después de un tiempo se tornará en una soledad desesperante. **En la sociedad reconocemos a los semejantes y sentimos que nos reconocen como seres humanos.** En sociedad, además, nos sabemos actores participes de lo que ahí sucede.

Vivir en sociedad nos da y nos quita. Por un lado nos ofrece cobijo, apoyo, progreso, información, etcétera; y nuestra manera de retribuirle será cumpliendo con ciertas obligaciones y limitaciones, que no siempre nos gustan. Las reglas son el marco necesario e imprescindible para que todos podamos ser y actuar como seres sociales. De ahí que debamos ver a la sociedad como una obra común en la que estamos comprometidos.

PARA LA CASA

Voy a otro planeta

Imagina que te vas a otro planeta en el cual no hay vida humana. Estás ahí dos meses, tienes suficiente alimento y ropa adecuada. Al término de los dos meses regresas a casa. Escribe un diálogo con una entrevistadora de un periódico acerca de esta experiencia. Incluye las preguntas que te hará.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La importancia de vivir en sociedad.
- A través de la vida en sociedad obtenemos reconocimientos y participamos en ella.
- La vida en sociedad implica obligaciones y limitaciones que no siempre son de nuestro agrado.

Concepto:

- Soledad

Ser parte de una gran tarea



Lee con atención:

Restauración del género humano destruido

“Y a los dioses se congregan y dicen unos a otros:

—¿Quién ha de habitar allá? ¡Los cielos se han estacionado: el señor de la tierra (Taltecuhtli) inmóvil está!

Se pusieron afligidos la diosa de falda de estrellas (Citlalicue) y el dios de la luz solar reluciente (Citlaltónac); el que manda en las costas (Apantecuhtli), el que sale en lugar de otros (Tepanquisqui), el que da consistencia al mundo (Tlalamanqui), el que mueve la azada de

labranza (Huictolinqui), el dios de plumas preciosas (Quetzalcóatl), y aquel de quien somos esclavos (Titlacahuan).

Pero ya va Quetzalcóatl donde reina el dios de la muerte.

Cuando llega ante el señor de los muertos y la señora de los muertos, les dice:

—¡He venido yo! ¡Tú guardas preciosos huesos! Vine a tomarlos.

Y dijo el rey de la región de los muertos:

—¿Qué vas a hacer con ellos Quetzalcóatl?

—Dolientes están los dioses, porque dicen: ¿Quién ha de habitar en la tierra?

Y Mictlantecuhtli dice:

—¡Bien está! Tañe primero mi caracol y da cuatro vueltas en torno de mi solio circular hecho de esmeraldas.

Pero el caracol no tenía perforación para asirlo. Llama luego Quetzalcóatl a los gusanos: al punto lo perforaron. Entraron allí al instante las abejas y los avispones. Y se ponen a tañer todos soplando en el caracol.

Oyó el rey de la región de los muertos el caracol que tañía y dijo a Quetzalcóatl:

—Bien está: toma los huesos.

Subió en alto Quetzalcóatl y tomó preciosos huesos: en una parte están colocados huesos de varón; en otra parte, huesos de mujer. Los toma rápidamente y hace un fardo con ellos y luego ya va cargándolos.

Los llevó a Tamoachan (tierra de la vida naciente), y cuando allá hubo llegado, la que fomenta las plantas (Quilaztli), que es la misma Cihuacóatl, los remolió y los puso en rico lebrillo y sobre ellos Quetzalcóatl se sangró el miembro viril, tras el baño en agua caliente que la diosa les había dado.

Y todos aquellos dioses que arriba se mencionaron hicieron igual forma de autosacrificio: el dios de las riberas del mar, el que mueve la azada de labranza, el que sale en lugar de otros, el que da consistencia al mundo, el que baja la cabeza (Tzontémoc), y en sexto lugar, el mismo Quetzalcóatl.

Dijeron entonces los dioses:

—¡Dioses nacieron: son los hombres!

(Tomado de Garibay K, Ángel Ma. *La literatura de los aztecas*. México: Promexa editores, 1979. p. 113-114.)

Glosario

Azada:

Instrumento que se usa en agricultura, con una lámina de hierro gruesa, cuadrada, con un extremo filoso y el opuesto con una argolla donde se introduce el mango, usualmente de madera.

Dolientes:

Tristes, desconsolados, enfermos.

Tañe:

Tocar un instrumento musical o elementos sonoros.

Solio:

Silla real, trono.

Asirlo:

Agarrarlo, prenderlo, tomarlo.



Los huesos de todos...

Formen equipos de cuatro o cinco integrantes, discutan y propongan una respuesta a la siguiente pregunta: ¿De acuerdo con la lectura, cómo deberemos interpretar la idea de que el origen humano es producto de la mezcla del polvo de los huesos de todos los hombres y mujeres que los antecedieron? ¿Por qué creen que se trata de mostrar al ser humano como un ser social? Presenten sus conclusiones al resto del grupo.

¿Por qué los pueblos de todas las épocas y de todos los lugares habrán transmitido sus mitos sobre el origen? ¿Por qué no se conformaron con verse en la tierra y disfrutar del paisaje, los animales, los frutos que tenían por delante? ¿No hubiera sido mucho más fácil no "ir más allá?"

Los humanos somos los únicos seres sobre el planeta que nos complicamos por voluntad. ¿Por capricho? No, por tratar de saber, de conocer, de explicarnos las cosas, de ser mejores, de vivir en mejores condiciones, y, finalmente, de **dejar el mundo mejor de como lo encontramos.**



Ese propósito lo anima todo. Inventamos, escribimos, narramos historias, creamos objetos, perfeccionamos maneras de convivencia, discutimos, estudiamos el pasado, transformamos el presente, soñamos... Vivimos unos con otros para aliviar nuestra soledad, pero además, nos asociamos, **formamos una sociedad no sólo para acompañarnos sino también para construir un futuro.**

Dicho en otras palabras, el vivir en sociedad hace menos pesada la tarea que significaría para un individuo aislado y completamente solo pensar e imaginar. En cambio, cuando el individuo pasa a formar parte de un conjunto mayor, siente que se **agranda**; sobre todo, que se incrementan sus posibilidades de dejar algo gracias a lo cual será recordado cuando ya no esté en este mundo.

Ese **sentimiento de pertenecer** nos dice quiénes somos, de dónde venimos, a dónde vamos. Nos dice que somos algo en alguna parte, nos dice que en algún tiempo adelante, cuando ya no estemos físicamente, nos recordarán como una sociedad.

Constituimos sociedades, llegamos a acuerdos con hombres y mujeres de nuestro tiempo y nos mostramos dispuestos a posponer deseos o a ceder parte de nuestra libertad individual a cambio de un estado de libertad colectiva que nos incluya. Bajo esa sombra nos sentimos representantes, difusores, defensores de las costumbres, idioma, historia, tradiciones, que identifican a la sociedad a la que pertenecemos, la cual nos permite no sentirnos en la soledad más absoluta.

Cuando nacemos lo hacemos en medio de otros seres semejantes, vivimos rodeados de humanos que se organizan para conseguir fines en común. En ese grupo social que nos recibe somos también formados en el **discernimiento** de lo correcto y lo incorrecto.

Los seres humanos formamos una sociedad para construir nuestro futuro.

*"Fuente del salto del agua".
Grabado de Casimiro Castro, 1874.*

Glosario

Discernimiento:

Capacidad de distinguir entre una u otra cosa, señalando las diferencias entre ellas.

En sociedad, además, aprendemos algo de la información que se ha ido almacenando y transmitiendo de generación en generación. Esto nos permite saber que somos algo más que cuerpos con tejidos y tendones. Nuestra naturaleza no es negar lo natural, sino aprender a “moldearlo”, en ese ambiente que, como seres humanos, nos es tan propio: la sociedad.

SE ME OCURRE...



¿Cómo será?

Imagina, dibújate y escribe en tu cuaderno, qué clase de responsabilidades y derechos tendrás dentro de 25 años. Si ahora tu papel social en la familia, por ejemplo, es de hijo o hija, o en la escuela de alumno o alumna, ¿cuál te imaginas que será en esos años?

Cedemos nuestra libertad individual absoluta para formar parte de la sociedad.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Vivir en sociedad facilita muchos aspectos de la vida, nos ayuda a construir un futuro.
- Gracias a que vivimos en sociedad podemos ser recordados al morir.

Conceptos:

- Ser social
- Sociedad

Habilidades que desarrollamos...

- Valorar la importancia de vivir en sociedad.
- Al vivir en sociedad aprendemos de las experiencias de otras generaciones.

PARA LA CASA

Una sociedad de antes

Organicen equipos de trabajo. Elijan una sociedad de hace más de 50 años. Investiguen cómo vivían, cuáles eran sus principales ideas sobre el mundo, qué lugar ocupaban los hombres y las mujeres en ella, qué comían, cómo se vestían, su forma de organización política, etcétera. Busquen ilustraciones y con toda la información elaboren un periódico mural. Cada equipo realizará un recorrido por todos los salones de la escuela para explicar a los compañeros de otros grupos y grados que ustedes vienen de esa sociedad y quieren difundir sus ideas (si además pueden habilitar algunas ropas como disfraces o hacer máscaras u otros objetos, ¡mejor!).

PASO

FLETONO



- ¿Por qué es difícil imaginar la vida sin otras personas? Ejemplifica.
- ¿Cómo describirías a un ser social?
- ¿Qué es voluntad?
- ¿Qué implica para ti ser un ser social en tu desarrollo personal y en tu desarrollo de relaciones con otras personas?



1

UN SER HISTÓRICO

○ UN SER HISTÓRICO



Todas las personas
formamos parte de la historia



Los pequeños hechos de cada época forman la historia de un país.

Lee con atención:

Todos los seres humanos somos parte de la historia. **Vivir es hacer historia y ser parte de ella.** Estamos habituados a pensar en los hechos históricos como grandes acontecimientos que cambian el rumbo de una nación, un continente, una cultura, etcétera. Sin duda, sería imposible estudiar todo absolutamente todo lo que ocurrió en una época y fue determinante para que ésta cambiara. Pero lo cierto es que esos “grandes sucesos” de la historia no hubieran trascendido de la misma forma, si todo un conjunto de “pequeños hechos” no se hubieran ido acumulando en un periodo prolongado de tiempo.



Nuestro mundo y nuestra historia

Formen equipos de dos miembros. Si eres hombre, elige a una compañera; si eres mujer, elige a un compañero. Nárrense uno a la otra y viceversa, de manera alternada y sin interrumpirse para hacer preguntas, una anécdota que sea importante para su vida. Después escribe en primera persona (yo) lo que tu pareja te ha contado, tratando de transmitir las mismas emociones que percibiste en su relato. Agrégale detalles respecto de cómo es el lugar en el que ocurre la anécdota, sus calles, cómo se visten las personas, qué estaba pasando en el país y en el mundo en ese momento, cómo eran los objetos (relojes, coches, etcétera), qué programas de televisión estaban pasando, quién era el presidente de México, y todos los elementos que se te ocurran para fijar con claridad el tiempo en el que ocurrió la anécdota contada. Cuando termines de escribir, entrégale a tu pareja tu texto y recibe el suyo; intercambien sus impresiones después de leerlos.

¿SABÍAS que...?

Allá por los años cuarenta, después de la gran sacudida que significó la Segunda Guerra Mundial, un grupo de historiadores franceses se dieron a la tarea de replantear el estudio de la historia, no ya desde los grandes acontecimientos y personajes, sino partiendo de hechos "menores", actos cotidianos y "los hombres y mujeres de la calle". A esa nueva perspectiva se le llamó: "Historia de las mentalidades".

SE ME OCURRE...



Antes de que nos olviden

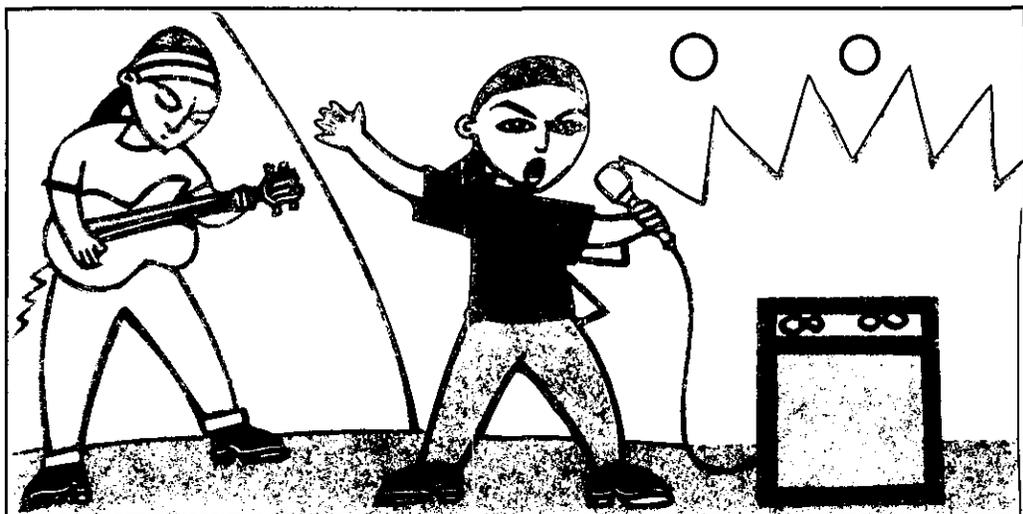
Lee con atención la siguiente historia y ayuda a Julián a resolver el problema en el que se ha metido.

Julián es cantante. Junto con sus amigos, Julián tiene un grupo de rock. No ha sido fácil abrirse paso, pero hace un par de semanas consiguieron una oportunidad para presentarse en un programa de televisión. Ellos piensan que luego de esta oportunidad el grupo podrá tener mejores perspectivas. Hace dos años que tocan juntos y la verdad no lo hacen mal. Julián tiene buena presencia, se mueve bien en el escenario y su voz es potente. Sólo tiene un problema: a veces promete de más. Hace unos días prometió que estrenaría una canción. Falta poco para el programa y Julián sólo ha podido avanzar con las dos líneas principales de la canción:

"Antes de que nos olviden haremos historia..."

¿Podrías ayudar a Julián a terminar la canción?

Al acabarla presenta al resto del grupo tu canción.



INVESTIGO



Personajes de tu tiempo

Escribe en tu cuaderno los nombres de tres hombres y tres mujeres de esta época que, según tu criterio, vayan a recordarse por los historiadores. Señala brevemente cuál es el hecho o contribución que hace destacada su vida.

Hombres

- a) _____
- b) _____
- c) _____

Mujeres

- a) _____
- b) _____
- c) _____

PARA LA CASA

Una autobiografía imaginaria

Escribe una biografía en estilo de ficción de ti mismo. Imagina que estás en el año 2030. Separa la información en tres columnas. En la primera anota los datos más relevantes de tu vida, comenzando por el año de tu nacimiento hasta el momento actual (año 2030). En la segunda, escribe los hechos más trascendentes que ocurrieron en México entre esas fechas. En la tercera, haz lo mismo que en la segunda pero respecto a hechos del mundo. Presenta tu trabajo en una cartulina. Compárala con las del resto del grupo y colócalas en un lugar visible en la escuela para que puedan ser vistas y comparadas.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

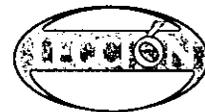
- Todas las personas somos parte de la historia.

Ficción:

Creado por la imaginación.

Glosario

El presente de tu futuro...



¿Qué futuro?

Escribe en tu cuaderno la reflexión que te sugiere la siguiente frase:
"Somos la historia que tendrá el futuro" (Silvio Rodríguez)



"Me acuerdo de todo como si lo viera..." dijo el viejo soldado.

Lee con atención:

"**M**e acuerdo de todo como si lo viera —dijo el viejo soldado, masticando la colilla de un puro recortado que amenazaba quemarle las blancas y gruesas hebras del bigote—, me parece que está sucediendo todavía lo que sucedió entonces.

"Ya se sabía en México que iba a entrar por las calles el ejército de las Tres Garantías, y las gentes estaban ansiosas de ver por primera vez tremolando libre en las manos en los guerreros el pabellón verde, blanco y encarnado.

"Se hacían grandes preparativos para recibir al ejército, y como el Ayuntamiento no tenía dinero, un español que era alcalde, don Juan José de Acha, facilitó 20,000 pesos, sin ningún rédito, a fin de dar brillo a la fiesta.

"No ha vuelto a haber regocijo más grande en esta tierra, ni he visto entrar un cuerpo de ejército más numeroso, que aquél por estas calles de Dios.

"—¿Tú eras de Iturbide?—le pregunté interrumpiéndole.

"— No, nunca fui de Iturbide; yo —agregó el inválido cuadrándose, dejando correr dos lágrimas y suspirando— fui soldado del gran Morelos y luego me incorporé a las fuerzas del Sur con mi general Guerrero, y con esas fuerzas, que formaron parte del Ejército Trigarante, entré en México el 27 de septiembre de 1821.

"Desde la víspera, obedeciendo la orden dada el 25, nos habían reunido a todos los cuerpos en Chapultepec para venir en columna mandada por Don Agustín de Iturbide.

"Como veníamos muchos, sobre todo los verdaderos insurgentes, desnudos y descalzos, nos vistieron con unos uniformes que habían servido al Regimiento de Comercio, y que nos parecieron flamantes, aunque en realidad estaban muy usados.

"Por cierto que nos colocábamos, repitiendo de memoria las palabras de la proclamación del día 20, en que se nos recomendaba el orden y la compostura para entrar a la capital:

"Soldados: no os aflija vuestra pobreza y desnudez; la ropa no da virtud ni esfuerzos, antes bien, así sois más apreciados, porque tuvisteis más calamidades que vencer para conseguir la libertad de la Patria"

"—Háblame de la entrada del Ejército Trigarante, dime cómo fue, cómo lo recibieron.

"—Hacia un sol muy hermoso, era un día claro, brillante, limpio, parecía que los cielos y la tierra estaban muy alegres como nuestros corazones. Y era natural, todos teníamos fe en Iturbide y en el porvenir. No había todavía desengaños, ni tristezas, ni odios; ¡ah!, ¡qué hermoso, qué hermoso día 27!

"Al frente de la columna marchaba Iturbide sin distintivo, montado en un gran caballo negro, rodeado de su Estado Mayor, y arrogante como una estatua.

"—¿Era muy querido Iturbide?

"— "Ese día era idolatrado por todos, hasta por los soldados de Hidalgo y Morelos... No había en aquellos momentos un rostro triste, ni un corazón desesperado, ni una boca maldiciente, ni una mano pérfida. Abrazábanse unos a otros los desconocidos, en las calles, como si fueran hermanos o amigos íntimos; los soldados

Gosario

Tremolándose:
Agitar en el aire.

Cuadrándose:
Ponerse derecho o erguido con los pies en escuadra.

no sentíamos el ardor del sol, ni las fatigas de la marcha... Cada batallón, cada regimiento, cada grupo era saludado con vivas y aplausos nutridos desde las calles hasta las azoteas, y cuando pasábamos los soldados del Sur, los que habíamos peleado sin tregua once años en las montañas, los que formábamos la legión indomable del General Vicente Guerrero... ¡ah!, entonces el entusiasmo rayaba en el delirio; nos arrojaban flores, nos decían miles de ternuras, y nosotros, llenos de gratitud, nos sentíamos orgullosos de nuestro pobre aspecto, de nuestros harapos, de nuestras viejas armas y hasta de nuestra piel ennegrecida, tostada por la lumbre del cielo del Sur, y por la pólvora de los combates.

“Éramos allí lo más grande ante los ojos del pueblo: éramos los “Insurgentes”; descendíamos en línea recta de Hidalgo, de Morelos, de Abasolo, de Galeana, de Aldama, de Allende, de todos aquellos que fueron excomulgados, odiados, atormentados y asesinados al fin por nuestros enemigos.

“Por esto el pueblo pobre, el pueblo humilde, el que siente muy a lo vivo las desgracias, los duelos, las tristezas y los sacrificios de sus hermanos que lo comprenden, lo aman y lo defienden, se conmovía y gritaba con júbilo y la gratitud que escondía en su pecho desbordaba al vernos desfilar frente a sus ojos.” (Ponce de León, Salvador. *México extraordinario en la anécdota*. México: Atenas, 1956.)



“Éramos allí lo más grande ante los ojos del pueblo: éramos los Insurgentes”.



¿Cómo fue?

Formen equipos de ocho personas y discutan los siguientes puntos:

- ♦ ¿En qué época está situado el relato?
- ♦ ¿Conoce el narrador lo que ocurrió después de los sucesos que cuenta?
- ♦ ¿Cuáles son los personajes históricos involucrados?
- ♦ ¿Cuál es el juicio que sobre cada uno deja entrever el narrador?
- ♦ ¿De qué hechos históricos te enteraste gracias al relato?
- ♦ ¿De qué hechos emotivos, sociales, anecdóticos tuviste noticia gracias al relato?
- ♦ ¿Por qué creen que los seres humanos somos seres históricos?

REFLEXIONO

La historia se desarrolla a diario

Los hechos “pequeños” y las personas “comunes” son protagonistas de la historia. Ésta se desarrolla todos los días, gradual y paulatinamente. Nada ocurre de la noche a la mañana. Todos los grandes cambios son el resultado acumulado de cambios menores. Los grandes héroes o heroínas, individuos de carne y hueso, representan la voluntad, el valor, la entereza de miles de hombres y mujeres.

Somos actores de la historia, además, porque actuamos, sentimos, tomamos decisiones en nuestro tiempo. Pensemos por un instante: ¿cómo seremos recordados? Dentro de cien años, ¿qué cosas, hechos, objetos, ideas, serán recordadas de este, nuestro tiempo?, ¿Qué dirán de nosotros en el futuro?

Ciertamente nadie anda por la vida con estas preguntas pegadas sobre la frente. Pero no cabe duda de que la manera en que vivamos, sintamos y tomemos decisiones, determinará de una u otra forma, los acontecimientos del porvenir.

¿SABÍAS QUE...?

Luis González Obregón nació en Guanajuato en 1865 y murió en la Ciudad de México en 1938. Destacó por su trabajo como historiador y periodista. Sobre la guerra de Independencia afirmó: “Entre las fechas históricas que México celebra cada año debe colocarse en primer término sin disputa alguna el aniversario del 16 de septiembre de 1810, día de eternos recuerdos para todo mexicano que se precie de ser libre”, *México viejo*, Editorial Patria, México, D.F., 1959, p. 619.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Cada persona es protagonista de la historia.

- La historia se hace día con día.

Conceptos:

- Actores de la historia
- Nuestro tiempo

YO QUIERO, YO PUEDO



Yo hubiera sido...

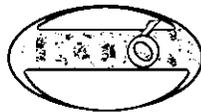
Elige un personaje de la historia cuya contribución te parezca importante y con quien sientas afinidad. Imagina cómo era su vida, cuáles eran sus virtudes y sus defectos, cuáles eran sus actividades favoritas, cuáles las que más odiaba. Si eres mujer, elige como personaje a un hombre; si eres hombre, elige a una mujer.

Después piensa en tu propia vida y en tu futuro: ¿cómo te gustaría ser recordado dentro de cien años? ¿Por qué elegiste ese personaje y no a otro? Anótalo en tu cuaderno.

PARA LA CASA

Yo estuve ahí

Imagina que, en algún momento de la historia, eres un trabajador o trabajadora del Castillo de Chapultepec. Siguiendo la técnica y el tono utilizado en la lectura sobre la entrada del Ejército Trigarante, realiza una narración similar de una a dos cuartillas, situándola en algún momento histórico relevante que haya ocurrido teniendo como escenario el Castillo de Chapultepec. Acude a los libros de historia para documentar y ambientar históricamente los sucesos que deseas narrar. Recuerda que eres testigo de lo que estás contando; por lo tanto, deberás combinar los datos, los juicios históricos con la capacidad para transmitir sentimientos y emociones. Eres un actor o actriz de ese tiempo y ese mundo.



Tú eres historia

Somos parte de la historia aunque no nos lo proponemos. Así es. Tanto en el plano social más amplio, como en el personal más privado. Todos, no importa si nos gusta o no, la materia llamada "Historia", **tenemos una historia propia.** Venimos de

algún lugar, pertenecemos a una familia, somos parte de un país, tenemos determinadas costumbres, etc. Ese es nuestro pasado. Un pasado que en muchos aspectos compartimos con otras personas más allá de nuestro núcleo familiar. Hay un pasado histórico común, como hay un pasado personal; ambos forman parte de nosotros.



Cada uno de nosotros es parte de la historia.

Mas no somos sólo pasado. Actuamos, vivimos en el presente, lo transformamos. Ese presente también tiene una doble dimensión: la de mis deseos, sentimientos, necesidades, sueños, estilos personales, por un lado; y la de los deseos, sentimientos, necesidades, etcétera, de todas aquellas personas con quienes comparto mi presente.

SE ME OCURRE...



¿Quién soy?

Dividan al grupo completo en dos equipos. Pongan un nombre a cada uno de los dos grandes equipos. Cada persona del equipo uno colocará en la espalda de un miembro del otro equipo un papel con el nombre de un hombre o mujer destacado en la historia mexicana o internacional. Quien lleve el papel en la espalda, sin saber qué nombre lleva, irá haciéndoles preguntas a sus compañeros y compañeras de equipo, quienes sólo podrán contestar “sí” o “no”. Para tratar de adivinar se recomienda comenzar con preguntas sobre la descripción física del personaje: sobre su edad, género, cabello, complexión física, etcétera.

Den un punto al equipo si adivina el personaje y den un punto al equipo contrario si no lo adivina. Comenten cómo se sintieron.

¿Y si...?



Arqueología del futuro

Formen equipos de cinco personas. Imaginen que se dedican a la arqueología y que se hallan en el año 2999. Hace mil años existió una ciudad llamada México que, al comenzar el siglo XXI, quedó enterrada por una catástrofe natural. Ustedes la han localizado y se hallan en plena excavación. Escriban un reporte de lo que han ido encontrando los últimos tres meses de trabajo. ¿Qué clase de objetos, utensilios, herramientas han encontrado? ¿cómo podríamos pensar, de acuerdo con esos y otros indicios, que era la vida en esa ciudad perdida?

A los grandes cambios históricos a la Historia (así con “H”) corresponden cambios históricos menos perceptibles en un primer momento. De igual modo, podríamos decir algo semejante respecto a las personas que realizan los cambios históricos. A estas personas solemos identificarlas como las grandes protagonistas de la historia. Sin embargo, es bien claro que los hombres y las mujeres que han destacado no caminaron a solas. A su lado tuvieron muchísimos más hombres y mujeres “comunes y corrientes” que supieron ser seres históricos al igual que aquéllos que llegaron a la fama.

La idea de la historia personal como parte integrante de la “gran” historia, se completa al plantear el problema del futuro. Por supuesto que hay un futuro que sólo le pertenece al individuo, que se construirá a partir de su esfuerzo, responsabilidad, tolerancia, amor a la vida, respeto y cuidado de su persona, etcétera, pero ese individuo, y cada quien, comparte su futuro con muchas personas más.

El pasado, el presente y el futuro —que constituyen las “estaciones” de la historia— se convierten así en una escalera mecánica sobre la que vamos subidos. En el trayecto

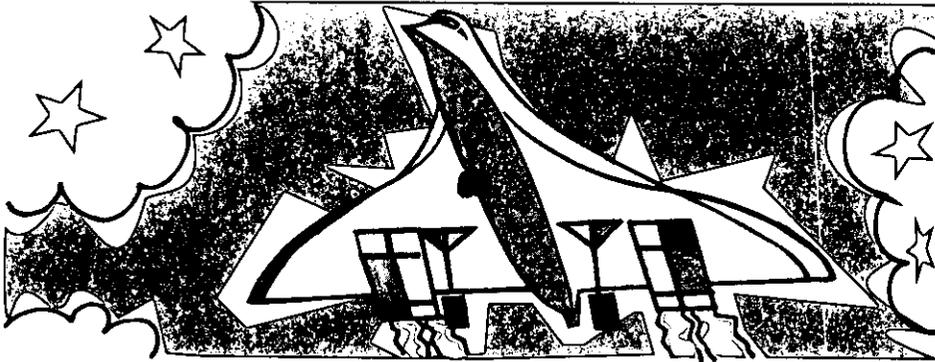
¿SABÍAS que...?

Una de las definiciones más comunes sobre la utilidad de la historia suele aludir a la idea de “conocer el pasado, para comprender el presente y prever el futuro”. ¿Cómo aplicarías esto a tu vida cotidiana?

vamos haciendo y decidiendo cosas con las que se puede ir mejor o no, pero el viaje es colectivo, estamos todos y todas subidos en el mismo tren.

Somos seres históricos, habitamos la historia. **Está en nuestras manos, en nuestras acciones y decisiones del presente, construir un futuro mejor para todos.** Si es mejor para todos, será mejor para cada una de las personas, y eso nos incluye a cada quien.

PARA LA CASA



Escribe una lista con los 10 acontecimientos a tu parecer más importantes de nuestro siglo. Para cada hecho trata de pensar en dos personajes que, sin aparecer entre los más importantes y destacados, fueron determinantes para el resultado. Por ejemplo: el primer vuelo del avión Concorde: los operadores de la torre de control; los despachadores de combustible del aeropuerto de donde salió.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Cada quien va transformando el presente. Así se hace historia.
- Entre todos y todas hacemos historia.
- En la medida que tomemos mejores decisiones viviremos en un mundo mejor.

Concepto:

- Ser histórico

PASO FLEXIONO

-
-
-
-

- ¿De qué manera(s) te ayuda a conocerte mejor el situarte en un contexto histórico?
- ¿Qué valores te ayudan a entender el verte como un ser histórico?
- ¿Qué relación hay entre vivir en sociedad y hacer historia?

-
-
-
-

Un ser con potencial creativo

TEMA IV

1

UN SER CON
POTENCIAL CREATIVO

° UN SER CON POTENCIAL CREATIVO



Especial por lo que eres



Todas las personas somos diferentes.

Vivimos rodeados de seres humanos

Compartimos con todos y cada uno de ellos concepciones, reglas, fines, etcétera; pero si nos fijamos bien, en realidad esta similitud es sólo aparente. ¡Todos somos distintos!, ¡no hay un solo ser humano igual a otro! Mirémonos a la cara, los ojos, la nariz, el color de piel; hasta la forma de las orejas es algo que para cada quien es exclusivo y lo hace ser un individuo único e irrepetible. Más, pensémoslo por un instante: ¿de verdad la diferencia entre unos y otros estará determinada solo por lo biológico? Sí y no. No podemos negar nuestra unicidad a partir de que cada individuo es una versión inimitable de lo humano, un “mapa genético”, como dicen los científicos, que sólo ocurrirá una vez y en cada uno de nosotros.

¿SABÍAS que...?

Durante muchos siglos, la creatividad, la imaginación, la capacidad para proponer o concebir proyectos nuevos, fue vista como un desafío o una desobediencia al orden establecido del mundo. Se seguían ciegamente las ideas ya dadas y se respetaban las jerarquías. Esta concepción, que dominó el modo como el hombre se vio a sí mismo en la Edad Media, se "rompió" por el ímpetu creativo de los hombres y mujeres del Renacimiento. Tal vez por eso, el filósofo alemán Federico Hegel llamó a ese florecimiento de la creatividad, que es el Renacimiento: "La primavera de la humanidad".

Glosario

Unicidad:

Calidad de único.

Inimitable:

Inigualable.

Mapa genético:

Composición de genes específica para cada persona.

Congéneres:

Personas de la misma clase u origen.

Solícitos:

Con ganas de servir o atender.

Colegir:

Deducir.

Lee con atención:

"Nací en una fábrica francesa, de más padres, padrinos y patronos que el hijo que achacaban a Quevedo. Mis hermanos eran tantos y tan idénticos a mí en color y forma, que hasta no separarme de sus filas y vivir solitario, como hoy vivo, no adquirí la conciencia de mi individualidad. Antes, en mi concepto, no era un todo ni una unidad distinta de las otras; me sucedía lo que a ciertos gallegos que usaban medias de un color igual y no podían ponerse en pie, cuando se acostaban juntos, porque no sabían cuáles eran sus piernas...

Ignoro si me pusieron algún nombre; aunque tengo entendido que la mayoría de mis congéneres no disfruta de este privilegio, reservado exclusivamente para los machos y hembras racionales. Tampoco me bautizaron, ni había para qué, dado el húmedo oficio a que me destinaban. Sólo supe que era uno de los novecientos mil quinientos veinticinco millones que habían salido a la luz en aquel año. Por lo tanto carecía desde niño de los solícitos cuidados de la familia. Ustedes, los que tienen padre y madre, hermanos, tíos, sobrinos y parientes, no pueden colegir cuánta amargura encierra este abandono lastimoso...

Suponed que os han hecho a pedacitos, agregando los brazos a los hombros y los menudos dientes a la encía; imaginad que cada uno de los miembros que componen vuestro cuerpo es obra de un artífice distinto, y tendréis una idea, vaga y remota, de los suplicios a los que estuve condenado. Para colmo de males, nací sensible y blando de carácter. Es muy cierto que tengo el alma dura y que mis brazos son de acero bien templado; pero, en cambio, es de seda mi epidermis y tan delgada, tenue y transparente que puede verse el cielo a través de ella... Si me abren bruscamente, rindo el alma..." Gutiérrez Nájera, Manuel. *Cuentos*. México. Ed. Porrúa. 1991, p. 228.

REFLEXIONO



Una biografía peculiar

Acabas de leer un fragmento de una biografía.

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◆ ¿Lograste adivinar de qué está hablando el autor?
- ◆ ¿Qué tono utiliza el autor en su escrito?
- ◆ ¿En qué crees que reside la creatividad del autor?
- ◆ ¿De qué manera destaca el autor a la individualidad?

¿Y si...?



Si yo fuera un árbol

Dibuja un árbol y escribe dentro de él las partes que te parezcan más interesantes de tu biografía. Realízalo tratando de seguir el tono del autor leído. Sigue también su estrategia para escribir: mírate como si fueras un árbol. Escribe tu biografía imaginando que eres un árbol: ¿qué tipo de árbol eres? ¿En qué clase de bosque vives? ¿Cómo son los árboles bajo cuya sombra creces?... etcétera.

¡Crear es vivir! Con esta frase podríamos sintetizar la importancia de concebirnos como seres con potencial creativo. A veces creemos que la forma de ser originales es haciendo cosas descabelladas, prohibidas o simplemente extrañas. Como si la crea-

tividad estuviera asociada, necesariamente, con causar escándalos. La creatividad es, en cambio, un proceso, una actitud constructiva que va más allá del simple desafío a las normas establecidas. Ser creativo no significa ser estrafalario o poner toda la energía para que las otras personas se fijen en mí, aun a costa de hacer cosas que incluso me pueden causar daño físico o moral. No consiste tampoco en ser una especie de cohetero que a donde llega hace explotar las cosas porque las quiere desacomodar y darles un nuevo lugar "creativamente".

La creatividad se vincula, en cambio, con una actitud, una forma de enfrentar cada día. Quien decide echar a andar su potencial creativo se encontrará con que, al paso del tiempo, va cambiando su manera de concebir los problemas, de plantearse los retos o simplemente de qué hacer con su tiempo libre. Un poco de imaginación, un tanto de ser positivo, una dosis de buen ánimo, cantidades suficientes de paciencia y confianza..., pero sobre todo **una genuina disposición para asumir nuestra vida de un modo en el que, sin dejar de ser responsables, se pueden encarar las cosas con imaginación e iniciativa para salir adelante.**

Glosario

Estrafalario:

Fuera de lo común, raro.

PARA LA CASA

Así no sucedió

Como si fuera cierto, imagina que eres un actor/actriz, cantante o persona pública famosa; escribe la respuesta que mandas a una revista porque ha publicado una noticia falsa que te afecta. Mezcla la respuesta con elementos que nos permitan conocer tu pasado, tu situación actual y tus planes para el futuro.

Señor Director/ Señora Directora:



El arte requiere de inspiración e imaginación y creatividad.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La creatividad es una actitud constructiva.
- Ser creativo o creativa no significa desafiar las normas ni ser estrafalarios.
- La creatividad nos ayuda a entender los problemas con iniciativa.

Concepto:

- Creatividad

Crear es vivir...



La creatividad se expresa de diferentes formas.
Vagabundo. Remedios Varo.

¿SABÍAS que...?

Algunos de los hombres y mujeres con mayor creatividad que han existido en la historia pasaron primero por "locos", "desadaptados", "incomprendidos. Algunos ejemplos son: Leonardo Da Vinci, Rosario Castellanos, Pablo Picasso, Sara Bernardt, Alberto Einstein, Sor Juana Inés de la Cruz... y muchos más cuya sociedad no estaba preparada para que estos personajes fueran e hicieran tanto por ellos mismos y por la humanidad.

Gosario

Prejuicios:
Criticar algo antes de conocerlo.

Las personas que se distinguen por ser creativas no son genios o seres superdotados. Como tampoco es cierto que el mundo se divide entre los creativos que son simpáticos, populares, felizmente irresponsables; y los no creativos que son serios, aburridos, pasmados, rígidos, y tantos otros prejuicios que se han creado para unos y otros.

El mundo de las personas es más complejo y diverso. **La creatividad es ese "don" que todos los seres humanos poseemos, pero que cada persona expresa de manera personal.** Es más, esa expresión enteramente personal, ese poner en marcha la creatividad que habita en cada individuo, es lo que va moldeando la forma propia de ser que llamamos originalidad.

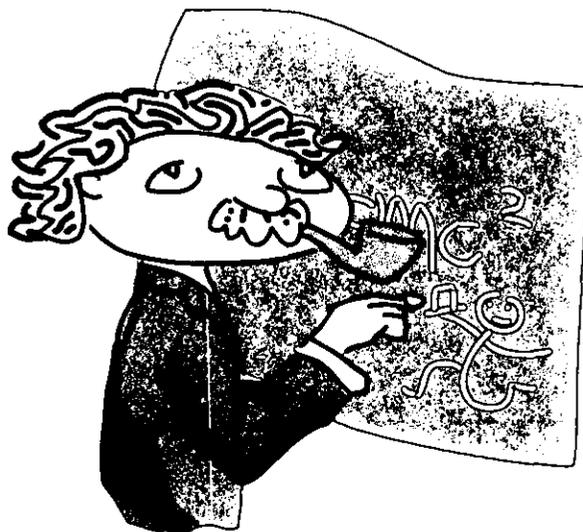
Así pues, la originalidad está al alcance de todas las personas y, como dice una canción, "de todos los bolsillos". Ser creativo no cuesta más que las ganas de serlo, y la decisión de caminar hacia ser original. Una persona es ella misma, no por lo que tiene o por lo que hace, sino por la manera como encuentra en cada situación **una forma de "salir" adelante por ella misma, según sus propios gustos, ideas y sentimientos.** ¡Eso es ser creativo! ¡Eso es ser original!

SE ME OCURRE...



Cuando estuvimos en...

Formen equipos de dos: un hombre y una mujer. Como si hubieras compartido un viaje, escribe en tu cuaderno la crónica de un lugar en el que nunca has estado en la vida real. Describe los colores del paisaje, los olores de los lugares, los sabores de la comida, los sonidos, las personas, etc.



¡Y SI?



Cambiando las cosas...

Escribe el nombre de tres cosas no comunes para las que podrían utilizarse los siguientes objetos: televisión, licuadora, bicicleta.

La creatividad es la mejor herramienta para descubrir quiénes somos y qué queremos. Es, además, una herramienta que invita a jugar, a imaginar, a “escapar” de la monotonía.

Si nos decidimos a ser creativos habremos dado el primer paso para ser originales, y al mismo tiempo estaremos dando también el primer paso contra ese enemigo mortal que es el aburrimiento. **La creatividad mata al aburrimiento, pues frente a cada ocasión nos abre una nueva oportunidad de encontrar algo diferente.**

Y por si todo esto fuera poco, la creatividad nos llevará de la mano a caminar no sólo sobre nuestro mundo real, sino sobre otros que están “ahí” al alcance de nuestra imaginación. Sitios desconocidos, lugares exóticos, paisajes insospechados se abrirán y colorearán el mundo frente a nuestros ojos. Todo está en echar a andar esa maquinaria que es la creatividad. ¡Demos color al blanco y negro de nuestras vidas!

PARA LA CASA

Un mundo al revés

Se trata de hacer una combinación de los dos ejercicios realizados en clase. Escribe en tu cuaderno la crónica de un “viaje” a un lugar remoto en el cual el uso de los objetos no es aquel al que estamos acostumbrados en nuestro mundo. En ese lugar los caballos son los amos y señores, y los humanos les sirven. Describe con detalle esta situación, a la vez que explica de qué manera los caballos encontraron nuevos y mejores usos para los objetos de su mundo. Basado en Johnatan Swift. *Los viajes de Gulliver*.

Emprendiendo el verdadero viaje



Lee con atención:

¡Tierra a la vista! ¡Ahí está!.. Nuestra creatividad está a la vista, ahí, dentro de cada quien. Sin embargo es un “potencial”, requiere de una mecha que lo prenda, de un resorte que lo lance por nuevos caminos. No basta con descubrir ese don, hay que encauzarlo para que sus resultados nos hagan seres más abiertos y sensibles a lo que ocurre a nuestro alrededor.

La marca de la creatividad nos hará personas más espontáneas y expresivas. Podremos vivir mejor si no tememos a lo que está por venir. Nos conduciremos con tolerancia frente a la incertidumbre y tendremos la convicción de integrar, de cada cosa, persona, sentimiento o idea, todos los elementos que lo componen, incluso aquellos que son contradictorios entre sí.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La creatividad nos ayuda a descubrir quiénes somos y qué queremos.
- La creatividad combate al aburrimiento.
- Al ser personas creativas abrimos las puertas a la imaginación.

Concepto:
•Originalidad

Glosario

Monotonía:
Falta de variedad.

Encauzar:
Encaminar.

Incetidumbre:
Duda e inseguridad.



Una manera creativa de resolverlo

Formen equipos y elijan alguna de las situaciones siguientes y escriban cómo se imaginan las consecuencias que tendría este acontecimiento. Compartan su trabajo con el resto del grupo.

- ◆ Un día, a las 11 de la mañana, mientras todo mundo está en sus actividades normales, el aire se va tornando denso hasta volverse completamente irrespirable...
- ◆ Una mañana simplemente el sol no sale...
- ◆ Te quedas dormido y despiertas 20 años después. Todo ha cambiado, pero tú tienes la misma edad que cuando te dormiste...

SE ME OCURRE...



Lluvia de ideas

Escribe todas las palabras que se te ocurran asociadas con la creatividad. Las palabras que escribas deberán tener como primera letra alguna de las que forman la palabra "creativo" (c,r,e,a,t,i,v,o).



Cuando decidimos ser creativos hemos dado el primer paso para ser originales.

El principal obstáculo contra la creatividad se expresa como autoritarismo, imposición, uso de la fuerza en lugar de la imaginación. Porque deja de haber respeto por la otra persona, se acaba el diálogo y la aceptación de la gente que piensa o siente de un modo diferente.

Imaginación, fantasía, curiosidad son sólo algunas de las cosas que necesitamos en nuestro equipaje creativo. Mas, lejos de lo que a veces se cree, el "viaje" al que nos lleva la creatividad no es el de la evasión, sino que iremos rumbo a una mejor autoestima, determinante para identificar nuestros propios retos y para valorar lo que hacemos para alcanzarlos.

Siempre que deseemos probar ideas originales para solucionar problemas, descubrir nuevas posibilidades para objetos comunes, que nos mostremos receptivos a los estímulos de nuestro entorno, y que seamos respetuosos de la originalidad de las ideas de los demás, estaremos en camino de ser más creativos y de estar mejor preparados para enfrentar y entender, con optimismo y entusiasmo, nuestros éxitos y fracasos. ¡Adelante y suerte!



Escala de creatividad

Midiendo lo creativo que seas, califícate del uno al cinco, de acuerdo con la forma en que reaccionas frente a las siguientes situaciones:

- ◆ Procuro que eso que me hace singular no permita que me sienta superior a las otras personas.
- ◆ Creo que de cada situación o persona siempre se tiene algo que aprender.
- ◆ Estoy dispuesto a mantener una actitud abierta para tratar de entender todo aquello que es nuevo o diferente.
- ◆ Cuando se me presenta una dificultad trato de mirarla como la oportunidad para aprender algo nuevo.
- ◆ Trato de no someterme "al que dirán", aun a costa de que esto pueda traerme dificultades, presiones o la actitud incomprensiva de algunas personas.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Tenemos el potencial de ser personas creativas y podemos descubrirlo.
- El principal obstáculo de la creatividad es el autoritarismo.
- Imaginación, fantasía y curiosidad son algunos de los elementos de la creatividad.

Concepto:

- Potencial creativo

Habilidades que desarrollamos...

- Utilizar nuestra imaginación en situaciones hipotéticas.

PASO FLEXIONO

- | | | |
|-----------------------|--|-----------------------|
| <input type="radio"/> | | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Quiénes pueden ser creativos? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué necesitamos para desarrollar nuestra creatividad? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cuándo podemos aplicar nuestra creatividad? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Para qué me sirve ser persona creativa? | <input type="radio"/> |

1

UN SER POLÍTICO

UN SER POLÍTICO

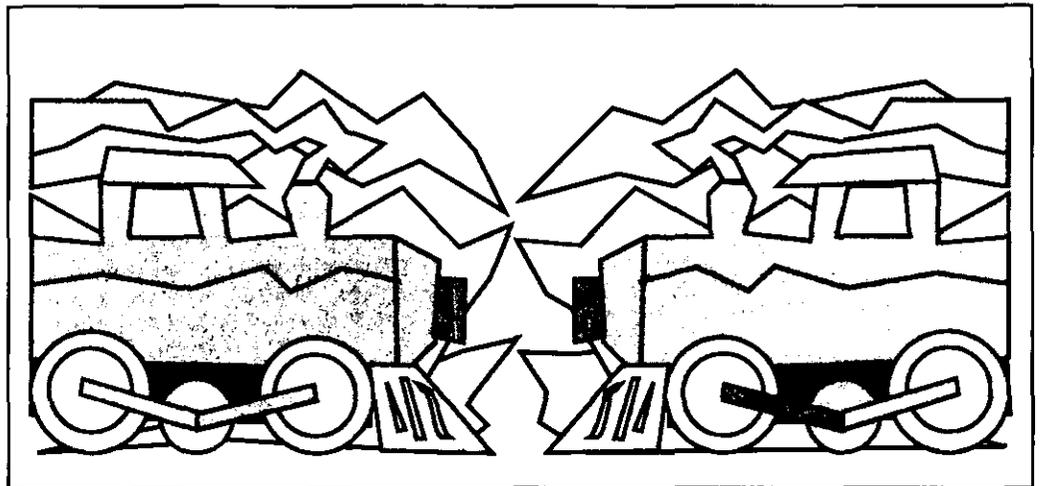


Una vida sin restricciones

Lee con atención:

Lo ideal sería que en una sociedad todos sus integrantes actuaran con plena conciencia de los derechos, necesidades y deseos de los demás para que así no hubiera problemas de que alguien le impone a otra persona órdenes u obligaciones o abusa de ella. En este sueño de sociedad en la que no habría nadie que decidiera por nadie, viviríamos juntos pero cada cual haciendo su santa voluntad.

Esto no parece mal, al menos a primera vista. Pero apenas lo acabamos de decir y nos asalta la primera duda: ¿Y si la santa voluntad de alguien decide que tiene ganas de pegarle a otro que es menor o más débil? ¿Y si alguien desea tomar por esclava a su esposa? y sólo hemos mencionado dos ejemplos.



El exceso de libertad, llamado libertinaje, hace que estos deseos individuales se presenten como un gran tren cuyo paso nada lo va a detener, y claro, cuando se encuentra con otro tren (con otro individuo que tampoco está dispuesto a posponer su deseo) lo que sobreviene es una colisión mayor. El libertinaje se convierte entonces en una libertad sin responsabilidad, sin límites, sin conciencia.



Una semana diferente

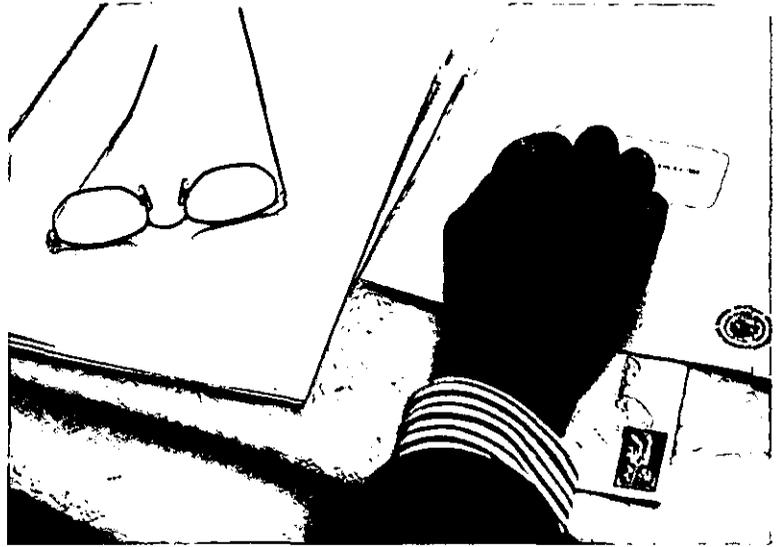
- ◆ Imagina y describe una semana de lo que sería tu vida si, sin ningún tipo de restricción, pudieras hacer lo que quisieras.
- ◆ De entre tus compañeros y compañeras de grupo, piensa con quién compartirías las actividades de esa semana.
- ◆ Formen un equipo de trabajo. Comparen la primera parte de su ejercicio. Elaboren una lista de aquellos puntos en los que, de acuerdo a como cada quien se imaginó su semana, realizaría cosas distintas.
- ◆ Discutan las posibles soluciones. Lleguen a un acuerdo de lo que sería su semana en común
- ◆ Cada quien, por su cuenta, escriba cuáles fueron, respecto a la primera narración, los puntos en los que cedió y cuáles conservó. ¿Qué obtuvo a cambio de aquellas cosas que, en la última versión de lo narrado, no "entraron" en el acuerdo común?

Analizando un poco más el tema de vivir juntos y los conflictos que esto genera, pareciera más bien que esta posibilidad de establecer límites, reglas, acuerdos, formas de organización en las que cada quien tiene distintas funciones y responsabilidades, en lugar de ser sinónimo de problemas y abusos evita otros males peores.

¿Podrá haber una sociedad sin conflictos? No, porque somos seres humanos que deseamos, creemos, sentimos y pensamos cosas sobre las que no siempre estamos de acuerdo todos, ni todos lo podemos obtener al mismo tiempo.

¿Y es malo que haya conflictos? No; y no lo es porque es la prueba de que una sociedad está viva, de que sus integrantes desean, imaginan, quieren cambiar y mejorar.

Lo que sí resulta muy dañino para la convivencia son los extremos: el libertinaje o la imposición. En medio de ellos, y justo para evitarlos, las sociedades han inventado una alternativa: ha creado mecanismos para llegar a acuerdos.



El establecer límites, reglas y acuerdos reduce los problemas en la convivencia.

REFLEXIONO



No estamos a solas

Enumera tres actitudes o acciones concretas tuyas que, si cada quien pudiera hacer todo lo que quisiera, afectarían a otros. Describe sus consecuencias. Enumera tres de otra persona que, en esas mismas condiciones, te afectarían. Describe sus consecuencias.

Ejemplo:

•**Personales**

No cerrar la llave del agua: se inundaría mi casa.

•**De otras personas**

Subir el volumen a la radio: No podría dormir.

Vivir en una sociedad en la que es posible llegar a acuerdos requiere de ciertas reglas e instituciones "árbitros". Su imparcialidad, su trato igual para todos, su acato a las reglas establecidas, son la garantía de que frente a los conflictos no tendremos que decidir "agarrarnos a golpes" unos contra otros u optar por la ley del más fuerte.

La función de la política es hallar una vía en la que las personas asuman que en algunos puntos deberán ceder o posponer su pretensión, así encontraremos la manera no sólo de seguir viviendo juntas, sino de hacerlo en mejores condiciones.

PARA LA CASA

Historia de conflictos resueltos

Dibuja un cuadro en cuya parte superior vayas distinguiendo diferentes etapas de tu vida. Por ejemplo, cuando tenías menos de un año, antes de entrar a la escuela, en la escuela preprimaria, los primeros tres años de la primaria, los siguientes tres. Cada una de estas etapas será el encabezado de una columna. Deja la columna izquierda libre. Allí anotarás los distintos ámbitos en los que se mueve tu vida: abuelos, escuela, amigos y amigas, vecinos, padres, hermanos, maestros, etcétera. Ahora llenarás el cuadro escribiendo de qué manera en cada etapa y cada ámbito de tu vida resolviste los conflictos que surgieron con otros. Por último, escribe una reflexión: ¿cómo resuelvo ahora mis conflictos con los demás?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

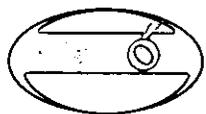
En esta lección aprendimos...

- En toda sociedad hay conflictos.
- El exceso de libertad, o libertinaje, y la imposición dañan la convivencia.
- La función de la política es que encontremos mejores maneras de vivir juntos.

Conceptos:

- Libertinaje
- Política
- Imposición

	menos del año	Antes de entrar a la escuela	Primaria	1-3 Primaria	4-6 Primaria
abuelos					
escuela					
amigos					
amigas					
vecinos					
papá					
mamá					
hermanos					
maestro					



Aplicando la política

REFLEXIONO

En griego y en español

Explica con tus palabras qué significa la siguiente frase:

"El hombre es un animal cívico y político"
(Aristóteles. *La política*)

Somos seres sociales, vivimos en comunidad y como hemos visto, esta situación genera conflictos. Los seres humanos, en la idea de ese griego admirable que fue Aristóteles, somos animales políticos y cívicos. Al igual que los animales, nos organizamos colectivamente, así como las abejas o las hormigas, que se distribuyen las funciones y cada quien debe cumplir un papel en aras del bienestar colectivo. Pero hay una diferencia fundamental: los humanos tenemos la capacidad no sólo de organizarnos sino de transformar, mejorar, cambiar esas formas de organizarnos. Las sociedades se organizan y cambian, ésta es una cualidad eminente humana.

Organizando un grupo de rock.

Lee con atención:

El grupo de rock

Gustavo, Adela, Javier y Sara son buenos amigos. Los cuatro cursan el primer año en la Escuela Secundaria "Justo Sierra". Se conocieron el primer día de clases. Poco después descubrieron que compartían el gusto por la música y desde entonces comenzó a surgir en ellos la idea de organizar un grupo musical.

Entusiasmados con la idea del grupo, se reunieron Javier y Gustavo a planear la aventura. Adela tocaba la batería, a Sara le gustaba cantar, Javier tocaba la guitarra y Gustavo también cantaba.



—Bueno —dijo Gustavo— Adela como baterista y yo como cantante... Tú como guitarrista. ¡Ya está el grupo!

—Oye, pero yo también hago canciones. No quiero ser sólo guitarrista —dijo Javier— Es que yo quiero que toquemos la música de "Los espíritus del más acá"! ¿No has oído esa rola que dice: "La noche está encendida, la oscuridad se prende"?— y Gustavo se lanzó a cantar, muy quitado de la pena. Aunque no tenía mala voz, Javier lo interrumpió.

—De todos modos, me gustaría que tocáramos algunas mías.

—Bueno, pero no siempre.

—Bueno, no siempre.

—Tal vez si pudieras hacer algunas nuevas, originales. Algo que sirviera como sello del grupo. Por ejemplo, una que se llamara: ¡"La chava más hermosa de la Vía Láctea y galaxias circunvecinas"!

A Javier el nombrecito no le gustó y cambió de tema:

—Oye, ¿tú no crees que sería bueno tener una voz de chava? Adela no canta y Sara sí.

Gustavo se resistió un poco. Él había pensado que con Adela, quien además le gustaba, era suficiente. Sin embargo, llegaron a lo que les pareció un acuerdo justo: Si Sara cantaba bien, la aceptarían.

Lo difícil fue convencer a Sara de que cantara para ellos. Como era tan tímida, le daba pena que la oyeran. Nunca la habían invitado a participar en un grupo musical pero por fin se animó.

Cuando Adela, Javier y Gustavo oyeron cantar a Sara no daban crédito. Cantaba padrísimo. Sonaba como si de repente pasara un río o un viento suave. Los tres le aplaudieron mucho y le pidieron que se integrara al grupo. Sara no lo podía creer. Aceptó emocionada. Ya estaba completo el grupo.

(Basado en: Gómez, Nuria. El grupo Aja Sagú. México: Cuadernos: Horizonte ciudadano #2, Instituto Federal Electoral, 1998.)

Glosario

Eminentemente:
Que sobresale, que distingue.

Circunvecinas:
Que las rodean.

Gosario

Incidir:

Tomar parte en.

Encauzar:

Orientar.

Decálogo:

Grupo de diez leyes o características.

YO QUIERO, YO PUEDO



Vámonos poniendo de acuerdo

Formen equipos de cuatro integrantes, de preferencia: dos mujeres y dos hombres. Cada uno adopte la personalidad de uno de los personajes de la lectura anterior. El grupo se enfrenta a los siguientes problemas, y les urge una solución colectiva, ayúdenlos:

◊ **Qué nombre ponerle al grupo.** Las propuestas: Javier: "El cuarteto del rock"; Adela: "Adela la bataquera y sus cuates"; Gustavo: "Las criaturas de la Vía Láctea y galaxias circunvecinas"; Sara: "Los amigos del mundo". En lo que sí coinciden los cuatro es en que el nombre debería ser corto y aceptado por todos.

◊ **Dónde ensayar.** Las posibilidades: En casa de Adela: el vecino duerme siesta y le molesta el ruido; en casa de Javier: la instalación de luz se sobrecarga con los amplificadores; en casa de Gustavo: es muy pequeña; en casa de Sara: su abuelo, que vive con ellos, está enfermo.

◊ **El concierto.** Luego de dos meses de arduos ensayos, por fin tienen una oportunidad de tocar en vivo. Cuando todo está listo, al ver tanta gente reunida, Sara se arrepiente y le entra un ataque de timidez. No quiere subir al escenario. Resuelvan el problema sin violencia, sin cancelar el concierto y sin excluir a nadie.

REFLEXIONO



Escucha mi voz

Para dos famosos pensadores de la política, llamados Sidney Verba y Gabriel Almond, la cultura cívica se distingue por la voluntad explícita de los individuos para participar en los asuntos públicos. Es decir, la idea de "concebirse como protagonista del devenir político, como miembro de una sociedad con capacidad para hacerse oír, organizarse y demandar bienes y servicios del gobierno, así como para negociar condiciones de vida y de trabajo; en suma, para incidir sobre las decisiones políticas y vigilar su proyección" (En Mauricio Merino. *La participación ciudadana en la democracia*. México, IFE, 1995) ¿Crees que esto es cierto?, ¿conoces la manera en que tu voz puede ser escuchada?, ¿te parece que toda la discusión y solución de los problemas públicos quede en manos de algunas personas?

La tarea de la política es encauzar los desacuerdos para que puedan ser resueltos de la mejor manera. Esto tiene que ver con la formación de un gobierno, es decir, un grupo de personas que se encarguen, con responsabilidad y al servicio de la comunidad, de que aunque haya conflictos se evite el camino de la violencia.

PARA LA CASA

El decálogo

Piensa en diez cualidades que, según tú debería reunir alguien que quisiera dedicar su vida a la política, es decir a trabajar para tratar de que los conflictos en una sociedad no pasen a mayores y todos podamos vivir mejor. Luego, escribe los nombres de tres hombres o tres mujeres de México, en el pasado o en el presente, dedicados a la política que te parezcan distinguidos y di cuál ha sido su contribución al bienestar común. Haz lo mismo con tres políticos extranjeros. Compara con el resto del grupo tanto el decálogo como los nombres propuestos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

•Somos animales políticos y cívicos.

•Los seres humanos tenemos la capacidad de organizar nuestra sociedad.

•En la cultura cívica los individuos participan de manera voluntaria en asuntos públicos.

Conceptos:

•Cultura cívica

Qué es gobernar



Lee con atención:

Un gobierno cumple su función en tanto garantiza que los desacuerdos naturales de toda sociedad se resuelvan en un marco donde lo que priva es el diálogo, la tolerancia, el trato igualitario y el cumplimiento de la ley. Su responsabilidad es que **las leyes se cumplan**, así como estar encargado de la **administración** de eso que es de todos: el **patrimonio público**. De ahí que una aspiración de toda sociedad sea alcanzar permanentemente formas más duraderas, justas y mejores de administración.

Lee con atención:

Un lugar llamado Fuenteovejuna

Hace mucho tiempo, durante el siglo XV, en el reino de España existió un pequeño lugar llamado Fuenteovejuna. Era un pequeño poblado que, de no haber sido por los hechos que ocurrieron, de seguro hubiera oculto para la historia. Sin embargo, sucede que por esos años aquel poblado minúsculo de gente buena y pacífica era gobernado por un tal Fernán Gómez. En ese tiempo, a los gobernantes de lugares así se les llamaba “comendador”.

El comendador de Fuenteovejuna, ambicioso y arbitrario como pocos, tenía atemorizada a la población, pues gobernaba sin tentarse el corazón. Era cruel y despiadado cuando de imponer un castigo se trataba. Azotes, decapitaciones, ahorcamientos, incendios de casas y graneros, en fin, el terror. Los pobladores de Fuenteovejuna se resignaban sabiendo que de nada serviría mandar un mensajero a los reyes, pues éstos se hallaban enfrascados en una guerra. En tal condición, pensaban los hombres y mujeres, los soberanos no tendrían cabeza para atender los problemas de un pueblo que ni en los mapas aparecía.

Así pasó mucho tiempo. Tanto que aquella tiranía fue pareciéndoles a los habitantes la única manera posible de vivir. Y aunque parezca una contradicción: con el paso de los años, para hacerse a la idea y no morir de rabia o de miedo, comenzaron a serles familiares frases como: “Mira, hay otros pueblos que están peor”, o “Más vale malo por conocido que bueno por conocer”, entre otras. Cuando estas ideas llegaban a oídos del cruel Gómez, éste no hacía sino externar sonoras carcajadas y se frotaba las manos seguro de que su poder duraría eternamente. Esta convicción era hábilmente alimentada por todos aquellos que habían encontrado una forma de vivir sin trabajar demasiado dándose las de consejeros del tirano. Todos estos personajes dedicados tan sólo a adular al gobernante aumentaban cada año en número y poder.

Las cosas hubieran podido seguir así, pero un día, un hecho lo cambió todo y, de pronto, Fuenteovejuna comenzó a ser parte de la historia. No conforme con mantener a su pueblo hambriento y atemorizado, Gómez decidió emitir un decreto en el que declaraba que en su carácter de gobernante supremo tendría el derecho de ser él, ¡y no el marido!, quien pasara la primera noche con cada mujer que contrajera matrimonio en Fuenteovejuna. Bajo esta ley a todas luces injusta e indigna, el arrogante comendador se presentó a una fiesta nupcial: la boda de Laurencia y Frondoso. La raptó a ella y lo mandó a encarcelar a él. No obstante, en un descuido ella logró escapar de su malvado secuestrador. Regresó desde el castillo de Gómez hasta el pueblo y ahí, con la ayuda de algunos, convocó a todo el pueblo a **sublevarse**.



Glosario

Patrimonio público:
Bienes que pertenecen a todo el pueblo.

Sublevarse:
No obedecer.

El pueblo, harto de aguantar tanto abuso, se solidarizó con Laurencia y fue hasta el castillo a buscar al tirano. Al encontrarlo hicieron un juicio en el que cada habitante fue contando los agravios y ofensas, los castigos injustos y las penas que hubo de pasar por capricho del mal gobernante. Otros corrieron a liberar a Frondoso. Al final, reunido todo el pueblo, decidieron darle muerte al comendador. Decidieron, además, que la cabeza del tirano quedaría clavada en una lanza como señal de que ese pueblo había recobrado su dignidad.

Lejos de ahí, y sin que los pobladores de Fuenteovejuna lo supieran todavía, los reyes habían salido, hacía muy poco, victoriosos de la guerra que tenían. Restablecido su poder pleno, los reyes mandaron un juez al poblado para investigar lo ocurrido. Trescientos habitantes del lugar: niños, ancianas, hombres y mujeres de todas las edades, fueron sometidos a tortura para que revelaran el nombre del que había matado al comendador. Mas para sorpresa del juez, cada vez que preguntaba:

—¿Quién mató al comendador?

Cada habitante, sin importar si era rico o pobre, joven o viejo, contestaba con toda seguridad:

—¡Fuenteovejuna, señor!

Sin saberlo el juez, los habitantes fueron diciendo estas dos palabras y cuando lo hacían, sentían que se olvidaban de los golpes y las torturas. Cuando el juez regresó y contó a los reyes lo que sus ojos habían visto, éstos tomaron una absolver a todo el pueblo. Al mismo tiempo mandaron un mensaje a sus súbditos para que la verdad y la justicia encontraran lugar en Fuenteovejuna.

En adelante todos los habitantes de este pueblo, tan pequeño como digno, recordarían el hecho de que un gobierno bueno y justo es aquel que no hace daño a sus gobernados, aquel que trabaja por la seguridad y tranquilidad de las personas.

Sin embargo, sabían también, porque estaban decididos a nunca más ser ingenuos, que esa seguridad y tranquilidad no bastaban, por sí mismas, para que cada individuo pudiera alcanzar la felicidad; pero que se trataba de un punto de partida imprescindible para que cada quien pudiera andar el camino que a cada cual corresponde para alcanzar la felicidad, su propia felicidad. Basado en: Lope de Vega, Félix. *Fuenteovejuna*.

REFLEXIONO



Gracias a Laurencia

¿Cuál es el tema principal de esta historia?, ¿cuál es su enseñanza?, ¿por qué los reyes absuelven a todo el pueblo?

COMPARO



¿Es fácil gobernar?

Formen equipos de cuatro o cinco integrantes. Discutan las siguientes ideas analizando con cuáles están de acuerdo.

- ◇ Los gobernantes son personas superiores a los gobernados.
- ◇ Los gobernantes no tienen responsabilidades, como tampoco ningún ciudadano es "nadie" para pedir cuentas.

Glosario

Absolver:

Liberar de algún cargo u obligación.

Súbditos:

Los que obedecen la autoridad.

- ◆ El gobernante puede decidir qué es legal y qué no a su gusto.
- ◆ Gobernar es un acto de responsabilidad, de servir al bienestar colectivo.
- ◆ Los y las ciudadanas tienen derechos que son intocables por la autoridad.
- ◆ Los y las ciudadanas tienen el derecho de participar en la vigilancia y evaluación del trabajo de los gobernantes.
- ◆ Los bienes públicos están ahí como compensación de sueldo de los gobernantes.
- ◆ Lo que hace fuerte y segura a una sociedad es su grado de organización y participación.
- ◆ La política es un ámbito de asuntos, mecanismos e instituciones que nos atañen a todos los individuos.

Elaboren una conclusión por equipo.

Lee con atención:

De la tarea de gobierno se encargan, fundamentalmente, aquellos a los que el sociólogo alemán Max Weber llamó “**políticos profesionales**”. Esto es, aquellos individuos que han decidido vivir para y de la política. Mas cuando decimos “de la política” no estamos diciendo que eso les dé derecho a tomar como suyo lo que no es: **el patrimonio de todos, los bienes públicos**. A lo que se refiere es a que son **hombres y mujeres capacitados, profesionales de la administración de estos bienes**. Por hacer su trabajo, como cualquiera, deben recibir un salario. Por no hacerlo, abusar o ser ineficientes, como cualquiera, deben rendir cuentas. Su responsabilidad se mide en función de que la ley se cumpla, de que los conflictos en una sociedad se solucionen, que los bienes públicos se conserven y crezcan, y que las condiciones de vida de todas las personas mejoren.

Que esto se cumpla depende de los “políticos no profesionales”; es decir, aquellas personas que no “trabajamos” de administradores de lo público, sino de plomeros, maestros, periodistas, taxistas, secretarías, diseñadoras, abogados... etcétera. Por eso, la tarea de esta parte de la sociedad es no convertirse en espectadores pasivos sino en seres mucho más activos. Su función es vigilar que las cosas se hagan bien. Hacer bien significa: en el marco de la ley, pugnar por el beneficio de todos.

Y una última tarea de los “espectadores activos”: juzgar el desempeño de los profesionales. Decidir, en un tiempo previamente fijado y mediante un mecanismo que también se ha convenido colectivamente, si los profesionales de cierto equipo (partido político) lo han hecho bien y merecen seguir haciéndolo.

Glosario

Pugnar:

Luchar para lograr algo.



El voto es una manera de participar en la política.

¿Y si...?

Al final, el problema es de todos

Escribe en tu cuaderno dos formas en que se reflejan socialmente las siguientes actitudes:

- ◆ Los políticos profesionales actúan en beneficio personal.
- ◆ Los ciudadanos, no profesionales de la política, nunca dejan de ser “espectadores pasivos”.

¿Y si así fuera?

¿Cómo te imaginas que será la actitud de los políticos profesionales y cómo la de los ciudadanos en México?, ¿cómo te imaginas qué será el gobierno y cómo la participación de la sociedad cuando tengas 40 años?

La participación activa beneficia a nuestro país.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Sobre los "espectadores sociales" que pasan de ser pasivos a ser activos.
- La participación de todos en la política ayuda a ejercer control sobre el gobierno elegido.
- El gobierno debe beneficiar a toda la sociedad.

PASO FLEXIONO

- ¿Qué sucedería si no hubiera límites, reglas y acuerdos a nivel social?
- ¿Puede haber una sociedad sin conflictos? ¿Por qué?
- ¿En qué casos podemos aplicar nuestra capacidad de resolver conflictos, de llegar a un acuerdo?
- ¿Cuál es la responsabilidad del gobierno?

Un ser que se comunica

TEMA VI

1

UN SER QUE SE
COMUNICA

◦ UN SER QUE SE COMUNICA



La necesidad de comunicación

La necesidad de comunicarnos

Desde las primeras interacciones entre los seres humanos surgió la necesidad de establecer formas de comunicación. Esta necesidad dio origen a diferentes códigos que tuvieron como función establecer un vínculo entre las personas, transmitir sentimientos, peligros, necesidades y entender lo que les sucedía a otros individuos.



Para los seres humanos es imprescindible comunicar los sentimientos.

Debe haber sido muy difícil en esos primeros años de la humanidad lograr una comunicación entre dos personas. ¿Cómo hacerlo si no existía el lenguaje, ni la escritura, ni el código más elemental que pudiera ser entendido al mismo nivel por dos seres humanos? Seguramente las primeras comunicaciones se llevaron a cabo con base en la observación de lo que le sucedía a otra persona y a la respuesta de quien observaba. Probablemente al observar una reacción de dolor, la respuesta era de acercamiento y al observar una de agresión la respuesta pudo ser alejarse y/o hasta agredir. Sin embargo, es muy interesante que las primeras comunicaciones entre los seres humanos hayan sido comunicaciones de sentimientos. Poco a poco, las

acciones se acompañaron de sonidos, éstos se transformaron en palabras con significado, las palabras pudieron transmitir ideas completas, y así hasta llegar a crear lo que actualmente conocemos como el lenguaje. **El lenguaje es una característica exclusiva de los seres humanos.** Lo curioso en esta evolución es que actualmente una de las dificultades en las relaciones entre las personas sea precisamente la de comunicar sentimientos.

SE ME OCURRE...



Nos Identificamos

Piensa en un sentimiento que quisieras compartir, por ejemplo: tristeza, alegría, sorpresa, desesperación, ternura, amor, miedo, coraje, angustia. No lo digas. Adopta una postura, gesto o ademanes que transmitan ese sentimiento. Imagina que no existe otro tipo de código ni lenguaje. No puedes hablar. Camina por el salón y trata de identificar a otra persona que está manifestando el mismo sentimiento. Únete a esa persona y busquen otras que estén transmitiendo el mensaje. Una vez que todas las personas estén agrupadas comenten cuál era el sentimiento que estaban tratando de transmitir.

REFLEXIONO



Las señales

- ◇ ¿Cómo pudieron expresar e identificar el sentimiento?
- ◇ ¿Cuál habría sido su sensación ante la necesidad de comunicarse si no hubiera existido aún un lenguaje?
- ◇ ¿Cómo se sintieron al poder transmitir lo que deseaban?
- ◇ ¿Cómo se sintieron cuando no encontraban a su grupo?
- ◇ ¿Por qué crees que los seres humanos necesitamos comunicarnos?

La **comunicación** es un medio a través del cual podemos expresar nuestros sentimientos, emociones, ideas y necesidades a otras personas a la vez que conocemos los de ellas. Para que exista una verdadera comunicación tienen que existir al menos dos elementos: el que da el mensaje (emisor) y el que lo escucha (receptor); y debe haber un mensaje que se transmite, se recibe y se responde. Posteriormente, ese receptor intercambia papeles y se convierte en el emisor de un nuevo mensaje, cerrando lo que se llama el círculo de la comunicación. Sin embargo, este ciclo no siempre se cumple. En realidad una importante cantidad de factores acechan el proceso real de entendimiento, pues no se trata sólo de emitir o de recibir un mensaje, sino de comprenderlo, de "desmenuzarlo" para estar en posibilidad de acercarnos a la otra persona.

Aun cuando otros seres vivos tienen un lenguaje que les permite comunicarse, la comunicación humana posee una riqueza y una variedad que es única. La posibilidad de la comunicación aunada al desarrollo de la inteligencia permite que la comunicación con nuestros semejantes pueda reflejar todo tipo de pensamientos, de tiempos, de aspectos reales o imaginarios; a además podemos hacerlo utilizando diferentes lenguas o idiomas y diferentes modalidades de la comunicación.

Los tipos de comunicación humana pueden dividirse en cuatro grandes grupos.

La comunicación verbal, que utiliza un lenguaje oral.

La comunicación mímica, que utiliza un lenguaje no verbal.

La comunicación escrita, que utiliza un lenguaje escrito.

La comunicación gráfica, que utiliza un lenguaje pictográfico.



¿SABÍAS que...?

Los elefantes se comunican en frecuencias demasiado bajas para el oído humano y las ratas en frecuencias demasiado altas. Ingrid Newkirk. *Salva a los animales.* Nueva York: Warner Books, 1990.



¿Tenemos derechos todos los seres vivos?

De los tipos de comunicación elige dos, el que sea más fácil y el que sea más difícil para ti. Transmite un mensaje sobre los derechos de los animales en las dos modalidades que elegiste.

Pidan la participación voluntaria de miembros del grupo para que transmitan sus mensajes. Observa si hubo alguna preferencia por el tipo de comunicación, ¿qué se les hizo más fácil y más difícil a los hombres que a las mujeres?

Es interesante observar que en un gran número de sociedades parece ser que la comunicación verbal es más frecuente en las mujeres. Sin embargo no existen evidencias definitivas de que las mujeres aprendan a hablar a edades más tempranas que los hombres, ni que hombres y mujeres tengan diferentes capacidades genéticas para comunicarse. **La comunicación es una habilidad que hombres y mujeres podemos desarrollar al igual que el resto de las habilidades.** La inteligencia es una característica del ser humano, no es una característica masculina o femenina. Por otro lado, es importante mencionar que los aspectos culturales determinan en gran medida el papel de hombres y mujeres respecto a comunicarse con las demás personas dentro y fuera de la familia. En algunos países, no se permite que las mujeres expresen sus ideas y necesidades y en otros no se favorece que los hombres comuniquen sus sentimientos especialmente si estos se relacionan con ternura y sensibilidad. **Hombres y mujeres tenemos el derecho de expresar nuestras opiniones y participar en asuntos relacionados con la política de nuestro país.**



Los aspectos culturales influyen en las formas de comunicación entre hombres y mujeres.



Te estoy observando

El trabajo se realizará en parejas. Si eres hombre escoge una compañera y viceversa. Cada uno observará durante una semana al otro. Al cabo de ese tiempo le entregará por escrito un reporte de los principales rasgos de su comunicación verbal y no verbal. Con esta información cada uno planeará la forma de mejorar su comunicación con las demás personas.

¿SABÍAS que...?

Durante los últimos años se han dado muchos cambios en cuanto a la participación de la mujer, las mujeres se han ocupado por superarse intelectual, emocional y profesionalmente. "Me ha tocado vivir una época en que la mujer ha roto con muchas cosas y he seguido ese camino. Aunque siempre busco no sólo romper, sino construir, proponer". Diana Bracho, actriz mexicana.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La necesidad de comunicarnos ha dado origen a diferentes códigos de comunicación.
- La observación juega un papel importante en la comunicación.
- El círculo de la comunicación lo forma un emisor, un receptor y un mensaje.
- Cada tipo de comunicación utiliza un lenguaje diferente.
- Mujeres y hombres podemos desarrollar la comunicación así como cualquier otra habilidad.

Conceptos:

- Lenguaje oral
- Lenguaje no verbal
- Lenguaje escrito
- Lenguaje pictográfico

Habilidades que desarrollamos...

- Poner en práctica diferentes tipos de comunicación.
- Observar las señales de comunicación de las personas que nos rodean.

La clave está en la claridad



Todas las personas merecen ser escuchadas con respeto cuando expresan sus puntos de vista.

Es tal la variedad y la riqueza de herramientas para comunicarnos que parecería imposible decir que existen "problemas de comunicación". Sin embargo, este es un comentario que oímos frecuentemente ante los problemas entre amigos, en los trabajos, en las familias, en las comunidades y entre los gobiernos de los países. Los problemas de comunicación han llevado a observar y a buscar cuáles son los elementos que intervienen cuando se lleva a cabo una comunicación efectiva.

Podemos decir que **la clave está en la claridad del mensaje**. Pensemos por ejemplo en una fotografía: cuando está bien enfocada y definida identificamos lo que está ahí, en cambio si está borrosa nos cuesta trabajo y terminamos por tratar de adivinar qué había en la fotografía o abandonarla por indescifrable.

En la comunicación ocurre lo mismo. Si el mensaje es claro, directo, completo y descifrable se facilitará la comunicación, al contrario de lo que pasa si es un mensaje incompleto, confuso o un código que no comprendemos.

El primer punto para establecer una comunicación es, sin duda, considerar que **nadie puede comunicar claramente lo que de antemano no tiene claro para sí**. Esto es, tenemos que detectar qué es lo que se quiere comunicar, cómo se llama ese sentimiento, cómo es ese objeto, qué características tiene "eso" que se quiere que la otra persona escuche, comprenda y comparta.

Posteriormente es necesario **buscar un lenguaje común**, adelantarnos a la reacción de la otra persona pensando si es comprensible lo que queremos transmitir y esperar la reacción de la otra persona que responde a nuestro mensaje.

En ese punto necesitamos mostrar el mismo respeto que creemos que merece al **escuchar al otro individuo exponer su punto de vista**. Acercarnos, confiar, mostrar empatía ("ponernos en los zapatos de la otra persona", etc.), son algunas de las consideraciones que posibilitan un mejor "contacto" con la otra persona, y no, como tantas veces ocurre, un intercambio de monólogos donde dos creen que se comunican y, al final, se sienten más solos e incomunicados que cuando comenzaron a hablar.

Así como en ocasiones no queremos comunicar un sentimiento o una idea, así también la otra persona merece igual respeto a su necesidad de intimidad o privacidad. Lo importante es que cuando sí queramos, cuando decidamos comunicarnos podamos hacerlo en la dirección de **ser comprendidos y no sólo "escuchados"**; y a su vez, **sepamos comprender y no sólo escuchar a la otra persona**.

En el proceso de comunicación la base es la claridad de ideas, sumada al respeto. Pero hay un elemento más: la confianza traducida en que no todo lo que digamos o escribamos puede ser tan racional, tan frío, tan "pensado", porque entonces la comunicación se vuelve una experiencia en la que hemos dejado de lado lo más importante: el que dos seres humanos o más puedan **hacer "contacto" a través de los sentimientos**.

Somos seres que se comunican, y es bien cierto que ya frente a la necesidad de hacerlo sacamos recursos de donde sea y "nos damos a entender". Pero qué mejor sería que en cada intento tuviéramos presente que no sólo es importante lo que cada cual tiene que comunicar, sino a quién se lo estamos comunicando. Es decir, considerar a la otra persona, a quien le toca jugar el papel de receptor de nuestro mensaje.



Es importante tomar en cuenta con quién nos estamos comunicando.

YO QUIERO, YO PUEDO



Viajemos al futuro

Imagina que te encuentras en el año 3000 y necesitas transmitir un mensaje a otra galaxia. La computadora te hará unas preguntas para poder convertir el lenguaje a uno que sea comprensible en la otra galaxia:

- ◆ Nombre de su galaxia:
- ◆ Nombre de la galaxia a la que se quiere comunicar:
- ◆ Qué desea decir:
- ◆ Cuándo desea transmitir el mensaje:
- ◆ Por favor, desglose la idea:
- ◆ Por favor, desglose el sentimiento que la acompaña:
- ◆ En qué lenguaje está transmitiendo su mensaje:
- ◆ A quién lo está transmitiendo:
- ◆ Para qué y por qué lo transmite:
- ◆ Por favor, haga cualquier aclaración adicional que considere necesaria para que el mensaje no sea mal interpretado:
- ◆ De qué manera desea recibir la respuesta:
- ◆ Cuándo desea recibir el mensaje de contestación:

Glosario

Desglose:

Enumerar o separar los puntos específicos.

Analizar qué diremos, cuándo, a quién, cómo, para qué y por qué son algunas "pistas" que seguramente nos ayudarán a hacer de manera más eficaz lo que necesitamos hacer: comunicarnos.

La comunicación es una característica tan particular de los seres humanos que cuando no entendemos un mensaje se produce en nosotros cierta tensión. Necesitamos comprender lo que sucede a nuestro alrededor y muchas de las explicaciones de lo que sucede las obtenemos a través de la comunicación.

YO QUIERO, YO PUEDO



En clave

Formen equipos de siete personas, pónganse de acuerdo en la manera en la cual descifrarán el siguiente mensaje:

λα χαρακτηριστηκα μας ιμπορταντε δελ λεγγυαφε εσ θυε ρεπρεσεντα υν σιστεμα παρα χοδιφιχαρ λα εξπειριενγια εν χονχεπτοσ εξιστεντεσ ρεπρεσενταδος πορ παλαβρασ

Alfabeto:

α β χ δ ε φ γ η ι φ κ λ μ ν ο π θ ρ σ τ υ ω ξ ψ ζ

Al finalizar reflexionen sobre cómo se sintieron al no poder descifrar el mensaje rápidamente.

- ◆ ¿Qué fue lo que ayudó a descifrar el mensaje?
- ◆ ¿Cuánto se hubieran tardado si la tarea hubiera sido individual?



PARA CASA

Observa a un bebé que empiece a hablar, anota todo lo que hace para poder comunicarse. Observa todos los tipos y señales de comunicación que utiliza. En el grupo analicen las observaciones.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Para comunicarnos necesitamos usar un lenguaje común.
- Es necesario aclarar qué queremos comunicar y de qué manera.
- La comunicación entre los seres humanos es más que un intercambio de mensajes, los sentimientos le dan otro sentido.

Conceptos:

- Empatía
- Código común

Solución:
La característica más importante del lenguaje es que representa un sistema para codificar la experiencia en conceptos existentes representados por palabras.

¿Qué hay detrás?



Comunicarnos con otras personas nos permite encontrar **puntos en común, compartir intereses y sentir compañía, amor y comprensión**. Comunicarnos nos permite, también, decirle a alguien qué necesitamos o cuánto enojo sentimos por algo que nos hizo. Asimismo, la buena comunicación es fundamental entre un maestro o maestra y sus estudiantes; y ni qué decir de la necesidad de que haya una buena comunicación entre gobernantes y gobernados en un sistema social. No debemos olvidar que la comunicación no se refiere únicamente al proceso de la escritura o del habla. **Todo el tiempo nos estamos comunicando**. Todo el tiempo estamos “diciendo”: cuando caminamos, cuando miramos, cuando tocamos o movemos las manos de determinada manera.



Todo el tiempo nos estamos comunicando.

A veces lo hacemos de manera intencional: nos ponemos un pantalón o un vestido que sabemos que le va a agrandar a alguien que nos interesa; o bien, cuando nuestra mirada se cruza con la de otra persona y sentimos que hay un cosquilleo en el estómago. Cruzar los brazos, hacer gestos, sentarnos de determinada manera son sólo algunas de las muchas formas en que vamos “diciendo sin decir”. Gracias a que tenemos el recurso del lenguaje no verbal podemos comunicar muchos de nuestros sentimientos y no sólo nuestras ideas.

Es importante que nos percatemos del lenguaje no verbal, sobre todo, porque podríamos estar diciendo o haciendo sentir a otras personas cosas que no era nuestra intención provocar.

SE ME OCURRE...



Dilo con mímica

Dividan al grupo en dos equipos. Uno elige el título de una película y se la comunica a un integrante del otro equipo sin que el resto escuche. Esta persona deberá intentar que sus compañeros de equipo adivinen el título de la película. Los equipos se alternan y las representaciones tienen un tiempo límite. Se excluyen títulos que contengan nombres propios.

Además de los mensajes que podemos estar transmitiendo a través del lenguaje no verbal, existen otros mensajes que se filtran entre el lenguaje verbal y el no verbal. Estos se refieren a lo que estamos comunicando sobre **nuestras actitudes y valores**. Esto es muy complejo, ya que, además de que las actitudes y valores pueden favorecer o entorpecer la comunicación, también podemos estar transmitiéndolos de manera clara en el contenido de nuestro mensaje o podemos estar tratando de ocultarlos. En ese momento pasamos a una etapa más profunda de la comunicación, que se refiere a lo que interpretamos de los mensajes, debido a la manera como vienen “envueltos”, es decir, las actitudes y valores que se perciben con dicho mensaje.

¿SABÍAS que...?

En la película italiana *La vida es bella* (1998) nominada para más de 10 premios diferentes aparece un doctor al que le gusta resolver acertijos. Al mesero que lo atiende en un restaurante, de nombre Guido, le hace la siguiente pregunta: “Si dices mi nombre ya no existo” ¿Cuál crees tú que es la respuesta? Búscala al final de la lección.



Conecta para comunicarte

Las siguientes actitudes y valores están vinculados con el proceso de comunicación. Compara los que lo facilitan con los que lo obstruyen. Sepáralos en dos listas y anótalos en tu cuaderno.

- | | | | |
|--------------|----------------|--------------|-------------|
| •Tolerancia | •Participación | •Interés | •Antipatía |
| •Pasividad | •Intolerancia | •Agresividad | •Honestidad |
| •Respeto | •Confusión | •Imposición | •Engaño |
| •Aislamiento | •Desesperación | •Confianza | •Temor |
| •Simpatía | | •Serenidad | |

¿SABÍAS que...?

En la mayoría de los seres humanos la región del habla solo se desarrolla en un hemisferio cerebral, generalmente en el izquierdo.



¿Obstaculizo o facilito la comunicación?

Dividan al grupo en dos grandes equipos. Cada equipo a su vez se dividirá en dos. Elijan al azar una pareja de equipos que establecerán un debate utilizando actitudes y valores negativos que obstaculizan la comunicación. El otro equipo hará el debate con actitudes y valores positivos que favorecen la comunicación. El tema del debate es "se puede estudiar con música moderna de fondo". Un equipo defenderá esta postura y el otro la rechazará. La discusión durará 5 minutos. Tomen el tiempo.

Al final anoten lo que sucedió en cada equipo.

- ◊ ¿Pudieron llegar a alguna conclusión sobre el tema del debate?
- ◊ ¿Qué podemos hacer los seres humanos para tomar decisiones pensadas y en paz?

Algunas reglas para conversar con éxito son:

- ◊ Tener un tema interesante de conversación.
- ◊ No hacer monólogos y dejar que los demás se expresen.
- ◊ Expresarse en forma agradable, sin fruncir el ceño y sin utilizar un lenguaje corporal agresivo.
- ◊ No temer a las pausas en la conversación, pues éstas proporcionan tiempo para reaccionar y pensar acerca de lo que se ha dicho.
- ◊ Comunicar los desacuerdos sin insultar o juzgar.
- ◊ Tratar de que intervengan todas las personas presentes sin excluir a nadie.
- ◊ Recordar que el 50% de una conversación consiste en escuchar.

Adaptado de: Waller Caryl, *990 actividades para realizar con sus hijos*. Bogotá: Ed. Ariel Norma, 1988.



Cuidando nuestras palabras

Elige una de las situaciones que se te presentan y escribe el diálogo narrativo (incluye las frases textuales que diga cada persona, así como el lugar donde se desarrolla la escena, el tiempo que pasa entre una respuesta y la otra). Da una conclusión respecto a cómo el no cuidar las palabras ocasionó:

- ◆ Discordia entre dos amigos.
- ◆ Crueldad frente a un familiar.
- ◆ Odio de un desconocido.
- ◆ Ruptura de afecto en una pareja.
- ◆ Alegría para un maestro o maestra.
- ◆ Amor y cariño para una madre/padre.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Todo el tiempo nos estamos comunicando a través del lenguaje no verbal.
- Las actitudes favorecen u obstaculizan la comunicación.
- Podemos comunicar desacuerdos sin insultar.

REPASO Y REFLEXIÓN

- -
 -
 -
- ¿Es el silencio una forma de comunicación? ¿Por qué?
- ¿Qué hay que tomar en cuenta para comunicarnos?
- ¿Por qué es igualmente importante saber hablar que saber escuchar?
- -
 -
 -

Respuesta del acertijo de página 89: El silencio.

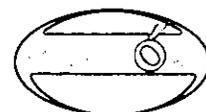
Un ser vivo en un sistema ecológico

1

UN SER VIVO EN UN SISTEMA ECOLÓGICO

• UN SER VIVO EN UN SISTEMA ECOLÓGICO

Vivos, en un planeta vivo



En nuestro cuerpo existe un equilibrio que permite que todo funcione bien.

Los humanos somos seres vivos que se desarrollan en un sistema ecológico. Esto es de lo más obvio, sin embargo no siempre lo tenemos presente. Es más, a veces parece que necesitamos enfermarnos, sentirnos mal físicamente o experimentar un dolor en el estómago para darnos cuenta de la importancia que tiene que toda esa maquinaria interior, formada por riñones, corazón, sangre, nervios, huesos, tendones, esté en condiciones de poder funcionar.

Sólo cuando una de las “piezas” falla porque no le hemos dado buen mantenimiento o porque le dimos alguna sustancia que la daña, comprendemos el valor del equilibrio. ¿Del equilibrio? Sí, del equilibrio que permite que todos esos órganos puedan seguir funcionando.

Esto es tan sencillo como pensar que todo está conectado con todo. Así, si lastimamos el hígado ingiriendo grandes cantidades de alcohol, por ejemplo, y éste no lo puede “filtrar” adecuadamente ese alcohol se va a la sangre y de ahí a todo el cuerpo. Sentirnos bien físicamente, es todo lo contrario a este ejemplo. Es mantener en una relación armónica cada parte del todo.

Este principio de "todo armonizable" es el mismo con el que los seres humanos nos relacionamos con el resto de los seres vivos que habitan el planeta. Hagamos de cuenta, ahora, que el planeta es el cuerpo del todo, y que sus partes somos los humanos, pero también los animales, las selvas, los desiertos, las cadenas montañosas, los ríos, etcétera.

Imaginemos: ¿Qué pasaría si a las personas nos diera por comer ácidos que mataran nuestros tejidos?, o ¿podemos pensar en alguien que deliberadamente tomara químicos que van a quemarle la piel y se la van a dejar llena de grietas e insensible?

Cuesta trabajo imaginar cosas así, ¿verdad?

Y si nos es tan ilógico ver a alguien hacer ese tipo de cosas a sus organismos, ¿por qué lo aceptamos con tanta facilidad y en ocasiones incluso participamos de ello, cuando se trata de aquello que le damos de "comer", de "beber" y de "respirar", al planeta?

¿Será acaso que nos olvidamos de que estamos adentro de ese "otro cuerpo", que es el sistema ecológico? Con toda seguridad que lo olvidamos. Y este olvido suicida nos ha puesto en serios predicamentos climatológicos, que se transforman en sequías, huracanes, cambios en la temperatura, altos contenidos de partículas tóxicas en el aire, muerte de ríos, extinción de animales y otros fenómenos que analizaremos.

Lo más ilógico de nuestras acciones y actitudes es que son contra nuestra propia sobrevivencia como especie. A esta muerte lenta y dolorosa a la que estamos sometiendo al planeta, y con él a la que nos estamos exponiendo los humanos, se le llama con justa razón, **ecocidio**.

El asunto es serio porque en muchos casos cuando se pierde una especie, por ejemplo, no hay manera de recuperar, de hacer que vuelva a nacer por medios artificiales. Y no es solo una cuestión de número de especies sino del papel que cada especie desempeña en un respectivo ecosistema.

Así pues el equilibrio de un hábitat a la vez que es muy fuerte, porque descansa en un gran número de actores, cada uno con "responsabilidades" bien definidas, es también extremadamente frágil porque si desaparece un eslabón la cadena quedará trunca.



Hemos puesto a la naturaleza en serios predicamentos climatológicos.

Glosario

Predicamentos climatológicos:

Problemas de la temperatura y de otras condiciones climatológicas.

Trunca:

Sin una parte especial.



Cada especie que desaparece pone en peligro el equilibrio en el ecosistema.

¿SABÍAS que...?

Colocar un bote de basura en un lugar adecuado puede hacer la diferencia entre cuidar o no una parte de nuestra comunidad que tiene un valor histórico y cultural.

COMPARO



Ver para creer

Observa los siguientes pares de fotografías. "Antes" corresponde al estado en el que se encontraba un espacio hace algún tiempo, "después" es como ha quedado a causa de la intervención humana. Luego de observarlas escribe en tu cuaderno, ¿por qué crees que sucedió el cambio? Comparte tus argumentos con el resto del grupo.

ANTES



DESPUÉS



ANTES



DESPUÉS



Lee con atención:

¿Hemos sido siempre así los seres humanos?, ¿estará en nuestra "naturaleza" destruir el único planeta que tenemos? No. Los pueblos antiguos más sabios que nosotros en éste y muchos otros aspectos, conci-

bieron al hombre como una "creación" que fue puesta en la tierra no para destruirla sino para formar parte de un todo armónico.

Claro ejemplo de eso es la forma en que los mayas explicaban el nacimiento del mundo y la formación de los hombres y mujeres que lo poblaron.

En su libro sagrado llamado **Popol Vuh** cuentan que al principio todo estaba en calma; en silencio y vacía la extensión del cielo. No había aún un hombre, ni un animal, pájaros, peces, cangrejos, árboles, piedras, cuevas, barrancas, yerbas, ni bosques: Solo el cielo existía.

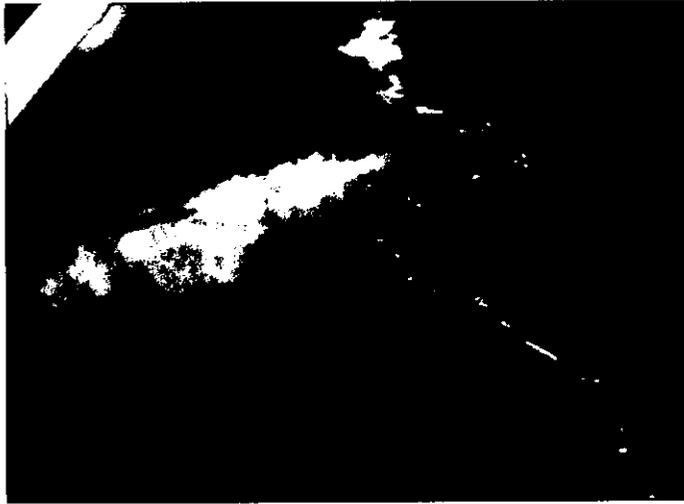
El Dios creador, el formado, llamado Tepeu, también nombrado El Corazón del Cielo, y los Progenitores, nombrados Gucumatz, que estaban en el agua rodeados de claridad, dispusieron que cuando amaneciera debería aparecer el hombre. Entonces dispusieron la creación y crecimiento de los árboles y los bejucos y el nacimiento de la vida en la creación del hombre.

—Que se llene el vacío— ordenaron—. Que esta agua se retire y surja la tierra y se afirme —así dijeron. Luego la tierra fue creada por ellos— ¡Tierra! — dijeron, y ésta surgió al momento.

Del mismo modo, del agua hicieron surgir las montañas y los valles; y de su superficie brotaron los árboles. Se dividieron las corrientes de agua, los arroyos se fueron corriendo libremente entre los cerros. Luego hicieron los animales pequeños del monte, los guardianes de todos los bosques, sin olvidarse de los genios de la montaña: los venados, pájaros, leones, tigres, serpientes, culebras, guardianes de las plantas del bosque. Aunque contentos con su obra, dijeron los dioses progenitores: —¿Sólo silencio e inmovilidad habrá bajo los árboles y las plantas del bosque? Conviene que en adelante haya quien los cuide. Creyendo que de esa tarea podrían encargarse venados y aves, procedieron a darles la tarea y asignarles los lugares en que vivirían. Lo mismo hicieron con cada uno de esos animales. Así a todos les dieron un lugar en la tierra. Pero luego los dioses les pidieron que hablaran, y cada cual lo hizo según su especie. Cada uno gritaba de forma diferente.

Los dioses decidieron hacer otro intento para crear unos seres que a la vez que tuvieran habla, para venerarlos como dioses, quedaran al cuidado de la tierra. Estaba por amanecer y debían apurarse. —¡A probar de nuevo!—, dijeron los progenitores. Entonces fue la creación y la forma de los primeros hombres. De lodo hicieron la carne. Pero enseguida vieron que estaba blando y no tenía movimiento. No movía la cabeza y no veía. Fue metido al agua, se reblandeció y no se pudo sostener. Decidieron desbaratarlo.

En el siguiente intento los dioses se decidieron por hacer a los hombres de madera. Labrados, aquellos hombres y mujeres hablaban y poblaron la superficie de la tierra.



No podemos destruir el único planeta que tenemos.

¿Dónde jugarán los niños?

Cuenta el abuelo que de niño él jugó entre árboles y risas y alcatraces de color.

Recuerda un río transparente y sin olor, donde abundaban peces que no sufrían ningún dolor.

Cuenta el abuelo de un cielo muy azul, en donde voló papalotes que él mismo construyó.

El tiempo pasó y nuestro viejo ya murió y hoy me pregunté después de tanta destrucción, ¿dónde diablos jugarán los pobres niños? ¡Ay, ay, ay! En donde jugarán se está pudriendo el mundo y no hay lugar...

Fer/Alex

Canta, Grupo Maná, 1992.



¿SABÍAS que...?

•El biólogo Terry Erwin encontró mas de 650 especies de escarabajos en un solo árbol en Perú.

•El genetista Paul Rainey emplea una bacteria común llamada *Pseudomonas fluorescens* para recrear un bosque tropical en miniatura. Todo empieza colocando una bacteria en una probeta con un caldo alimenticio basado en glicerol.

National Geographic, Febrero 1999, p.13

Glosario

Yaho:

Vapor que despiden los cuerpos en determinadas condiciones.

Los dioses creyeron que habían logrado su propósito. Mas pronto se percataron del problema: los hombres y mujeres de madera, no tenían alma, ni entendimiento, andaban sin rumbo y caminaban a gatas. Además de no tener memoria, estos muñecos de palo, no tenían sangre, ni humedad, ni gordura; sus manos y sus pies no tenían consistencia. Todos ellos estaban secos, sus mejillas, su cara; su carne estaba amarilla. Los hombres y mujeres tallados fueron destruidos con un diluvio. Después de muchas consultas al fin los dioses se decidieron por probar de nuevo. Preguntaron a los animales y éstos los llevaron a una tierra llena de deleites, abundante en mazorcas amarillas y mazorcas blancas, y muchos otros sabrosos alimentos de maíz blanco y maíz amarillo. Es así que hicieron los primeros padre y madre; de masa de maíz se hicieron los brazos y las piernas. Únicamente masa de maíz entró en la carne de aquellos primeros padres.

Fueron dotados de inteligencia; tuvieron vista y ésta se extendió tanto que alcanzaron a mirar y conocer todo lo que hay en el mundo. Cuando miraban al instante veían a su alrededor y contemplaban en torno a ellos la bóveda del cielo y la redondez de la tierra.

Luego dieron las gracias a los creadores. —No está bien lo que dicen nuestras criaturas, todo lo saben —y se volvieron a reunir para tener un consejo—. ¿Qué hacemos con ellos? —preguntaron—. ¿Acaso no son por su naturaleza simples criaturas?, ¿han de ser también ellos dioses? Detengamos un poco sus deseos. Pues no está bien que se igualen a nosotros que sabemos y logramos todo.

Entonces el Corazón de Cielo les echó un yaho sobre los ojos, los cuales se empañaron como cuando se sopla sobre la luna de un espejo. Sus ojos se velaron y sólo pudieron ver lo que estaba cerca, sólo eso era claro para ellos.

Adaptado de Adrián Recinos, *Popol Vuh*, México: Fondo de Cultura Económica, 1976.

REFLEXIONO



Relacionando

- ◇ ¿Cuál era el objetivo de los dioses al crear al hombre según el Popol Vuh?
- ◇ ¿Cuál será la misión del hombre en un planeta con agua, montañas, valles, árboles y animales?

Saber que somos seres vivos en un sistema ecológico no basta; **debemos conservar aquello que nos ha sido dado y somos responsables de entregarlo mejor a quienes vienen detrás.** Es el planeta, el planeta vivo en el que estamos vivos, somos solo una mínima parte de este gran todo que es el sistema ecológico.

Estamos frente a una tarea, que es a la vez de rescate, conservación y prevención, que incluye cosas que hacer y otras que hay que dejar de hacer. Hacer y dejar de hacer tiene como centro común una palabra: **responsabilidad.**

PARA LA CASA

¿Cuál es mi misión como ser vivo en un sistema ecológico?

Mejorar las condiciones de nuestro entorno natural está en nuestras manos. Escribe en tu cuaderno 5 actitudes personales que puedes cambiar. Dibújalas y haz un cartel. Cuelguen los carteles en la escuela.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Tenemos la responsabilidad de mantener el equilibrio ecológico.
- Los pueblos antiguos tenían mayor respeto por la naturaleza.

Concepto:

- Ecocidio

*La naturaleza ha
prodigado a México
todos su tesoros.*

José Maria Luis Mora (1836)

El valor de la tierra



El cuidado del planeta y la conservación de su **biodiversidad** no sólo están relacionados con el futuro, es decir, con los resultados de nuestras acciones de hoy, sino también con **nuestra identidad: lo que somos, cómo nos vemos y la manera como nos vinculamos con nuestro entorno, tanto social como natural.** ¿De qué manera? Pues, por principio, debido a que las personas solemos establecer vínculos con la "tierra" en la que vivimos, hemos nacido o nacieron nuestros padres y abuelos. Eso es, en parte, lo que llamamos "amor a la tierra" y su importancia radica en que nos refiere al sitio de donde provenimos y que nos mantiene ligados a nuestro pasado. Un pasado cultural que se expresa también, en el clima, en los paisajes, en los animales, en los frutos y flores, del entorno físico que sentimos como propio. Somos seres vivos en un sistema ecológico y, en tanto formamos parte de él, tenemos la responsabilidad de **salvaguardar** su equilibrio. Además, mantenemos importantes vínculos sentimentales con el entorno natural que percibimos como parte de nosotros mismos. ¿Cuántas veces nuestros padres o nuestros abuelos nos han contado, lamentándose, de tal o cual paisaje que ya no existe?, de que en nuestra comunidad por las noches se escuchaban tales o cuales animales, de que ellos iban a bañarse a ciertos ríos, y ¿cuántas veces al contarlo no se han lamentado de que todo aquello se haya perdido irremediablemente? Nuestra vida y lo que hacemos con el sistema ecológico en el que vivimos no se agota en el presente ni en la utilidad inmediata: está íntimamente ligado con la preservación de nuestro pasado colectivo y nuestra responsabilidad con el futuro.



Tenemos la responsabilidad de guardar el equilibrio ecológico de nuestro planeta.

Lee con atención:

No todo está a la venta...

Jefe de las Caras Pálidas ¿Cómo se puede comprar el cielo o el calor de la tierra?
Si nadie puede poseer la frescura del viento ni el fulgor del agua. ¿Cómo es posible

Glosario

Salvaguardar:
Defender.

que ustedes se propongan comprarlos? Mi pueblo considera que cada elemento de este territorio es sagrado. Cada pino brillante que está naciendo, cada grano en las playas de los ríos, los arroyos, cada gota de rocío entre las sobras de los bosques, cada colina, y hasta el sonido de los insectos son cosas sagradas para la mentalidad y las tradiciones de mi pueblo.



Para los pieles rojas la tierra donde viven es sagrada.

La savia circula por adentro de los árboles llevando consigo la memoria de los Pielas Rojas. Los Caras Pálidas olvidan a su nación cuando mueren y emprenden el viaje hacia las estrellas. No sucede igual con nuestros muertos, nunca olvidan a nuestra tierra madre. Nosotros somos hermanos. El venado, el caballo y el águila son nuestros hermanos. Los desfiladeros, los pastizales húmedos, el calor del cuerpo del caballo o del nuestro, forman un todo único.

Por lo antes dicho creo que el Jefe de los Caras Pálidas pide demasiado al querer comprarnos nuestras tierras. El jefe de los Caras Pálidas dice que al venderles nuestras tierras, él nos reservaría un lugar donde podríamos vivir cómodamente. Pero no podemos aceptar su oferta porque para nosotros esta tierra es sagrada. El agua que circula por los ríos y los arroyos de nuestro territorio no es solo agua, es también la sangre de nuestros ancestros. Si les vendiéramos nuestra tierra tendrían que tratarla como sagrada, y esto mismo tendrían que enseñarles a sus hijos. Cada cosa que se refleja en las aguas cristalinas de los lagos habla de los sucesos pasados de nuestro pueblo. La voz del padre de mi padre está en el murmullo de las aguas que corren. Estamos hermanados con los ríos que sacian nuestra sed. Los ríos conducen nuestras canoas y alimentan a nuestros hijos. Si les vendiéramos nuestras

tierras tendrían que tratar a los ríos con dulzura de hermanos, y enseñar esto a sus hijos.

Los Caras Pálidas no entienden nuestro modo de vida, los Caras Pálidas no conocen las diferencias que hay entre dos terrones, ustedes son extranjeros que llegan por la noche a usurpar de la tierra lo que necesitan. No tratan a la tierra como hermana sino como enemiga. Ustedes conquistan territorios y luego los abandonan, dejando ahí a sus muertos sin que les importe nada.

Nuestro modo de vida es muy diferente al de ustedes. Los ojos de los Pielas Rojas se llenan de vergüenza cuando visitan las poblaciones de los Caras Pálidas. Tal vez esto se deba a que nosotros somos silvestres y no los entendemos a ustedes.

En las poblaciones de los Caras Pálidas no hay tranquilidad, ahí no puede oírse el abrir de las hojas primaverales, ni el aleteo de los insectos. Eso lo descubrimos porque somos silvestres. El ruido de sus poblaciones insulta nuestros oídos. ¿Para qué le sirve la vida al ser humano, si no puede escuchar el canto solitario de un pájaro, si no puede oír la algarabía nocturna de las ranas al borde de los estanques? Como Piel Roja no entiendo a los Caras Pálidas. Nosotros tenemos referencia por los vientos suaves que susurran sobre los estanques, por los aromas de este limpio viento, por la llovizna del mediodía o por el viento que aromatiza.

Para los Pielas Rojas el aire es de valor incalculable, ya que todos los seres compartimos el mismo aliento, todos: los árboles, los animales, los hombres. Los Caras Pálidas no tienen conciencia del aire que respiran, son moribundos, insensibles a lo pestilente.

Si les vendiéramos las tierras ustedes deben tratar a los animales como hermanos. Yo he visto a miles de búfalos en descomposición en los campos. Los Caras Pálidas matan búfalos con los trenes y ahí los dejan tirados, no los matan para comerlos. No entiendo cómo los Caras Pálidas le conceden más valor a una máquina que a un búfalo.

Si todos los animales fueran exterminados el hombre también perecería entre una enorme soledad espiritual. El destino de los animales es el mismo que el de los hombres. Todo se armoniza.

Gosario

Algarabía:
Alegria.

Susurran:
Murmuran,
hablan en voz baja.

Pestilentes:
Que huelen mal.

Enseñen a sus hijos lo que los nuestros ya saben: que lo que la tierra padezca será padecido por mis hijos. Nosotros estamos seguros de esto. La tierra no es del hombre, sino que el hombre es de la tierra. Nosotros lo sabemos.

Carta del Jefe Piel Roja de Seattle, como respuesta a la petición de compra de sus tierras, que le hizo el presidente de los Estados Unidos en 1854.

Adaptado de: SEP-SEDUE-SSA, 1978. "Introducción a la educación ambiental y la salud ambiental", México. 1978

¿Y si...?



Se vende

¿Tú qué dirías..? Imagina que tú eres el o la líder de la comunidad en la que vives. Alguien llega y te propone comprarles la totalidad del territorio en el que viven para hacer un gran parque de juegos mecánicos. Te proponen que a cambio del territorio tú y tu comunidad serán trasladados a otro lugar, lejos de donde están ahora; ¿qué pasaría si, de pronto, te quedas sin "tu tierra"? Escribe una carta en nombre de tu comunidad.

REFLEXIONO



Mis raíces

¿Crees que en el mundo actual las personas han perdido la relación con la vida natural?
¿Piensas que el contacto con el entorno natural es positivo para una vida más armónica?
¿Consideras que el destino de los ecosistemas está ligado al destino de los seres humanos?
¿Cuál es la importancia que tiene para ti el lugar en el que naciste, en el que nacieron tus padres?

PARA LA CASA



Un viaje al pasado

Formen equipos de cinco o seis miembros. Ya sea a través de libros o de entrevistas directas a tus abuelos, padres o personas mayores de tu comunidad, investiguen cómo era hace ciento cincuenta años, hace cien, hace cincuenta y hace veinticinco el lugar en el que vives actualmente. Elaboren una presentación como si estuvieran describiendo el lugar a alguien que nunca ha estado ahí. Cuenten cómo ha ido cambiando con el tiempo hasta llegar a nuestros días. Acompañen su presentación de ilustraciones y de ser posible, mapas, anécdotas, etcétera.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- No se puede comprar o vender lo que es de todos: el entorno natural, su equilibrio, la relación que éste guarda con nuestro pasado, presente y futuro.
- El planeta nos ha sido dado para habitarlo, y tenemos la responsabilidad de preservarlo.

Concepto:

- Entorno natural

¿SABÍAS QUE...?

En el siglo XIX, una de las "diversiones" favoritas de los primeros pobladores de Estados Unidos era dispararle a los búfalos desde los trenes en marcha. Hubo, incluso, personajes que adquirieron fama por haber dado muerte a miles de estos animales, entre ellos se cuenta al legendario "Billy the Kid".



Liebre orejona.

El futuro está cerca



"Para el futuro falta mucho tiempo", solemos pensar, como si nuestra condición presente fuera a alargarse según nuestro gusto y conveniencia. **El futuro no está tan lejos ni tan desconectado del presente.** En la lección anterior, intentamos establecer como fundamental para nuestra identidad el sentir que pertenecemos, a una "tierra". Pues bien, así como para cada uno de los individuos del presente los hechos de sus antepasados son hoy una fuente de satisfacción o de problemas heredados, así también para todos aquellos que vengan después, lo que hagamos o dejemos de hacer hoy será parte de un presente armónico o lleno de problemas aún mayores que los actuales. En esa medida, los actos de cada quien que afectan el equilibrio ecológico nos hacen corresponsables del futuro, de ese tiempo que ni está tan lejos ni nos es tan ajeno.



Ayudar a preservar el equilibrio ecológico es obligación de cada uno de nosotros.

¿SABÍAS que...?

El venado cola blanca, el lobo, el guajolote salvaje, la zorra, el coyote y la tortuga están en peligro de extinción y constituyen parte de la fauna del estado de Durango.



Eco-lógica...

Señala cuál de las siguientes actitudes es "lógica" y cuál es "ilógica", en el entendido de que el daño que se hace al equilibrio del sistema ecológico no importa en donde ocurra, pues en el corto o el largo plazo afectará a todos los seres vivos.

◇ Dejo fogatas prendidas que pueden provocar incendios forestales.

Lógica () Ilógica ()

◇ Utilizo una gran cantidad de plásticos y materiales no biodegradables, porque es más fácil.

Lógica () Ilógica ()

◇ Como me encanta la naturaleza, deseo tener una casa sobre un gran arrecife de coral para desde ahí mirar los atardeceres en el mar.

Lógica () Ilógica ()

◇ Le pido a las personas que tienen coche que lo mantengan bien afinado para cuidar la calidad del aire que todos respiramos.

Lógica () Ilógica ()

◇ Por la ambición, diversión o irresponsabilidad de otros, tengo que conformarme con conocer muchas especies animales por dibujos o fotografías porque jamás van a volver a existir una vez que se han extinguido.

Lógica () Ilógica ()

Glosario

Biodegradable:

Material que una vez desechado puede ser destruido por las bacterias u otros agentes biológicos.

Arrecife:

Grupo de rocas que se forman bajo el mar.



¿Ver el planeta vivo o tener que recordarlo?

Formen equipos de cinco o seis integrantes. Imaginen que ha estallado una gran guerra mundial en la que las potencias han decidido usar todo su armamento atómico. Ustedes se encuentran en un refugio subterráneo. En la superficie buena parte de los seres vivos han sido afectados por la radiación. En el refugio en el que se encuentran, ustedes se sientan en círculo en el suelo, una vez al día. Ahí, entre todos escriben una carta para el futuro, para los hombres y mujeres del futuro. Cada uno de ustedes escribe en un párrafo sobre cómo era algún animal, algún río, alguna ciudad que las personas del mañana ya no verán. Cada uno de ustedes son la memoria de lo que ha desaparecido de la faz de la tierra. Primero escriba en silencio cada uno el párrafo que se le ocurra; luego, junten los párrafos para hacer una sola carta. Al terminar presenten su carta al resto del grupo.

ASI NO SE VALE...



Lee con atención:
¿Sólo tantito?

Úrsula vive un poco lejos de la secundaria a la que asiste. Si se va en transporte público hace tres cuartos de hora más que si va en coche. Por eso, su papá compró un coche usado que tuvo que mandar al taller, pues el motor no estaba en buenas condiciones. La



verdad es que la compostura no quedó muy bien. Así es que el coche saca una buena cantidad de humo. Tanto Úrsula como su padre saben que el auto no está en buenas condiciones, por lo tanto, el papá decidió sólo usarlo para ir a dejar a su hija, para pasar por ella a la escuela y regresarla a su casa. Así transcurrieron varios meses. Un día, a media mañana, hablaron de la escuela a casa de Úrsula. Esta había sufrido un desmayo debido a los altos índices de contaminación en el aire. Al enterarse, su papá tomó el coche y acudió de inmediato. Se fue manejando muy preocupado y a la vez enojado: "Este gobierno", decía, "que no soluciona la contaminación".

Escribe en tu cuaderno 3 "razones" del papá para obrar como lo hace. Luego escribe una reflexión personal en torno a cómo por "resolver" un problema inmediato nos hacemos parte de un problema mayor y de consecuencias más graves. ¿Es lógica la forma de obrar del papá de Úrsula? ¿Se da cuenta que él está siendo parte del problema?, ¿qué sugerencias puedes darle?

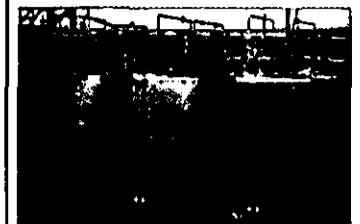
¿SABÍAS que...?

La selva lacandona de Chiapas ha perdido 700 000 hectáreas en 15 años.

Hay problemas ecológicos en algunas regiones, como la región petrolera y la portuaria-industrial del Golfo de México y la zona fronteriza del norte, particularmente Tijuana (Baja California) y Ciudad Juárez (Chihuahua).



El progreso no planeado del hombre amenaza a la naturaleza.



El progreso del hombre tiene un costo.



Manos a la obra

Formen equipos de diez personas y propongan un plan de acciones concretas para mejorar la calidad del ambiente en su escuela y comunidad; por ejemplo, separar la basura del papel que puede ser reciclado.

¿SABÍAS que...?

Campeche es un estado rico en especies marinas que consumimos para alimentarnos, tales como cazón, camarón, langosta, mero, pargo y huachinango.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Cada generación tiene una responsabilidad con las generaciones que vendrán.
- El planeta es de todos.
- Es necesario que el equilibrio ecológico lo asuma cada quien como una responsabilidad. Cada acción de cada persona es importante.

PASO FLEONO

- | | | |
|-----------------------|--|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ¿De quién es la tierra? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Por qué es importante nuestra relación con el medio ambiente? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cuáles son nuestras responsabilidades respecto a la conservación del planeta? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué podemos hacer para dejar este planeta mejor de como lo recibimos? | <input type="radio"/> |

TEMA VIII

Un ser Sexuado

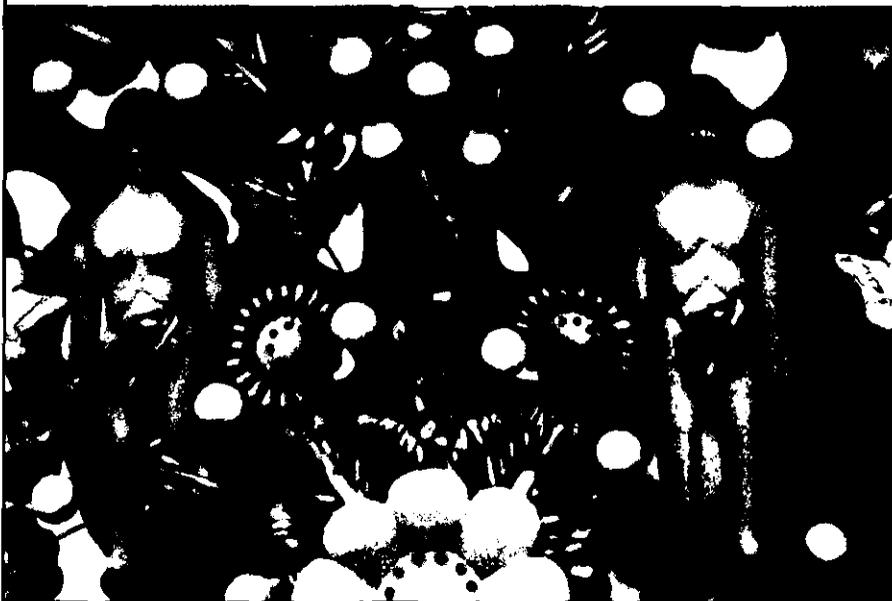
1

UN SER SEXUADO

• UN SER SEXUADO

El ser sexuado desde la historia

LECCIÓN



Lee con atención:

La creación del hombre

He aquí, pues, el principio de cuando se dispuso a hacer al hombre, y cuando se buscó lo que debía entrar en la carne del hombre.

Y dijeron los Progenitores, los Creadores y Formadores, que se llaman Tepeu y Gucumatz: "Ha llegado el tiempo del amanecer de que termine la obra y que aparezcan los que nos han de sustentar y nutrir, los hijos esclarecidos, los vasallos civilizados; que aparezca el hombre, la humanidad, sobre la superficie de la tierra". Así dijeron.

Se juntaron, llegaron y celebraron consejo en la oscuridad y en la noche; luego buscaron y discutieron, y aquí reflexionaron y pensaron. De esta manera salieron a luz claramente sus decisiones y encontraron y descubrieron lo que debía entrar en la carne del hombre.

Poco faltaba para que el sol, la luna y las estrellas aparecieran sobre los creadores y formadores.

De Paxil, de Cayalá, así llamados, vinieron las mazorcas amarillas y las mazorcas blancas. [...]

Y así encontraron la comida y ésta fue la que entró en la carne del hombre creado, del hombre formado; esta fue su sangre, de esta se hizo la sangre del hombre. Así entró el maíz (en la formación del hombre) por obra de los progenitores. [...]



Había alimentos de todas clases, alimentos pequeños y grandes, plantas pequeñas y plantas grandes. Los animales enseñaron el camino. Y moliendo entonces las mazorcas amarillas enseñaron el camino y las mazorcas blancas, hizo Ixmucané nueve bebidas, y de este alimento provinieron la fuerza y la gordura y con él crearon los músculos y el vigor del hombre. Esto hicieron los Progenitores Tepeu y Gucumatz, así llamados.

A continuación entraron en pláticas acerca de la creación y la formación de nuestra primera madre y padre. De maíz amarillo y de maíz blanco se hizo su carne; de masa de maíz se hicieron los brazos y las piernas del hombre. Únicamente masa de maíz entró en la carne de nuestros padres, los cuatro hombres que fueron creados.

Estos son los nombres de los primeros hombres que fueron creados y formados: el primer hombre fue Balam-Quitze, el segundo Balam-Acab, el tercero Mahucutah y el cuarto Iqui-Balam.

Estos son los nombres de nuestras primeras madres y padres.

Se dice que ellos sólo fueron hechos y formados, no tuvieron madre, no tuvieron padre. Solamente se les llamaba varones. [...]

(María Edmée Álvarez. *Literatura mexicana e hispanoamericana*, México: Ed. Porrúa, 1994 p.28)

¿A qué te suena?

Padres y madres

Contesta de acuerdo con la lección:

- ◇ ¿Qué decisiones tomaron sobre la creación del hombre?
- ◇ ¿Cómo se formaron los primeros padres y madres?
- ◇ ¿Cómo se les llamaba a los primeros hombres que no tuvieron padre ni madre?
- ◇ ¿Cómo crees que pudo continuar la reproducción de la especie humana?

Sexo y sexualidad



Es necesario definir claramente los términos y distinguir entre dos palabras que a pesar de ser distintas, frecuentemente se confunden: sexo y sexualidad.

Sexo

El termino sexo, se refiere al conjunto de características anatómicas-fisiológicas que colocan al individuo en uno de los extremos necesarios para la reproducción, es decir, hembra y macho, mujer y varón.

Ahora bien, ¿Cuáles son estas características?

Comúnmente se considera que se trata de los órganos sexuales externos: si hay vulva, es mujer; si hay pene, es varón. Esto es parcialmente cierto, pero además de los órganos sexuales externos existen otras características fisiológicas que nos distinguen como mujer y varón, entre ellos están los cromosomas, las gónadas, las hormonas y los órganos sexuales internos.

Sexualidad

El término sexualidad es mucho más amplio, e incluye el aspecto biológico.

Además abarca una dimensión sociocultural que se refiere a la influencia de la sociedad en nuestra forma de comportarnos como hombres o mujeres. Nuestra sexualidad hoy, no es igual a la sexualidad de otros tiempos y otros lugares, es resultado de nuestro tiempo, nuestro lugar y nuestros valores.

El nacer con órganos femeninos o masculinos es apenas el inicio de una larga historia, ya que por tener unos u otros, socialmente se espera que actuemos y vivamos de cierta forma. Ser mujer o varón es comportarse, vestir, trabajar, comunicarse de cierta forma, y permitirse, prohibirse, desear y esperar ciertas cosas. Por ejemplo:

Glosario

Gónadas:

Glándulas que participan en el desarrollo sexual. Los ovarios son las gónadas femeninas y los testículos las masculinas.

Hormonas:

Sustancias producidas por las gónadas. En la mujer son los estrógenos y la progesterona y en el varón los andrógenos y la testosterona.

nuestra sociedad no acepta que un varón use falda. No hay razones biológicas ni psicológicas para esto, sin embargo es así. En otros lugares (Escocia, por ejemplo), la regla cambia. Asimismo en algunas sociedades, a un varón no solo se le impide usar falda, también se le prohíbe llorar, expresar emociones, mostrarse débil, sentirse vulnerable, fallar o tener miedo; y está obligado a ser fuerte, duro, insensible, competitivo, agresivo, conquistador y proveedor.

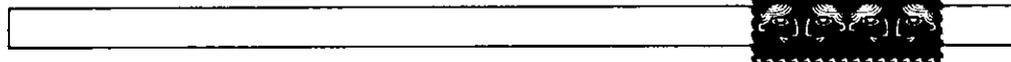
A ella, por ser mujer, se le prohíbe ser competitiva, fuerte, agresiva y tomar la iniciativa. Al mismo tiempo se espera que sea bella, recatada, sumisa, obediente, maternal y dependiente.

Todo esto constituye la dimensión social de la sexualidad.

La dimensión psicológica

La sociedad puede tener muchas expectativas para cada persona según su sexo, pero todos estos aspectos no se quedan fuera de nosotros. Por el contrario, poco a poco los vamos interiorizando y haciendo nuestros hasta que forman parte de nuestra forma de pensar y de sentir.

Muchos son elementos que se integran a esta dimensión tales como los sentimientos, los pensamientos, los miedos, deseos y fantasías. Otro aspecto de la dimensión psicológica es la identidad sexogenérica, que es la percepción íntima y personal de pertenecer a uno de los sexos. Es decir, además de tener un cuerpo masculino o femenino, nos percibimos a nosotros mismos como varón o como mujer.



El valor de ser mujer y ser hombre, antes y ahora

Formen equipos de ocho personas (de ser posible cuatro mujeres y cuatro hombres), analicen el valor que se le daba antes y ahora en tu comunidad al nacimiento de los bebés hombres y mujeres. ¿Con base en qué se le asigna y asignaba este valor?, ¿ha cambiado algo esta situación?, ¿en qué? Llenen el siguiente cuadro en su cuaderno. ¿Están de acuerdo ustedes con ello?, ¿qué podríamos

cambiar?, ¿cómo lo podríamos cambiar?

Discútanlo en el grupo.

ANTES MUJERES	ANTES HOMBRES		AHORA MUJERES	AHORA HOMBRES

Las expectativas sociales que se han relacionado con las características sexuales, han marcado y marcan la vida de hombres y mujeres en diversos aspectos: el económico (por ejemplo en algunos grupos se considera que el hombre debe ser el proveedor por ser el más fuerte y la mujer la que lo ayuda en la distribución de los bienes dentro del hogar), el social (en algunos grupos durante muchas generaciones se ha esperado que el trabajo de la mujer esté en su casa y se dedique a limpiar, cocinar, coser, mantener la ropa lista, educar; mientras que el del hombre está fuera de casa), etcétera. Aunque han ido cambiando las normas de participación de los sexos en los diversos campos, aún podemos ver diferencias.

PARA LA CASA

Un muñeco, una muñeca

Con material de reúso construye un muñeco o muñeca de tu mismo sexo y pégale o ponle elementos (pueden ser hojas, ramitas, letreros, trozos de tela) que simbolicen lo que tú consideras que representaría a un ser sexuado hombre o mujer. Por ejemplo: ser amoroso o amorosa = una flor, ser inteligente = un foco, etcétera. Llévalo a la escuela y muestra tu trabajo explicando por qué elegiste dichos símbolos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- A lo largo de la historia y en diferentes grupos sociales han existido diferentes creencias asociadas con el origen de las personas.
- Algunos grupos han considerado al acto sexual como una impureza.
- Las expectativas sociales se han relacionado de diversas maneras con las características sexuales marcando varios aspectos de las vidas de mujeres y hombres.

Conceptos:

- Ser sexuado
- Expectativas de género
- Impureza

Glosario

Desembocadura:

Salida donde se unen ríos o calles.

Morada:

Lugar donde se habita.

Procrear:

Reproducirse, tener hijos.

¿SABÍAS QUE...?

El hombre es quien aporta el cromosoma X o Y que determinará si se forma una combinación XX o XY.

Las mujeres no tienen cromosoma Y, así que podemos decir que es el hombre quien determina si se formará un niño o una niña.



SE ME OCURRE...



Un sueño

Describe la idea que tienes de "ser sexuado". ¿Cómo lo definirías? ¿Qué características tiene este ser?

Lee con atención:

La anaconda de los tukanos

Los indios tukanos de la Amazonia colombiana creen en la Anaconda, la serpiente acuática que representa un principio femenino, devorador y sexual. La Anaconda es una serpiente que vive en los ríos de América tropical, de color verde oliva con una línea de círculos oscuros a lo largo del dorso, y puede medir hasta nueve metros de largo.

Los tukanos creen que los ríos son anacondas cuyos cuerpos se estiran por la tierra; su cabeza está en la desembocadura y su cola en regiones remotas; los pliegues de la piel se retuercen en cascadas y en rápidos, cuya fuerza natural tiene un carácter sexual. Las ondas que se forman al pie de las cascadas se consideran la morada del Dueño de los Peces y de monstruosas serpientes devoradoras de hombres; los indios consideran que las cataratas son órganos femeninos que ahogan al varón.

Para los tukanos, las serpientes moradoras de la tierra, especialmente las boas y otras de diversas especies, simbolizan un principio masculino, una fuerza acometedora, que obra hacia fuera. "Los ríos son, pues —dice Reichel Dolmaltoff—, esencialmente serpientes acuáticas y, por lo tanto, elementos femeninos".

(Javier Ocampo López. "Mitos colombianos". Colombia: El Áncora Editores, 1994 p.66)

REFLEXIONO



La luna y el sol

Como podemos ver, los seres humanos tratamos de asignar características, por ejemplo sexo, a las cosas de la naturaleza. Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas de la lectura anterior:

- ◊ ¿Qué cosas se consideran masculinas?
- ◊ ¿Qué cosas se consideran femeninas?
- ◊ ¿A qué otras cosas de la naturaleza tú le has asignado o sabes que se le asigna un sexo específico?

Aun antes de nacer, cuando todavía somos sólo una fantasía de nuestros padres, ya tenemos un sexo: somos hombres o mujeres, según los deseos de cada uno de ellos y, como si fuera poco, de cada uno de los miembros de la familia. Desde el momento en que se sabe que una mujer está embarazada, se empiezan a listar nombres, actividades, juegos para el futuro niño o para la futura niña. Nuestras características genitales les dirán a ellos y al mundo que nos nombren niño o niña. Y eso determinará gran parte de nuestras vidas.

Desde los primeros años de nuestras vidas lo que nos dicen nuestros padres y madres se combina con los modelos que tenemos en la sociedad y con nuestra experiencia acerca de eso que consideramos ser un hombre o ser una mujer.

COMPARO



Lo que creen los demás y lo que yo creo

Haz una lista de características que en tu comunidad se consideran masculinas y otra de las femeninas. A continuación haz una de las que tú consideras masculinas y femeninas. ¿Hay diferencia entre las dos listas? ¿A qué se debe? ¿Dónde has aprendido cómo debe ser un hombre y cómo debe ser una mujer?

Los seres humanos nos diferenciamos de los otros animales en lo referente a la sexualidad, porque tenemos contactos sexuales y buscamos nuestras parejas sexuales, no solamente para procrear. Nosotros **utilizamos nuestra sexualidad para expresarnos y comunicarnos con otros seres sexuados**. Nos relacionamos sexualmente por afecto y por placer, y no sólo por necesidades de reproducción.

SE ME OCURRE...



Un bello ser

Haz un cartel incluyendo dibujos o recortes y elabora un mensaje sobre la belleza de un ser sexuado.

PARA LA CASA



En grupos de cinco lleva a cabo en tu comunidad una investigación como la descrita anteriormente. Pregúntale a madres que tengan bebés muy pequeños por tres características que crean que tendrá o deseen que tenga su bebé. Escriban las respuestas y luego con las compañeras y compañeros de tu grupo analiza las respuestas dadas para clasificarlas como masculinas, femeninas o neutras. ¿Qué encontraron?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

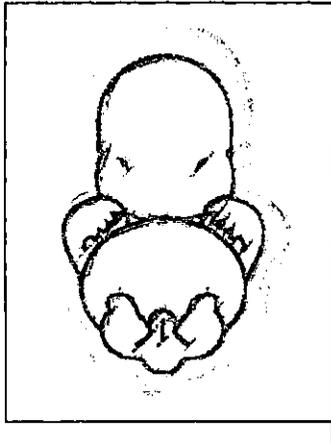
- Lo que se considera femenino y masculino es definido de diferentes maneras por diferentes grupos sociales.
- Los seres humanos no solo buscamos a nuestras parejas para procrear, también usamos nuestra sexualidad como forma de comunicación.

Concepto:

- Ser sexuado

¿SABÍAS que...?

Entre 1984 y 1986 en México se hizo una investigación con madres de 300 bebés de no más de dos días de nacidos. Se le preguntó a cada madre por tres características que creía que iba a tener su bebé. Las respuestas se entregaron a 47 mujeres que actuaron como jueces, quienes las distribuyeron en tres grupos: características masculinas, femeninas y neutras. Resulta que las madres les asignaron más características clasificadas como masculinas a los niños y más características clasificadas como femeninas a las niñas. Además se encontró que las madres tenían expectativas de educación más altas para los niños que para las niñas. (Tomado de: Pick, Susan *Diferencias observadas en las expectativas para los hijos, según el sexo*. Revista "Salud Mental", volumen 9, Año 9, número 2, junio de 1986. p.66. Instituto Mexicano de Psiquiatría, México.



Factores intrínsecos y extrínsecos



Cuando se unen un espermatozoide de un hombre y un óvulo de una mujer, cada uno aporta 23 **cromosomas** para constituir un ser humano con 46 cromosomas.

La diferenciación sexual en los seres humanos depende de si entre estos 23 pares de cromosomas hay un par que sea XX o XY. Si el par es XX estaremos hablando de una niña, y si es XY de un niño. Esta diferenciación continúa con un proceso en el que se forman los genitales internos y los externos. Los genitales externos, los femeninos y los masculinos, inicialmente son similares.

Hacia la quinta semana del desarrollo del embrión, las células que llevan el cromosoma masculino Y van hacia las **gónadas** y las convierten en testículos. La **testosterona**, que es la hormona sexual masculina, comienza a formarse en la novena semana y ayuda al desarrollo de las demás estructuras masculinas como son: los conductos deferentes, las vesículas seminales y el epidídimo. Con los **andrógenos**, se comienza a desarrollar el pene, las bolsas escrotales y otras estructuras internas.

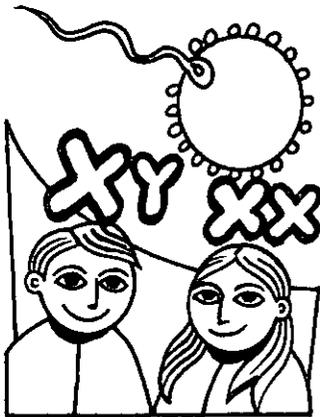
Si no hay cromosoma masculino Y, las células básicas XX inducen el desarrollo de los ovarios. Así, se desarrollan las estructuras que forman las trompas, el útero y la parte superior de la vagina. Como las estructuras iniciales de los genitales externos no reciben influencia de hormonas masculinas, se origina el clítoris, los labios mayores y menores y la parte más externa de la vagina.

Tomado de William H. Gotwald, y Gale Holtz Golden. "Sexualidad, la experiencia Humana". México: Editorial El Manual Moderno, 1983 p.124.

Así es como se conforman básicamente los órganos internos y externos que van a determinar el sexo de un ser humano. Pero hay otros factores determinantes en este momento para que, más adelante, ese ser posea **características sexuales secundarias** masculinas o femeninas y pueda volver a cerrar el círculo de generación de un nuevo ser.

Las hormonas que produce la placenta y las que la madre le pasa al feto, también tienen un papel importante en la formación y desarrollo de los órganos sexuales del bebé. Y éste, a su vez, también comienza a producir sus propias hormonas que favorecen su desarrollo y diferenciación sexual.

Las hormonas que produce el cuerpo del niño y la niña, y luego nuestro cuerpo de adolescentes, van a determinar nuestro desarrollo sexual y la posibilidad de repetir el ciclo con la reproducción.



Glosario

Cromosomas:

Elementos pequeños que están en los núcleos de las células y existen en un número constante en cada especie animal.

Gónadas:

Glándulas sexuales (testículos en el hombre y ovarios en la mujer)

Testosterona:

Hormona sexual que regula algunos órganos masculinos.

Andrógenos:

Hormonas masculinas

Características sexuales secundarias:

Cambios físicos en la pubertad, tales como: crecimiento de vello axilar, vello púbico, desarrollo mamario.

INVESTIGO



Así somos

Busca en una biblioteca, con cuatro o cinco compañeros y compañeras, esquemas o dibujos de los órganos sexuales y de reproducción internos y externos, tanto del hombre como de la mujer. Cópialos. Luego, con diferentes materiales de desecho (papel, cartón, plastilina) construyan un modelo anatómico en el que puedan identificar claramente las diferentes partes de nuestros órganos sexuales y aparatos reproductivos. Comparen su modelo con los que los demás grupos y, si es del caso, realicen las modificaciones necesarias. Para terminar respondan:

◇ ¿Por qué es importante conocer cómo son y cómo funcionan estos órganos, tanto los de mi propio sexo como los del otro?



Haz un dibujo de lo que representa para ti el concepto de sexo y otro de lo que representa el concepto de sexualidad.

Compartan sus ideas con sus compañeros y compañeras y discutan a partir de qué momento somos seres sexuados.

Somos seres sexuados aun antes de nacer y lo somos hasta el momento de nuestra muerte y más allá, en el recuerdo de quienes nos conocieron. Y en todas las cosas que hacemos durante este recorrido de la vida, vamos dejando impregnado nuestro sello de hombres o mujeres con una forma particular de vivir y expresar un ser sexual, una sexualidad.

Cuando nacemos, nuestra experiencia sexual, de placer, se dirige específicamente al hecho de succionar; el sentido del olfato, la vista y sobre todo los labios, la boca, están ligados al hecho de alimentarnos, de buscar el pezón de la madre y satisfacer el hambre en un ambiente cálido y amoroso.

Cuando ya comenzamos a tener más control sobre nuestro cuerpo y nuestras capacidades, cuando podemos utilizar un poco más nuestras manos y piernas, y no depender de quien nos está cuidando y alimentando, que generalmente es nuestra madre, iniciamos la **separación emocional** de ella. Esta separación nos permitirá comenzar a tener la idea de un yo, de la existencia de una persona con cierta autonomía, que siente y percibe estímulos del exterior y de su interior.

Si esta separación e inicio de independencia son favorecidos y promovidos, al margen de cuál sea nuestro sexo, nuestro desarrollo como seres humanos y seres sexuados también se favorecerá.

Si cuando somos bebés nos bañan y visten nos dicen cosas bonitas de nuestro cuerpo y lo acarician con cariño, si se refieren a nuestros genitales como a cualquier otra parte hermosa de nuestro cuerpo, si nos permiten que toquemos y exploremos nuestros genitales como tocamos y exploramos los dedos de los pies, las orejas, y todo lo que nos rodea, seguramente vamos a integrar todo nuestro cuerpo como una herramienta única para conocer el mundo y un medio perfecto para estar en él.

Todas las etapas por las que pasamos en nuestro crecimiento y las respuestas que obtenemos de nuestros padres, madres o cuidadores ante nuestras manifestaciones de afecto, de interés y de curiosidad por nuestro cuerpo y el de los demás, van a marcar la forma cómo nos percibimos como seres sexuados.

Asimismo, a cada paso de nuestra vida, en cada etapa que vivimos, la idea o lo que pensamos y sentimos en relación con nuestro ser sexuado es diferente. Esta idea se refuerza con los ideales culturales y sociales de belleza.



Nuestras primeras experiencias sexuales están ligadas al hecho de succionar.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La diferenciación sexual de los seres humanos empieza por el tipo de cromosomas que tienen.
- En la pubertad, adolescencia y edad adulta las hormonas van a determinar nuestro desarrollo sexual.
- El hombre es quien aporta el cromosoma X o Y determinante para que se forme un niño o una niña.
- Desde antes de nacer y hasta la muerte somos seres sexuados.
- El medio ambiente es determinante de la forma en la que nos percibimos y actuamos como seres sexuados.

Conceptos:

- Cromosomas
- Órganos internos y externos
- Ciclo
- Ideales culturales y sociales

nuestros genitales como tocamos y exploramos los dedos de los pies, las orejas, y todo lo que nos rodea, seguramente vamos a integrar todo nuestro cuerpo como una herramienta única para conocer el mundo y un medio perfecto para estar en él.

Todas las etapas por las que pasamos en nuestro crecimiento y las respuestas que obtenemos de nuestros padres, madres o cuidadores ante nuestras manifestaciones de afecto, de interés y de curiosidad por nuestro cuerpo y el de los demás, van a marcar la forma cómo nos percibimos como seres sexuados.

Asimismo, a cada paso de nuestra vida, en cada etapa que vivimos, la idea o lo que pensamos y sentimos en relación con nuestro ser sexuado es diferente. Esta idea se refuerza con los ideales culturales y sociales de belleza.

YO QUIERO, YO PUEDO



Mi ser sexuado

Escríbete una carta en la que recorras tu cuerpo como hombre o como mujer y te digas cosas agradables sobre él. Reconoce cuánto te ha servido, lo que te ha enseñado y cómo, a través de él, conoces el mundo y demuestras tus sentimientos.

REFLEXIONO



Cada familia es diferente

Reúnanse en equipos de seis personas y comenten cuáles son los principales mensajes que reciben de su familia en relación con las actitudes hacia la sexualidad y cuáles son las costumbres que lo demuestran. Por ejemplo: cerrar la puerta para cambiarse de ropa, no hablar de sexualidad a la hora de la comida, hablar de manera abierta hijas con padres e hijos con madres, etcétera.

PARA LA CASA



Creencias en mi comunidad sobre sexualidad

A través de la historia se han conocido muchos mitos relacionados con la sexualidad, como por ejemplo, que si tomas un vaso de leche antes de tener relaciones sexuales el bebé será varón. Seguramente en tu comunidad existen algunos. Pregúntale a hombres y mujeres de diferentes edades, algunos mitos o creencias sobre este tema. Analiza cada uno de ellos e investiga si son verdaderos o falsos y por qué.

PASO FLEONO

- ¿De qué maneras han marcado las expectativas sociales en mujeres y hombres con base en sus características sexuales?
- ¿Qué es expectativa de género?
- Explica en detalle el inicio de la diferenciación sexual de los seres humanos.
- ¿Cuál es el papel de las hormonas?
- ¿De qué manera va cambiando la expresión de nuestra sexualidad a la largo de nuestra vida?

Solución al crucigrama:
Horizontales: Andrógenos, Gametos, Genes, Testosterona
Verticales: Cromosomas, Gónada, Secundarias

Un ser individual en una comunidad

TEMA IX

1

UN SER INDIVIDUAL
EN UNA COMUNIDAD

○ UN SER INDIVIDUAL EN UNA COMUNIDAD

Ni todos iguales, ni todos distintos



Comunidad es una palabra que se deriva de “común”, o sea, lo que es general a un conjunto de individuos, lo que los une. **Una comunidad es el grupo social en el cual, además de compartir un mismo espacio territorial, sus integrantes se hallan ligados por ideas, sentimientos y actividades semejantes.** Una comunidad se articula en la medida en que sus miembros logran crear una serie de sentimientos de pertenencia al grupo. Esto les irá permitiendo encontrar aquello que los hace iguales entre sí y diferentes en ciertas cosas al resto de una población mayor. La comunidad, entonces,



Los vínculos personales son la base de nuestros sentimientos colectivos.

“coloca” a sus integrantes en funciones distintas, definidas a partir de la composición y características comunitarias.

Todos, aun y cuando no siempre lo hagamos de modo consciente, pertenecemos a una comunidad. Hacemos vida en ella y sentimos que una parte de ese grupo nos da identidad, es decir, nos brinda pistas para saber quiénes somos y cuál es nuestro lugar en el mundo.

La comunidad a la que pertenecemos nos recibe, nos acepta y da cobijo. Ser parte de un grupo social confirma que somos seres sociables, seres que pueden cambiar, que se identifican con sus semejantes.

No hay una sola comunidad. Es más, **cada persona pertenece, según circunstancias, a más de una comunidad**, dependiendo del aspecto de su vida al que ese grupo se

Glosario

Autosuficiente:

Persona que se basta a sí misma.

Crespo:

Cabello rizado.

Introvertido:

Persona que tiende a concentrarse.

Afable:

Cordial.

relacione. De esta forma, podemos hablar de una comunidad estudiantil en una escuela, una comunidad agrícola en un poblado, o de una comunidad política para definir al grupo social que, en su conjunto, forman gobernantes y gobernados.

Pero la comunidad no está formada sólo por ideas o funciones de sus integrantes, lo esencial son las relaciones personales que hoy tienen lugar. Aprendemos a tener afecto por nuestros compañeros y compañeras de comunidad, porque nos sentimos emocionalmente cerca de ellos, de la misma manera que suponemos que ellos se sienten cercanos a nosotros. Los vínculos personales son la base de nuestros sentimientos colectivos, de tal suerte que los actores centrales de una comunidad son sus integrantes. No se trata de que lo colectivo "devore" a sus miembros, sino de que éstos encuentren en el seno de la colectividad las condiciones de respeto y tolerancia adecuadas para que cada quien sea él mismo o ella misma, es decir, para alentar a seres individuales. Para ello, sin embargo, se impone una condición: conocernos a nosotros mismos, para que "como los otros nos ven" no sea nunca un sustituto de "como nos vemos", sino un complemento.

Una comunidad es menos autosuficiente que la sociedad, menor en número de personas pero por lo general los lazos de simpatía y afecto entre sus miembros son más marcadas. Además sus funciones son menos complejas.

SE ME OCURRE...



Cómo nos vemos, cómo nos ven...

Formen parejas. Por turnos, uno será el entrevistado y el otro quien entrevista. Se trata de una entrevista para un trabajo. El entrevistador entrega un cuestionario, mismo que el entrevistado contestará en silencio. Mientras lo hace el entrevistador va contestando, a su vez, el mismo cuestionario. Cuando hayan intercambiado papeles, comparen lo que dicen de ustedes mismos y lo que su compañero anotó.

Nombre:

Edad:

Sexo M

F

Compleción:	Robusta	Mediana	Delgada	Muy delgada
Estatura (aprox):				
Peso (aprox):				
Color de cabello:	Negro	Castaño	Rojizo	Rubio
Cabello:	Lacio	Ondulado	<u>Crespo</u>	
Ojos:	Grandes	Pequeños		
Color de ojos:	Negro	Café	Verde	Azul
Frente:	Amplia	Angosta	Mediana	
Nariz:	Pequeña	Afilada	Grande	
Boca:	Delgada	Mediana		
Carácter:	Serio	<u>Introvertido</u>	<u>Afable</u>	

REFLEXIONO



Frente al espejo...

Contesta en tu cuaderno lo más rápido que puedas; no pienses mucho las respuestas. Se trata de escribir lo primero que se te venga a la cabeza. Ocupa cinco minutos para cada columna:

•Mis 10 principales virtudes

•Mis 10 principales defectos



¿Y si...?



Eres tú mismo(a)...

Imagina que en lugar de pertenecer al género humano, eres parte de una especie animal. Escribe las respuestas en tu cuaderno.

Yo soy un(a) ... _____

Ahora describe cómo es tu vida familiar: en la especie animal cuántos miembros hay, cómo es el carácter de cada uno, sus gustos, sus virtudes, sus defectos, aquello que admiras de cada uno, aquello que te disgusta de su forma de ser, etc.

Mi familia son los _____, y está formada por:

COMPARO



Me parezco y soy diferente

Ahora escribe en tu cuaderno en qué te pareces a cada uno de los miembros de la familia del ejercicio anterior y qué te hace distinto. No olvides que todas las características deberán estar en conexión con el animal que decidiste que mejor te representa.

ASI NO SE VALE...



No tienes por qué hacerme sentir mal

Muchas veces nos sentimos mal porque somos diferentes a otras personas. Analiza qué cualidades tienes que te hacen diferente a otras personas y de las cuales puedes sentirte orgulloso.

RESUMEN
DE LA LECCIÓNEn esta lección
aprendimos...

•Una comunidad es un grupo ligado por ideas, sentimientos, sensaciones o intereses comunes. Tiene muchas características de la sociedad, pero en un tamaño más reducido y con intereses y funciones menos complejas. Tiene un grado de autosuficiencia menor que la sociedad, pero goza de lazos de simpatía y afecto mayor entre sus miembros.

Conceptos:

- "Común"
- Comunidad

Me imagino como sería si...

Vuelvan a trabajar con su compañero o compañera con quien hicieron el primer ejercicio. Consigan revistas que tengan información y sobre todo fotografías de artistas de cine y televisión famosos. Con este material a mano, pregúntenle, por ejemplo, "Si pudieras tener ojos de artista, ¿de qué artista serían?". Contesten estas preguntas siguiendo las partes que se mencionan en el cuestionario del primer ejercicio. Mientras, la otra persona tratará de localizar en las revistas lo que su compañero menciona, por ejemplo: ella le dice, "me gustaría tener la sonrisa de Luis Miguel", búsqüenla y recórtenla. Con esos recortes tratarán de formar un rostro. ¿Cómo serían si tuvieran cada uno de esos rasgos? Al terminar, de manera individual escriban qué opinan de su "apariciencia" imaginada. Peguen el resultado en su cuaderno y debajo escriban cómo sería su carácter, su forma de ser, si de verdad se parecieran físicamente a alguno de los o las artistas que mencionaron.

LECCIÓN

Volteemos a
nuestro
alrededor

¿No es extraordinario?

Cada persona que está en el salón es distinta. Claro, podríamos decir, ni siquiera los gemelos son iguales. Sí, por supuesto que la genética cuenta mucho en que el "menú" sea tan variado. De acuerdo con las leyes de la herencia no hay dos "mapas genéticos" idénticos. Es decir, no hay dos combinaciones de genes que se hayan repetido desde que habitábamos las cuevas y andábamos cazando mamuts hasta hace algunos segundos que acaba de nacer un nuevo ser humano.

Este hecho, por sí mismo, debería maravillarnos. Pero estamos tan acostumbrados a mirar que aun en las familias más parecidas entre sí, cada cual conserva su propia fisonomía que ya nos parece común. Y ni qué decir si nos metemos en eso del carácter, el temperamento. Somos también una mezcla única entre ese temperamento (con lo que nacemos) y el carácter (que se forma, se moldea en la familia, la escuela, o sea socialmente).

Cada uno es cada cual; cada una es cada cual. Podría ser nuestra frase para resumir lo que venimos diciendo. Pero no somos ese "cual" de una vez y para siempre: cambiamos. Y aunque algunos se empeñen por "tropezar dos veces con la misma piedra" no cabe duda de que cada nueva experiencia es un aprendizaje que se va sumando al anterior.

Entonces, somos genética y somos formación social, resultado de las circunstancias que a cada quien le ha ido tocando enfrentar en la vida. Eso hace que la historia, que



Es maravilloso que cada uno de nosotros sea diferente.

G osario

Fisonomía:

Aspecto particular del rostro de una persona que resulta de sus facciones.

el recuento de la vida de cada persona sea auténticamente original.

Cada ser humano es un ser concreto, único e irrepetible, distinto a los demás. Eso lo hace un individuo. El individuo es la persona cotidiana, desde el que realiza la tarea más sencilla hasta el más conocido hombre de negocios. Somos todos: hombres y mujeres de todas edades y condiciones.

No todo es diferencia. He ahí la primera y gran coincidencia entre todos: somos iguales y por lo tanto tenemos igualdad de derechos. No se trata de meter en el gran saco de "todos iguales" a todos los distintos, sino de reconocer que en cada individuo descansa, lo humano como si fuera el único sobreviviente de la especie.

Por eso cada quien tiene una manera distinta de expresar lo que siente, lo que le disgusta, lo que ama, lo que sueña. Pero si nos fijamos bien, aunque el modo es diferente, el fondo, aquello que expresamos, nos es común. Compartimos sentimientos parecidos aun cuando cada quien tenga su propia manera de hacerlos suyos y expresarlos.

Hay ocasiones, no obstante, en que la creación de una mujer o un hombre, una pintura, una pieza musical, un escrito, pareciera expresar lo que todos estamos buscando decir y no encontrábamos la forma de hacerlo. En ese instante, como por magia, se funden la individualidad del creador con aquello que todos tenemos en común. Es, como si ese alguien nos hubiera adivinado las palabras que nosotros andábamos buscando.

Glosario

Irrepetible:

Que no puede volverse a hacer o a dar.

SE ME OCURRE...



Esos sentimientos que me hacen diferente

Haz un poema que refleje esos sentimientos que te hacen diferente a otras personas.

COMPARO



Expresando mis sentimientos, me conozco...

En equipos de cuatro o cinco miembros, elijan un sentimiento y compartan la manera como lo expresa cada quien. Luego, de esas diferencias busquen y encuentren las similitudes de cada uno. Compartan sus resultados con el resto del grupo. Esto lo pueden hacer platicándolo y actuándolo.

¿Qué es una comunidad?

Una comunidad está constituida por individuos. Es decir, no es la suma aritmética de seres idénticos entre sí, sino **la interacción de estos seres diversos buscando cumplir objetivos comunes.** La comunidad, lejos de ser un espacio de "igualación" artificial, debe constituirse en un sitio propicio para que las personas encuentren, su individualidad en un ámbito de respeto y tolerancia, esto es, aquellas características que hacen única una personalidad. En este proceso de diferenciación, sin embargo, se mantienen lazos esenciales de semejanza con los demás individuos. Si los individuos son considerados por su comunidad como seres humanos, aunque tienen características que los hacen diferentes a cada uno de los demás, no han perdido esa

¿SABÍAS que...?

Una de las formas en que el hombre paleolítico mostró su individualidad al mismo tiempo que reflejaba a su comunidad quedó de manifiesto en las pinturas rupestres localizadas en las cuevas de Altamira en España.

Dichas cuevas fueron descubiertas por azar. Hacia 1869 a un cazador se le perdió su perro. Así ingresó a las cuevas y se encontró un conjunto extraordinario de pinturas.

El hecho no tuvo repercusiones inmediatas. Nadie se dio cuenta de su importancia. Seis años después, Marcelino de Santuola, arqueólogo aficionado, supo por un campesino de la existencia del lugar. Llegó a la gruta y empezó sus excavaciones.

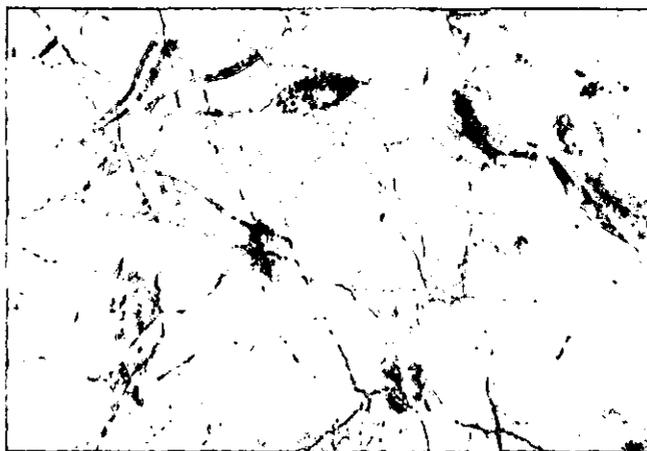
Las investigaciones continuaron, hasta que un día su hija exclamó en medio de la oscuridad ¡Papá, unos toros, allá sobre la pared! Santuola publicó su descubrimiento pero se topó con un escepticismo general de que las pinturas se remontaban a la prehistoria. Santuola murió sin haberlo podido demostrar. Su teoría fué aceptada por los científicos 23 años después de su muerte.

condición común. Por pertenecer al género humano, la comunidad va a ganar diversidad y riqueza humana, y sus integrantes, podrán desarrollar mejor todo su potencial y serán más felices, plenos y mejor integrados comunitariamente.

PARA LA CASA

Ese sentimiento tan especial...

Busca una obra literaria (un poema, un fragmento de novela, un cuento), una pieza musical (de preferencia sin letra), un cuadro o la fotografía de una escultura que representen un sentimiento que hayas experimentado alguna vez en tu vida. Describe en tu cuaderno la relación entre tu sentimiento y la obra.



Las cuevas de Altamira, España descubiertas por el arqueólogo Marcelino de Santuola.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Somos diferentes y al mismo tiempo iguales; iguales ya que tenemos igualdad de derechos.
- Cada quien expresa sus sentimientos de manera diferente.
- En la comunidad las personas encuentran su individualidad.
- Apreciar el que seamos diferentes unos y otros.

Conceptos:

- "Mapa genético" único e irrepetible
- Igualdad de derechos

Habilidades que desarrollamos...

- Reflexionar sobre diferentes formas de expresar sentimientos.

Glosario

Escepticismo:

Poner en duda un conocimiento. Dudar.

Pertenecer y participar en comunidad

¿Y si...?



¿Tú qué harías..?

En tu cuaderno responde las preguntas que se desprenden de las siguientes situaciones:

- ◊ Perteneces a la porra de tu equipo y, de pronto, el jefe de la porra, para probarte, te pide que arrojes una botella a un jugador rival; ¿tú qué harías?
- ◊ Tu grupo de amigos y amigas ha decidido hacerle una fiesta sorpresa a un compañero, y tú te has comprometido a guardar el secreto. Él sospecha algo y te pide que le digas la verdad; ¿tú qué harías?
- ◊ Vas a comer por primera vez a casa de un amigo o amiga. Su familia, a diferencia de la tuya que es muy platicadora, no habla cuando come; ¿tú qué harías?
- ◊ Algunos estudiantes han decidido hacer algo con lo que no estás de acuerdo; ellos te dicen: "eres un mariquita" o "ya no eres una niña" o "nadie se va a dar cuenta" o "te va a gustar". Estimás su amistad, pero hay algo que no te convence; ¿tú qué harías?

Conceptos complementarios

Comunidad e individuo no deben ser consideradas palabras opuestas. Al contrario, se trata de conceptos complementarios. Los grupos sociales no tienen por qué sacrificar las características que hacen que una persona sea única. Como tampoco esta persona debe obediencia ciega al grupo sólo porque éste la amenaza en forma abierta o sutil. **La comunidad ha de estar al servicio del desarrollo de la potencialidad individual de sus integrantes, para que éstos, a su vez, puedan servir con toda convicción a su comunidad o grupo social.** Esto implica, en primer lugar, el respeto a sus decisiones: entender que el individuo lo es en la medida en que decide en libertad. La comunidad debe ser ese espacio de libertad.

Los individuos, ya lo hemos dicho en otras lecciones de este curso, no estamos solos; probablemente tampoco quisiéramos estarlo. Al menos no indefinidamente. Eso no quita que de vez en cuando queramos estar con nosotros mismos o que nos encerremos y no deseemos hablar con nadie. Tal actitud, que en ocasiones deriva en que nos acusen de antisociales, no tiene nada que ver con eso, pues se llama querer estar a solas.

Más allá de estos momentos en que defendemos, con todo derecho, nuestras ganas de estar a solas por un rato, todos pertenecemos a conjuntos más amplios de individuos: los grupos sociales.

Pertenecemos a una parte de estos grupos sociales porque simplemente así es. Somos parte de ese conjunto y con él compartimos valores, actitudes, sentimientos, una historia en común, etcétera. Es el caso de nuestra pertenencia a una familia. A ella nos entregamos, aceptando como propia la visión de que en ella se ha ido construyendo nuestro mundo y su funcionamiento. Decimos, por ejemplo: "Así somos los López".

Glosario

Sutil:

Delgado, suave, que no se nota abiertamente.

Convicción:

Idea fuertemente acogida; convencimiento.



En nuestra comunidad, en nuestra vida social, existen además otros grupos sociales en los que nuestra relación es mucho más activa: participamos en ellos y vamos decidiendo cotidianamente si nos conviene o no ser parte de ellos. En este caso lo que cuenta es que probemos que somos del grupo. A su vez, el grupo nos recompensa haciéndonos sentir arropados, uno o una del "clan".

Lo importante, en todo caso, es identificar qué objetivos estamos persiguiendo al tratar de participar (ser parte de) en ese grupo, así como tener claro qué consecuencias tendrá estar asociado a ese colectivo.

Pertenecer a grupos nos da seguridad, nos hace sentir bien, ser aceptados y comprendidos. Pensamos que quienes forman el grupo "son de los nuestros", y eso hace que nos sintamos en confianza, seguros, pero...

Querer estar un rato a solas no significa que seamos antisociales.

ASI NO SE VALE... 

Mantengo mi individualidad en la comunidad

Formen equipos de cuatro o cinco miembros y propongan tres situaciones en las que un grupo presiona a alguien para realizar una acción. Luego, los equipos pedirán a un voluntario de otro equipo para que represente, al frente del salón, la situación. El del otro equipo tendrá que decir que no y buscar una salida que lo libre de la presión de quien lo acosa. Tomará en cuenta que aunque pertenece a un grupo no tiene por qué ceder en todo ni siempre estar de acuerdo en todo.

COMPARO 

Pertenezco y participo

Siguiendo el criterio de la lectura, en cuanto a que hay grupos o comunidades a las que "pertenece" sin participar y otras en las que pertenecemos y "participamos", dibuja un cuadro en el que en una columna escribas aquellos a los que "pertenece" sin participar, otra en la que escribas a cuáles pertenece y participas. Escribe de qué manera participas en cada caso, qué haces y qué beneficios te brindan.

Ejemplo:	Pertenezco y participo Mi familia	Pertenezco y no participo Grupo deportivo al que estoy afiliado pero nunca colaboro.
----------	--------------------------------------	---

Hay grupos sociales a los que pertenecemos sin que nos hayan preguntado si deseamos o no hacerlo. A nadie le preguntan en qué país quiere nacer o si prefiere ser parte de una cultura urbana o rural. A estos grupos "pertenece". El vínculo se da de generación en generación y no es tan fácil pasar de un grupo a otro.

G **osario**

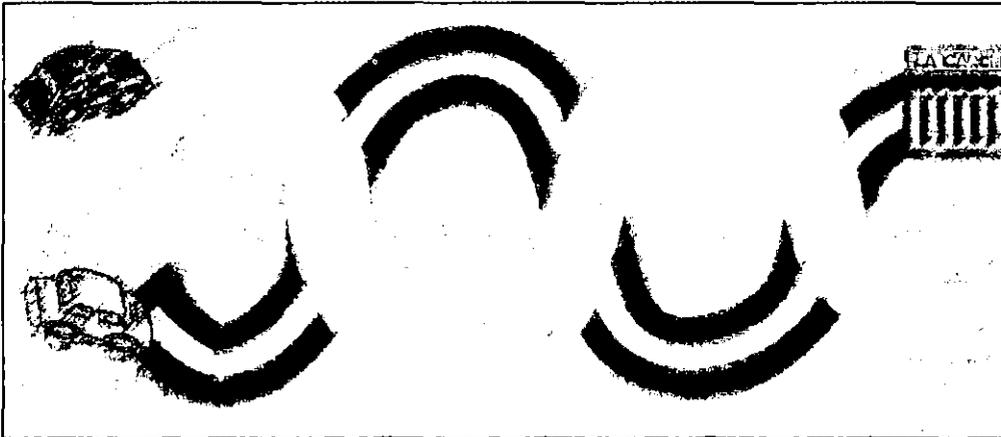
Acosar:
Perseguir sin parar;
importunar, molestar.

En cambio pensemos, por ejemplo, en un grupo de coleccionistas de fotografías. La verdad es que si modificamos esa afición, o simplemente cambiamos de un grupo a otro, el asunto no es tan serio. La diferencia está en que en estos grupos "participamos", por lo tanto sentimos y asumimos que lo que nos tiene ahí es nuestra decisión y nuestro interés. Todos vamos "combinando" pertenencia y participación.

PARA LA CASA

Una carrera hacia...

Como si estuvieras en el mapa de una carrera, identificando el punto de partida, los puntos intermedios y la meta dibuja dos situaciones diferentes. En ambas el punto de partida es el mismo. La primera carrera desemboca en la cárcel o con problemas con la policía. En la segunda, la carrera desemboca en una actividad que mejora la vida de su comunidad. ¿Cómo llegaron a uno y a otro final?



REPASO Y REFLEXIÓN

- | | | |
|-----------------------|--|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ¿Qué es una comunidad? ¿En qué se distingue de la sociedad? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿De qué manera el que todos seamos diferentes ayuda a la sociedad? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué significa ser un ser individual? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué implicaciones tiene para tu desarrollo personal y social? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Por qué son complementarios individuo y comunidad? | <input type="radio"/> |

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Comunidad e individuo son conceptos que se complementan.
- El pertenecer a un grupo no implica que debemos obedecer ciegamente todo lo que se manda.
- Con el grupo social compartimos valores, sentimientos, actitudes y una historia en común.
- Hay grupos a los que pertenecemos, otros en los que participamos.

Conceptos:

- Antisociales
- Pertenencia
- Participación

Un ciudadano en un país

TEMA X

1

UN CIUDADANO EN UN PAÍS

• UN CIUDADANO EN UN PAÍS



Cómo surge la ciudadanía



Hasta antes de los griegos, las sociedades estuvieron regidas por el temor frente a los dioses y sus designios, con el consiguiente lugar de privilegio ocupado por los sacerdotes, intérpretes de los mandatos divinos. Cargados de una admiración mayúscula por el ser humano, los griegos decidieron introducir un cambio revolucionario en la participación de los individuos. Cambiaron el modo de toma de decisiones colocando en el centro la libertad de las personas, en su capacidad para decidir, pensar, comprometerse, ser parte de los problemas y plantear soluciones.

Se puso a lo humano como el motor de la sociedad, con un espacio para desarrollarse. Este sitio fue un nuevo tipo de comunidad llamada polis.

Polis en griego, no sólo significaba “la ciudad” en el sentido del espacio físico que ocupa una población, sino se refería a una comunidad ciudadana.

La comunidad ciudadana se dio a la tarea de dotar a las personas de la libertad necesaria para poder discernir por sí mismos lo que era mejor para la colectividad, al tiempo que los dotó de igualdad ante la ley, es decir igualdad jurídica y política, aunque no igualdad social ya que había grandes diferencias económicas. Pobres y ricos, viejos y jóvenes tenían el mismo valor frente a la ley. Pero además, los puso a hacer las leyes, es decir, las leyes serían hechas por los mismos que debían cumplirlas.

Así, por ejemplo, **todos los ciudadanos estaban obligados a participar de los asuntos de la polis.** La polis era lo público, lo que a todos atañía. En esa medida, las leyes no eran más órdenes dictadas por dioses invisibles, sino elaboradas por hombres, lo mismo que la administración del gobierno.

Toda persona tenía la obligación de desempeñar un puesto público si es que salía elegida en los sorteos de la Asamblea.

La ciudadanía se reunía, deliberaba y tomaba una decisión respecto a tal o cual asunto que le incumbía a la ciudad. Ciertamente es que la libertad no resolvió por sí misma todos los conflictos.

Tomar una decisión entre varias personas siempre es más complicado que plegarse a la "mente iluminada" de uno solo. Pero la confluencia de opiniones distintas, el valor de discutir y discrepar, el reconocimiento de que todos los ciudadanos tienen el derecho y la capacidad para decidir, si bien no garantiza que la decisión sea la correcta, sí establece ese primer paso gracias al cual, ahora nosotros podemos decir que no estamos de acuerdo, podemos revocar un mandato a un gobernante, podemos indignarnos ante las desigualdades humanas, podemos reclamar el cumplimiento de nuestros derechos...

Toda esta maquinaria, en cuyo centro está la idea de "ciudadano", es en buena medida lo que llevó a la democracia.

SE ME OCURRE...



¿Te Imaginas..?

Como sabes por tus clases de historia, los griegos inventaron la democracia, pero al mismo tiempo eran una sociedad con esclavos. La abolición de este sistema vino mucho después. Imagina y escribe en tu cuaderno cómo sería tu vida si fueras esclavo. Sobre todo, piensa cómo sería tu participación en los asuntos colectivos. ¿Qué valor tendrías para la sociedad?, ¿podrías decidir qué estudiar?, ¿tendrías derechos? Escríbelo en forma de obra de teatro. Imagínate que estás con tu "amo" explicándole tus deseos de ser libre.

REFLEXIONO



Un papel adicional

Escribe en tu cuaderno tres razones por las cuales un individuo, además de ser individuo, es ciudadano o ciudadana.

A lo largo de toda la historia de la humanidad hay problemas recurrentes. Tratemos de pensar en algunos: la muerte, el origen de la vida, la comunicación, el entendimiento de unos individuos con otros, sin olvidar el que es fundamental para esta lección: ¿Quién manda?, ¿quién obedece?, ¿cómo se toman las decisiones?

Este, sin duda, ha sido uno de los problemas que los individuos de todas las épocas han tenido que afrontar. Y si bien cada sociedad ha intentado imprimirle su propio sello respecto a cómo se organiza, la historia es clara: el gran parteaguas fueron los griegos, allá por el siglo V antes de Cristo. No es que antes de los griegos los seres humanos no estuvieran organizados o no tomaran decisiones que hoy llamaríamos de gobierno. Lo que ocurre es que esta sociedad, sensible e inteligente, dio un giro de 180 grados al introducir una idea revolucionaria: el ciudadano.

COMPARO



Entre todos es mejor...

Formen equipos de cuatro o cinco personas y recuerden individualmente alguna vez en que alguno o alguna hayan participado en una discusión colectiva para decidir algo, ya sea con amigos, su familia, la escuela, vecindario, etcétera. Describan cuál fue su papel, cómo se llegó a una decisión, por qué pudieron ser parte de la discusión y decisión. ¿Qué derechos y obligaciones tenían al ser parte de éstas?

Glosario

Designios:

Idea que se pretende realizar.

Privilegio:

Ventaja que se concede a alguien.

Discernir:

Distinguir una cosa de otra, señalando la diferencia entre ambas.

Plegarse:

Ceder; someterse.

Confluencia:

Cuando se juntan dos o más caminos, opiniones, personas...

Discrepar:

No estar de acuerdo con la conducta u opinión de otra persona.

Revocar:

Anular una orden, disuadir de un propósito.

Recurrentes:

Que vuelve a ocurrir o a suceder.

Parteaguas:

Situación, objeto o persona que marca una diferencia o un cambio en lo que venía pasando.

No es tan fácil

Investiga a qué problemas se enfrentó la sociedad griega a partir de que introdujo la democracia y cuáles eran en esa época las restricciones para ser ciudadano. Investiga también cuál era la forma en que se gobernaba en las sociedades que por esos años había en Persia, Egipto, China o en el México de los aztecas.

¿SABÍAS que...?

Los representantes del municipio en nuestro país son el Presidente Municipal, el Regidor y el Síndico y no existe ninguna autoridad inmediata entre las personas que ocupan estos puestos y el gobierno del Estado. El Municipio es administrado por un Ayuntamiento. Entre las funciones que tiene a su cargo están los servicios públicos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN**En esta lección aprendimos...**

- Los griegos fueron los primeros en constituir una forma de organización en la cual sus ciudadanos, tenían igualdad ante la ley, derechos y obligaciones.
- Gracias a la capacidad de discutir y estar en desacuerdo se puede llegar a soluciones en beneficio de toda la comunidad.
- Las tareas fundamentales de los ciudadanos fueron elaborar las leyes, hacerlas cumplir y administrar los bienes públicos.
- La ciudadanía es un conjunto de derechos que supone también obligaciones.

Conceptos:

- Polis
- Ciudadana/ciudadano
- Discusión colectiva



Las mujeres no eran consideradas ciudadanas.

La ciudadanía, derechos y obligaciones



Para los griegos la ciudadanía tenía restricciones: las mujeres y los esclavos no eran sujetos que podían ser ciudadanos. Para serlo había que ser varón, tener cierta edad, haber nacido en la polis, etcétera. Todo aquel que reuniera estos requisitos, por ese simple hecho, era igual ante la ley y se le abría la posibilidad de participar en su elaboración y cumplimiento, así como en la administración del gobierno.

El concepto de ciudadanía ha avanzado a través de los siglos. Un ejemplo claro de ello es que en México es una preocupación reciente que niños y niñas no estén considerados como ciudadanos por no tener la mayoría de edad.

Ejercer nuestras funciones como ciudadanos, tomando un papel activo desde la infancia, nos ayudará a ser personas más participativas en la edad adulta.



Quién y cómo participa...

Formen equipos de tres o cuatro integrantes. Imaginen que la Secretaría de Educación Pública ha convocado a una gran reunión nacional para reformar los planes de estudio. En ella participarán maestros, alumnos y especialistas en educación. Discutan cuáles son, dentro de la comunidad estudiantil, los mecanismos para enviar a sus representantes, qué requisitos tendrá que cumplir quien lo sea, quiénes eligen y qué requisitos deben cumplir para participar y para ser candidatas o candidatos a elección.

Ejercer nuestras funciones como ciudadanos tomando un papel activo desde la infancia nos ayudará a ser personas más participativas en la edad adulta.

En la Constitución Política de nuestro país están consagrados los derechos de los ciudadanos. Así, encontramos derechos sociales, como la educación, el trabajo, la seguridad social y la vivienda; derechos civiles, como la libertad personal, de pensamiento, de creencias religiosas y de reunión; y derechos políticos, como el de asociación, el de petición, el de votar y ser votado.

El hecho de que nuestra Constitución incorpore estas garantías se deriva del reconocimiento de que **todos los ciudadanos tenemos derechos que nadie nos puede quitar y que no tienen término en el tiempo**. El Estado es el responsable de garantizar que así sea.

Asimismo, vivir en sociedad implica que no sólo se reconocen estos derechos, sino que los individuos deben ejercerlos de manera responsable y con plena conciencia.

Formar parte de una comunidad política o un Estado otorga a las personas derechos de ciudadanía, que consisten en la posibilidad de intervenir directa e indirectamente en la conducción de los asuntos de interés público y en el compromiso de hacerlo con responsabilidad. La responsabilidad ciudadana debe orientarse por el objetivo de que **prevalezcan los intereses generales sobre los particulares, sin que esto signifique limitaciones a los derechos individuales**.



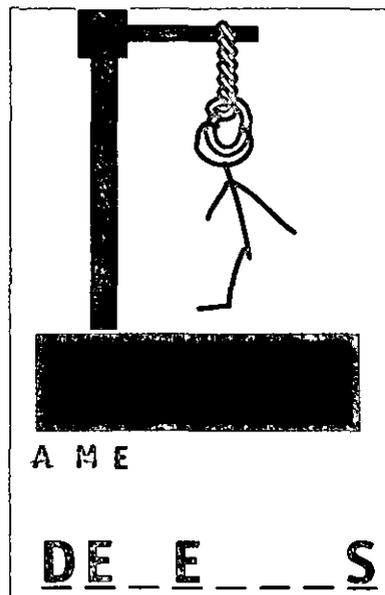
Jugando "ahorcados"

Dividense en equipos de seis personas. Jueguen "ahorcados" en cada equipo. El juego consiste en que por turno cada integrante del equipo piense en una palabra relacionada con ser ciudadanos o ciudadanas. Pondrá la primera letra y dejará espacios vacíos para las siguientes, a excepción de la última letra. El resto del equipo tratará de adivinar la palabra mencionando letra por letra. Si la letra que mencionan no es correcta la persona que propuso la palabra irá dibujando una parte del cuerpo del ahorcado. Por ejemplo: la cabeza, el cuerpo, las piernas, los brazos, etcétera. Al final, si no adivina, el ahorcado será ahorcado.

Para que los ciudadanos de este país hayamos logrado desempeñar el papel de ciudadanos transcurrieron muchos hechos históricos. Se puede decir que el Ayuntamiento creado por Hernán Cortés durante la fundación de la Villa Rica de la Veracruz, constituye uno de los primeros intentos para que las personas pudieran intervenir en el gobierno. Sin embargo los corregidores de los ayuntamientos eran designados por el rey de España, sin ninguna posibilidad de que participaran los súbditos de la corona.

¿SABÍAS que...?

Durante el Imperio Romano, el municipio era una ciudad libre que se gobernaba por sus propias leyes; aun cuando estaba sujeto al dominio del Imperio.



DERECHOS

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos:

- Todos los ciudadanos y ciudadanas gozamos de derechos que nadie nos puede quitar.
- El municipio es la unidad más pequeña dentro de la organización de la República Mexicana.
- La responsabilidad ciudadana debe orientarse por el objetivo de que prevalezcan los intereses generales sobre el de los particulares.

Conceptos:

- Municipio
- Ayuntamiento
- Regidor
- Síndico

¿SABÍAS que...?

Nuestro país es una Federación integrada por diversos estados. Estos a su vez adoptan la forma de gobierno republicano, representativo y popular teniendo como base el Municipio Libre. El municipio es la unidad más pequeña dentro de la organización de la República Mexicana, tal como lo determina el artículo 115 de nuestra Constitución.

Tiempo después, durante el gobierno de Porfirio Díaz, se agruparon los ayuntamientos y se crearon las Prefecturas, dominadas a través de los gobernadores por el mismo Díaz. En la época de Venustiano Carranza, con el triunfo de la Revolución de 1910 se propone el municipio libre como base para la división política de los Estados y como una oportunidad para que los ciudadanos ejerzan su papel a través de las prácticas democráticas de procurar el bienestar de la comunidad.

¿Y...?



Sin servicios

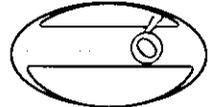
Entre todo el grupo elaboren en el pizarrón una lista de los servicios públicos que existen en su comunidad. Dividan al grupo en un número de equipos igual al número de servicios públicos. Organicen por equipo una dramatización en la que se les notifica de repente que a partir de ese día ese servicio público desaparece para siempre. Mencionen lo que harían, ¿cómo se organizarían para suplir esa carencia?

PARA LA CASA

¿Quiénes nos rodean?

Localiza en un mapa de la República Mexicana el estado donde vives. Señálalo al igual que los estados con los que colinda. Investiga cuántos municipios tiene cada uno de estos estados. Recuerda que en la Ciudad de México los municipios reciben el nombre de Delegaciones.

Un país diverso y pluricultural



¡Eres ciudadano de un país! Y no de cualquier país, sino del tuyo... del que has aprendido a amar, en el que nacieron tus antepasados y en el que, nacerán tus descendientes. Compartes las fiestas, la comida, el uso del lenguaje y también los problemas...

YO QUIERO, YO PUEDO



Ejercer mi ciudadanía

Elige uno de los siguientes temas:

- ◊ Mi familia
- ◊ Mi grupo de amigos y amigas
- ◊ Mi escuela
- ◊ Los árboles de mi comunidad
- ◊ La limpieza de mi comunidad
- ◊ La belleza de mi comunidad
- ◊ La seguridad de mi comunidad

Reflexiona sobre el tema que elegiste con base en las siguientes preguntas:

- ◊ ¿Cómo es actualmente?
- ◊ ¿Cuáles son mis deberes?
- ◊ ¿Cuáles son mis derechos?
- ◊ ¿Cuáles son los momentos más difíciles?
- ◊ ¿Cuáles son los momentos que más disfruto?
- ◊ ¿Qué puedo hacer para mejorarlo o mejorarla?
- ◊ ¿Qué me gustaría proponer al gobierno de mi localidad?

Participación ciudadana

Como ciudadanos y ciudadanas podemos seguir tres pasos dentro de nuestra participación en los diversos problemas que afectan a los grupos sociales con los que nos relacionamos. Estos son:

Hacer un diagnóstico: Quiere decir localizar o describir cómo está la situación. Evaluar tanto los aspectos positivos como los negativos.

Tomar decisiones sobre las acciones a realizar. Para ello tenemos que considerar aspectos como: ¿quiénes participarán?, ¿cuáles son sus responsabilidades?, ¿tiene algún costo esta participación?, ¿cómo podemos obtener fondos?

Supervisar que las acciones propuestas se estén llevando a cabo.

La participación ciudadana es un proceso de interacción entre la comunidad y el gobierno de la localidad. A través de la participación ciudadana es posible conocer la problemática de la comunidad desde el punto de vista de quienes la padecen. La participación de la ciudadanía también permite llegar a acuerdos y buscar soluciones que lleven a un bien común.



Desde pequeños podemos aprender a ser actores del cambio.

SE ME OCURRE...



El país que tengo, el país que quiero...

Escribe cuál es tu sentimiento cuando piensas en lo que es tu país. Sé lo más descriptivo posible. Da detalles de lugares, sentimientos, personas, valores, formas de ser, etcétera. Usa las diferentes formas de emplear el lenguaje que has ido aprendiendo. Por ejemplo: metáforas, versos, sinónimos. Relata luego qué te gustaría que cambiara y cómo lo imaginas dentro de 50 años.

Lee con atención:

“Mi gobierno me mandaba a México... llegué en el año de 1940 a respirar en la meseta del Anáhuac lo que Alfonso Reyes ponderaba como la región más transparente del aire.

México con su nopal y su serpiente; México florido y espinudo, seco y huracanado, violento de dibujo y de color, violento de erupción y creación, me cubrió con su sortilegio y su luz sorpresiva.

Lo recorrí por años enteros de mercado a mercado. Porque México está en los mercados. No está en las guturales canciones de las películas, ni en la falsa charrería de bigote y pistola. México es una tierra de vasijas y cántaros de frutas partidas bajo un enjambre de insectos. México es un campo infinito de magueyes de tinte azul acero y corona de espinas amarillas.

La fruta y la lana, el barro y los telares, muestran el poderío asombroso de los dedos mexicanos fecundos y eternos”.

Neruda Pablo. *Confieso que he vivido*. México: Seix Barral, 1975



México para mí es...

Glosario

Ponderaba:

Hablaba de algo o alguien alabando sus cualidades.

Sortilegio:

Magia, encanto.

Guturales:

Que se hace con la garganta.

Enjambre:

Conjunto de personas o cosas.

La riqueza humana de México se compone de una población que está formada por diversos grupos.



REFLEXIONO



La diversidad de mi país

¿Se te ocurren ejemplos que pongan de manifiesto la diversidad de tu país?, ¿por qué crees que la diversidad enriquece?, ¿qué dificultades puede tener para los ciudadanos que sea un país con tanta diversidad?

ASI NO SE VALE



Presumiendo

En tu cuaderno divide la hoja en dos columnas; en una escribe el diálogo entre un mexicano que presume a un extranjero la cultura indígena. En la otra, el mismo mexicano dialogando, con un tono de superioridad, con un indígena.

¿Cuál es la diferencia entre otras actitudes? ¿Cuáles crees que son los deberes de un ciudadano con sus compatriotas?

¿Y SI...?



Tener un país...

Formen equipos de cuatro o cinco personas. Imaginen y discutan qué significaría para sus vidas si ustedes fueran un grupo de individuos que nacieron sin país. Si simplemente no tuvieran país, cómo creen que sería su actitud, su relación con el pasado, etcétera. Elaboren sus conclusiones y luego un miembro de cada equipo pasará al frente a relatar la experiencia al resto del grupo.

¿A qué te suena?

Querer un país mejor significa...

En tu cuaderno escribe una lista de todo lo que significa "querer un país mejor".

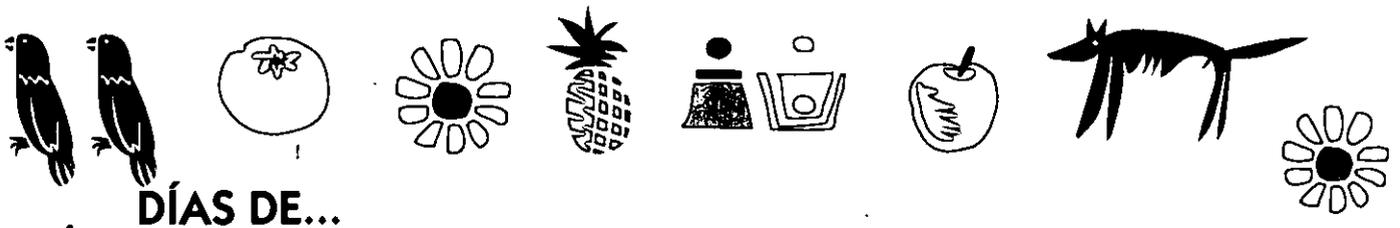
PARA LA CASA

¿Quién es quién?

Investiguen cómo se lleva a cabo el proceso de participación ciudadana en su comunidad. Por ejemplo, ¿existe un jefe o jefa de manzana?, ¿hay a quién se pueda reportar un problema de la comunidad?, ¿cómo están organizados los grupos de ciudadanos hasta llegar a las autoridades?, ¿qué se puede hacer si las autoridades no resuelven un problema que se les plantea?, ¿cuál es el nombre del representante de tu municipio o delegación?

¿SABÍAS que...?

A principios del siglo, durante el porfiriato, muchas personas con recursos económicos pensaban que ser mexicano era estar a la moda de París y hablar francés para demostrar que México ya había progresado...



DÍAS DE...

Día de la ciudadanía

Entre todo el grupo lleguen a un acuerdo sobre cuál es el mayor problema de la comunidad, barrio o colonia donde está ubicada la escuela. Elijan un día, que puede ser un sábado, para tomar un papel de ciudadanos activos.

Hagan un plan elaborando primero un mapa de la región en la que trabajarán. Elaboren una lista de los recursos necesarios y consíganlos antes de la fecha propuesta.

Entre las acciones que pueden llevar a cabo están:

- ◊ Una campaña de limpieza.
- ◆ Una campaña de siembra de arbolitos.
- ◊ Detectar el alumbrado público que no funciona y reportar dónde está ubicado.
- ◊ Detectar los baches, calles y banquetas que están muy dañadas, no olviden señalar su ubicación exacta para reportarlas.
- ◊ Detectar zonas donde falten señales de tránsito.
- ◆ Detectar zonas que se utilizan como basureros públicos sin serlo.
- ◊ Conseguir botes de pintura y pintar zonas dañadas con graffiti y quitar anuncios extemporáneos.
- ◊ Elaborar una lista de lugares que se ofrecen como viviendas y que no han sido ocupadas.
- ◊ Detectar el uso adecuado de letrinas.
- ◆ Ayudar a pintar las casas.
- ◊ Una campaña para que los animales vivan afuera de las casas.
- ◊ Una campaña para asegurar que sólo se use agua hervida.
- ◆ Instrumentar un programa en la comunidad para alfabetizar adultos.
- ◆ Una campaña para prevenir los problemas de salud de la comunidad.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- A través de la participación ciudadana podemos conocer la problemática de la comunidad.
- La participación de la ciudadanía también permite llegar a acuerdos y buscar soluciones que llevan a un bien común.

Conceptos:

- Participación ciudadana.
- Diversidad.

Habilidades que desarrollamos...

- Detectar los problemas de nuestra escuela y/o comunidad.
- Participar en el cuidado de nuestro entorno.

REPASO Y FLEXIÓN

- | | | |
|-----------------------|--|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ¿Qué restricciones tenía para los griegos el concepto de "ciudadano"? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cómo era la toma de decisiones en las sociedades antes de los griegos? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué quiere decir ser ciudadano de un país? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué derechos y obligaciones tiene un ciudadano? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cómo ayuda al desarrollo de nuestro país el aceptarnos como ciudadanos? | <input type="radio"/> |

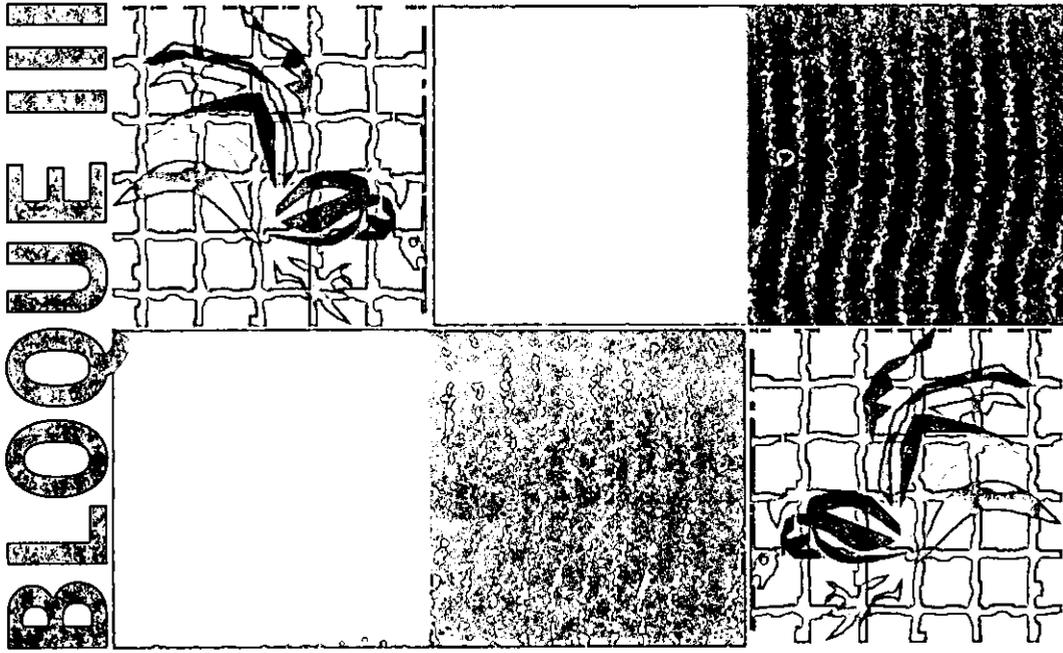
Glosario

Graffiti:

Dibujo realizado sobre una pared.

Extemporáneos:

Fuera de tiempo.



adolescencia y juventud

- SER ESTUDIANTE
- SEXUALIDAD
- ADICCIONES
- JUVENTUD Y PROYECTOS



1

**DERECHO
A LA
EDUCACIÓN Y
RESPONSABILIDAD
SOCIAL**

2

**LA EDUCACIÓN
COMO MEDIO
PARA ADQUIRIR
CONOCIMIENTO Y
EXPERIENCIAS
QUE PERMITEN
COMPRENDER
DIVERSOS ASPECTOS
DE LA CIVILIZACIÓN**

3

**DESPERTAR Y
DESARROLLAR
CAPACIDADES**

DERECHO A LA EDUCACIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL



Casi todos los países del mundo reconocen el derecho de toda persona a la educación escolar.

La educación es un derecho, no una obligación



Lee con atención:

Para muchos niños y niñas a veces la asistencia a la escuela es más bien una obligación que un privilegio: levantarnos temprano, asistir a lecciones que a veces nos parecen interminables, tener problemas de transporte para llegar a la escuela, no tener más tiempo para la diversión. En fin, frecuentemente olvidamos que la educación escolar es un privilegio, una de las grandes conquistas que requirió de enormes esfuerzos, incluso de guerras. Fue al fin de la Segunda Guerra Mundial al hacer el balance de las terribles atrocidades cometidas durante el conflicto cuando se reconoció la urgente necesidad de promover una educación escolar de carácter universal en todo el planeta. Se trataba de evitar a toda costa que los habitantes de un país volvieran a ser adoctrinados en lugar de educados. ¿Cuál es la diferencia entre educar y adoctrinar?

Una sociedad que educa a su juventud le enseña “verdades” que pueden ser cuestionadas; una sociedad que adoctrina enseña “verdades” definitivas, incuestionables. Por ejemplo, una de las causas de la Segunda Guerra Mundial fue que muchos países gobernados por dictadores le habían enseñado a sus jóvenes que sólo su cultura y su forma de vida eran válidas, que los demás pueblos eran inferiores; esos países no cumplieron con el derecho de su juventud a la educación. Fue por eso las Naciones Unidas, el organismo internacional que se formó con el propósito de

evitar nuevas guerras, fundó una organización llamada UNESCO para proteger las culturas, la educación y la ciencia en todo el mundo. La idea es que una persona que ha recibido una verdadera educación no se dejará convencer de que sólo su cultura es válida; la educación le habrá enseñado que hay diferentes formas de ver el mundo y que, en lugar de combatirlas, podemos dialogar con ellas. **La responsabilidad de cualquier persona educada es la de promover el diálogo ante las diferencias, no la violencia.**

La primera tarea de la UNESCO fue la de ayudar a que se reconociera mundialmente el derecho a la educación universal como uno de los derechos fundamentales de todo hombre y mujer. La segunda tarea fue la de ayudar a que el proyecto de educación realmente se llevara a cabo. Afortunadamente, la primera tarea se cumplió casi en su totalidad. Hoy, prácticamente todas las sociedades del planeta reconocen el derecho de sus niños a una educación escolar. En cuanto a la segunda tarea las cosas han resultado más difíciles: casi la mitad de la niñez del mundo no asiste a la escuela por diferentes razones. Algunos no van porque no tienen escuelas, otros porque son muy pobres y sus padres no pueden mandarlos a la escuela; otros, porque no se respeta su derecho a la educación.

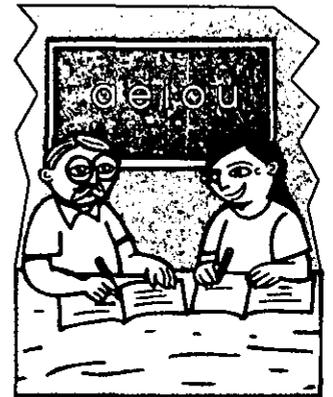
Es importante proteger nuestra libertad para cuestionar. Por eso debemos recordar que **la escuela es un derecho y no una simple obligación**, porque en la escuela no se trata tan solo de aprender cómo es el mundo, se trata también de que aprendamos a pensar cómo podría ser.



La educación es un derecho y no una obligación.

¿SABÍAS que...?

La declaración de Independencia de los Estados Unidos de América del 4 de julio de 1776 y la Declaración de Derechos del Hombre y del Ciudadano proclamada en Francia en 1789 son los dos documentos fundamentales para el establecimiento de los Derechos Humanos.



REFLEXIONO

¡Tenemos escuelas!

- ◆ ¿Qué diferencias crees que hay entre educar y adoctrinar? ¿Puedes dar ejemplos?
- ◆ ¿Qué ha tratado de hacer la UNESCO por la educación?
- ◆ ¿Qué han hecho los gobernantes de México por la educación de sus ciudadanos?
- ◆ ¿Qué razones se te ocurren para no ir a la escuela?
- ◆ ¿Cómo crees que la educación puede ayudar a combatir la violencia?

SE ME OCURRE...

Entre países

Organicen un debate. El grupo se dividirá en tres partes. Un grupo de representantes de la UNESCO debe convencer a los representantes de dos países de reconocer el derecho de los niños a la educación universal. El primer país se llama Tradición, no quieren escuelas porque nunca las han tenido y lo hacen todo conforme a sus costumbres, temen que cualquier cambio destruirá su forma de vida. El segundo país se llama Combate, tienen escuelas pero en ellas sólo se enseña la cultura local, las demás culturas están equivocadas, creen que para que una sociedad sea eficiente son más importantes las obligaciones y la obediencia que los derechos y las responsabilidades. Las respuestas individuales a las preguntas de los ejercicios podrán servir para juntar argumentos antes de iniciar el debate. Al terminar el debate cada grupo evaluará el desempeño de los otros dos, se tratará de ver si cada grupo ha dado por lo menos tres razones bien argumentadas a favor de su punto de vista.

Glosario

Adoctrinado:

Enseñar especialmente en la conducta.

Atrocidades:

Muy malo o desagradable.

Eficiente:

Activo, que tiene la virtud de producir el efecto deseado.

¿SABÍAS QUE...?

Aún en algunas sociedades actuales, en lugar de ir a la escuela durante años, niños y niñas adquieren su educación jugando, ayudando en tareas sencillas y, sobre todo, escuchando cuentos tradicionales. La niñez termina de repente alrededor de los 14 años con una ceremonia ritual que por lo general no dura más de una semana. Después de la ceremonia se considera que la persona es adulta. ¿Te gustaría educarte así? ¿Qué ventajas le encuentras a ese tipo de educación? ¿Qué desventajas?

PARA LA CASA

La escuela es primero

Escríbele una carta a una de las siguientes personas explicándoles por qué no pueden quitarle a alguien el derecho a la educación:

- ◆ A unos padres que no quieran mandar a sus hijos e hijas a la escuela porque quieren que aprendan a hacer su trabajo
- ◆ A unos padres que mandan a sus hijos a la escuela pero no a su hija porque "no necesita educación para ser ama de casa"
- ◆ A un dictador que en lugar de educar a su pueblo lo adoctrina
- ◆ Al jefe de una comunidad remota que no quiere escuelas porque "con la tradición basta".

El grupo evaluará y escogerá las mejores cartas para pegarlas en el periódico mural

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La educación es un privilegio
- Distinguir entre educación y adoctrinamiento
- Relacionar educación y libertad

Conceptos:

- Adoctrinamiento

Habilidades que desarrollamos...

- Argumentar y defender nuestros derechos

PASO FLEONO

Si la educación es un derecho y es la vía por la cual podemos ser más libres, ¿cuál deberá ser mi actitud hacia mi vida escolar?

Conozcamos los derechos



Es un privilegio aprender dentro de un ambiente escolar.

En nuestro país desde tiempos de los aztecas ha existido la preocupación por brindar educación. En diferentes momentos de la historia algunos acontecimientos han marcado reformas en los procesos educativos. A pesar de ello, aún existen grandes necesidades en la educación de nuestro país tanto por lograr que todos los niños y niñas tengan acceso a ella como por favorecer las condiciones para que se mantengan el mayor número de años posible dentro del sistema educativo. Asimismo, es necesario mejorar la calidad de la educación y ofrecer contenidos cada vez más útiles para la realidad a la que nos enfrentamos los y las adolescentes de hoy.

Tener la oportunidad de enterarnos de estos asuntos dentro del ambiente escolar nos hace personas privilegiadas que debemos reflexionar sobre las ventajas de tener no solo derecho a la educación sino oportunidad de ejercer este derecho, el cual no debemos desaprovechar.

No basta con que digamos que existe el derecho a la educación. Hay leyes que definen ciertas conductas como debidas y que regulan el comportamiento humano. Dentro de ellas están las llamadas leyes jurídicas, que son leyes que se aplican a todos los individuos y que rigen la vida en sociedad.

Son tres los documentos que contienen leyes jurídicas y que podemos revisar para **enfaticar** la importancia de la educación:

La Declaración Universal de los Derechos Humanos
La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos
La Ley General de Educación

Los derechos humanos se consideran propios y exclusivos de la persona humana, a lo cual se le da el término de inherentes, y se dice que son inalienables porque no podemos renunciar a ellos. La Declaración Universal de los Derechos Humanos propone como ideal que en todas las naciones se promueva el respeto a los derechos y libertades de hombres y mujeres por medio de la enseñanza y la educación. Este documento señala en el **artículo 126** lo siguiente:

"Toda persona tiene derecho a la educación. **La educación debe ser gratuita**, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental, habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

La educación **tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana** y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos; y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos".

El documento enfatiza la importancia de la libertad en la educación al señalar que toda persona tiene derecho "a tomar parte libremente en la actividad cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten".

Por otro lado la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos señala en el **artículo 3º** lo siguiente:

Todo individuo tiene derecho a la educación.

La educación tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y **fomentará** en él a la vez, **el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia.**

Contribuirá a la mejor convivencia humana, tanto por los elementos que aporte al **educando**, como por el aprecio para la dignidad de la persona y la integridad de la familia; sustentará los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos los hombres, evitando los privilegios de seres, grupos, sectas, razas o individuos.

El Congreso de la Unión, con el fin de unificar y coordinar la educación en toda la República, expedirá las leyes necesarias, destinadas a distribuir la función social educativa entre la federación, los estados y los municipios.

Además en la Constitución se mencionan las características que debe tener la educación:

Ser obligatoria

La educación primaria y la secundaria son obligatorias.

Ser laica

Se refiere a que la enseñanza impartida en las escuelas se mantendrá **ajena a cualquier doctrina religiosa**, respetando la libertad del individuo de profesar la creencia religiosa que elija. El artículo 24 se encarga de reforzar esta característica de la educación al abordar más ampliamente el tema de la libertad de creencias.



El artículo 3o. de la Constitución de nuestro país se refiere a la educación.

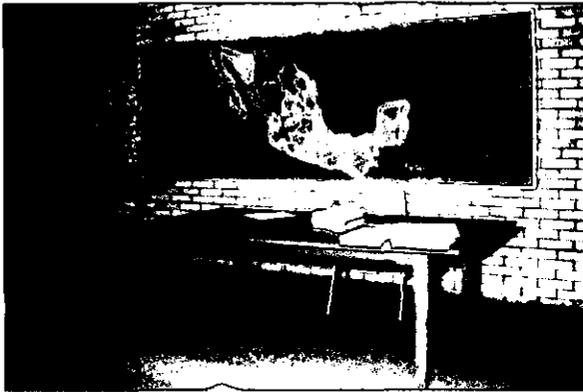
Glosario

Enfatizar:

Dar fuerza a algo para realzarlo.

Educando:

Aquel que recibe educación.



En México la educación debe ser obligatoria, laica y gratuita.

Ser gratuita

La Constitución establece que toda la educación que el Estado imparta será gratuita con el fin de garantizar el acceso a ésta. Las escuelas públicas cumplen esta función ya que no se tiene la obligación de pagar colegiaturas. Por otro lado el Gobierno destina parte de los impuestos a la educación. Los sistemas de becas son otro apoyo que contribuye a que la educación sea gratuita.

En la Ley General de Educación también se habla de la educación como un derecho, señalando que:

“Art. 2º. Todo individuo tiene derecho a recibir educación y por lo tanto, todos los habitantes del país tienen las mismas oportunidades de acceso al sistema educativo nacional, con sólo satisfacer los requisitos que establezcan las disposiciones generales aplicables”.

En toda la República Mexicana la Secretaría de Educación Pública tiene asignada la función de impartir la educación, de reglamentarla y de supervisarla tanto a nivel de las escuelas públicas como privadas.

Los aztecas tenían diferentes instituciones educativas públicas, por ejemplo la escuela de canto y danza llamada Cuicacalco, a donde asistían hombres y mujeres; el Tepuchcalli, en donde se preparaban los guerreros, y por último el Calmécac, donde asistían los nobles y se formaban sacerdotes y altos jefes militares, entre otros. En este último se impartían algunas materias como medicina, historia, astronomía y cronología. Existía otra forma de educación para niños, jóvenes y adultos. Temas como el nacimiento, el matrimonio, la muerte se incluían en los Libros de Consejos o Huehuehlahtolli, conformados por las enseñanzas de los ancianos y en los que se trataban las ideas y los principios morales.



¿Escuelas?

Formen equipos de doce personas. Seis personas actuarán como extraterrestres y 6 como alumnos o alumnas de secundaria. Imaginen que al salir de la escuela llegaron a otro planeta, llevan su uniforme, sus útiles escolares y su tarea. Los extraterrestres les hacen preguntas como:

- ◊ ¿Qué es la escuela?
- ◊ ¿Para qué van ahí?
- ◊ ¿Cómo surgieron las escuelas en este planeta?
- ◊ ¿Para que sirven los útiles?
- ◊ ¿Qué es la tarea?

Pueden inventar más preguntas, recuerden que los extraterrestres no saben nada sobre las escuelas, ni sobre la educación.

Los alumnos y las alumnas trataran de responder con el mayor detalle todas las preguntas. Al final elaboren una conclusión sobre el reporte que darían los extraterrestres sobre este tema.

REFLEXIONO

Responsabilidad

Imagina que te han servido un gran platillo en un restaurante, el platillo es gratis, es exquisito y tienes la libertad por un lado y la obligación por otro de comerlo de la mejor manera. ¿Cómo lo harías?

¿SABÍAS que...?

Entre 1859 y 1860 en Veracruz un grupo de liberales, entre ellos Melchor Ocampo, promulgaron las **Leyes de Reforma**, que consideran: La ley de nacionalización de bienes eclesiásticos, la ley del matrimonio y del Registro Civil, la ley sobre el estado civil de las personas, **la ley sobre la libertad de cultos** y la prohibición de la intervención del clero en los cementerios.

Recordando

- ¿Qué nombre se le da en nuestra Constitución a los primeros 29 artículos?
- ¿De qué tratan estos artículos?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

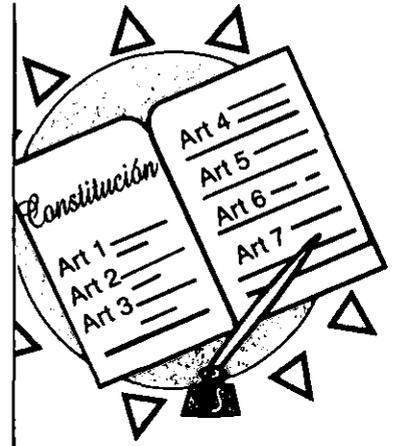
- En nuestro país la educación es obligatoria, laica y gratuita.
- En la Declaración de Derechos Humanos también se exige la educación básica para todas las personas.
- A los educandos los apoya en sus derechos la Constitución y la Ley General de Educación.

Conceptos:

- Derechos inherentes e inalienables
- Educación laica

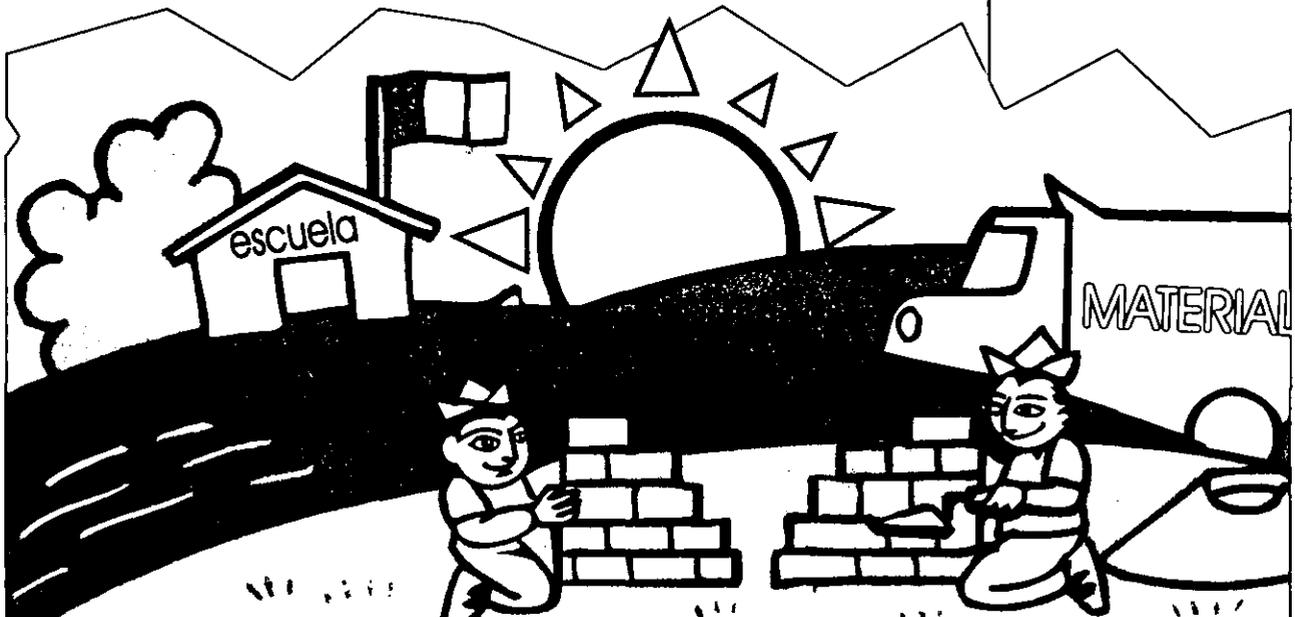
REPASO Y REFLEXIÓN

- ¿Cuáles son los documentos universales y nacionales que hablan del derecho a la educación? ○
- ¿Qué características debe tener la educación para que no se considere un adoctrinamiento? ○
- ¿Por qué crees que en nuestro país la educación es laica? ○



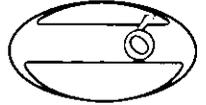
¿SABÍAS que...?

Durante el gobierno de Álvaro Obregón, el 3 de octubre de 1921 se fundó la Secretaría de Educación Pública, dirigida por José Vasconcelos, con el fin de educar a más mexicanas y mexicanos.



○ LA EDUCACIÓN COMO MEDIO PARA ADQUIRIR CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS QUE PERMITEN COMPRENDER DIVERSOS ASPECTOS DE LA CIVILIZACIÓN

La educación y la cultura



Los seres humanos somos animales culturales.

Durante siglos y siglos, desde el primero al último, las vacas han mugido, pastado y dado leche; de igual forma, las abejas han volado, construido panales y hecho miel. Hasta ahora no se sabe de ninguna vaca voladora, ni de ninguna abeja lechera. La razón es sencilla: a todos los animales les basta con su naturaleza. ¿A todos? A todos menos a uno: ese animal curioso que, aunque no ha cambiado físicamente en los últimos dos millones de años, se las ha arreglado para volar, para pasteurizar la leche, para fabricar mieles sintéticas, para hacerse preguntas científicas, para creer en dioses, para preguntarse qué está bien y qué está mal, para inventar chistes y reírse de ellos, ya que es la única especie que ríe; en fin, ese animal curioso que le ha puesto nombres a todo, llamándose a sí mismo “especie humana” u “hombre” (dejando fuera a la mitad de la especie con ese nombre, o sea, a las mujeres).

El “hombre” entonces (a saber, los hombres y las mujeres), vive en la curiosa situación de ser el animal cultural. Es decir, es el animal que, incapaz de vivir en el mundo natural, debe rodearse de un mundo artificial, algo así como **una segunda naturaleza a la que llama “cultura”**.

En ese sentido, por la palabra “cultura” no debemos entender tan sólo las grandes creaciones artísticas y espirituales de la humanidad, pues **todo cuanto hacen hombres y mujeres más allá de lo que les dicta inmediatamente su naturaleza, es “cultura”**. Contraer la pupila del ojo cuando hay más luz, tomar agua cuando tenemos sed o comer cuando tenemos hambre, son cosas que hacemos por una respuesta de nuestra naturaleza biológica. En cambio, ver una película, beber en un vaso, comer mole poblano sin masticar con la boca abierta y haciendo toda suerte de malabarismos con el tenedor para no manchar la camisa, son cosas que hacemos respondiendo a nuestra cultura. En este sentido, la música de

Mozart es “cultura”, pero también lo es la de nuestro grupo favorito, también lo es un libro, un tenedor y una cuchara, una mesa, una nave espacial o un martillo, nuestras creencias, nuestra ideas sobre lo que conviene y no conviene hacer y nuestra ciencia, un jardín podado, un partido de fútbol y una receta de cocina; en fin, como decíamos, todo cuanto hacemos más allá de lo que nos ordena la necesidad natural es parte de nuestra “cultura”.

Ahora bien, desde el punto de vista de la biología, todos los hombres y mujeres somos más o menos iguales al momento de nacer. Un niño o niña del período paleolítico es, desde el punto de vista físico, fundamentalmente igual a uno o una de la época actual. Si nos parece que hay una diferencia abismal entre el uno y el otro es porque el segundo se ha beneficiado con la experiencia cultural de miles de años.

¿Cómo es posible esto? ¿Cómo es que el universo cultural de una generación no desaparece cuando esa generación desaparece? Porque en virtud de la educación cada individuo tiene acceso a la cultura que millones de personas han desarrollado a lo largo de milenios; **gracias a la educación la humanidad no tiene que volver a**

empezar de cero a cada cambio de generación. Todo esto nos lleva a una conclusión: si bien es cierto que no somos como cualquier otro animal, no es cierto, como sugeríamos en el párrafo anterior, que no tenemos naturaleza, más bien, "la naturaleza humana es aquello que exige ser educado; es también aquello que hace que la educación no lo pueda todo. Inversamente, si la educación no lo puede todo, no podemos nada sin ella". Somos el animal educable, el animal cuya naturaleza consiste en tener que construirse una segunda naturaleza.

(Reboul, p.23. 1989).

REFLEXIONO



La civilización

Formen cuatro equipos dividiendo a todo el salón de clases. Busquen algún papel grande y peguen sobre él diferentes ilustraciones para hacer un collage de lo que entienden por civilización cultural.

SE ME OCURRE...



El niño salvaje

Formen equipos de seis personas, procurando que sean igual número de niñas que de niños. Comenten la historia del cuento de Tarzán. ¿Creen que el mito de Tarzán es una buena forma de comprender cómo dependemos de la educación?

Escriban su propia versión del cuento poniendo particular atención a lo que sucede cuando Tarzán entra en contacto con otras personas.

COMPARO



¿Significa lo mismo?

Lean al grupo sus versiones de Tarzán. Analicen en cada versión cuáles son los aspectos de los que carecía Tarzán. Hagan una lista en el pizarrón de los puntos mencionados por cada equipo y elaboren una conclusión final.

PARA LA CASA



Invento una historia

Haz tu propia historieta de diez viñetas narrando la historia de un niño o niña salvaje. Resalta cuáles son las dificultades que tiene para comprender diversos aspectos de la civilización. El grupo elegirá algunos para exhibirlos en un periódico mural.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La cultura es lo que nos hace humanos.
- La cultura es algo que aprendemos en sociedad, no algo que traemos desde nuestro nacimiento.
- La familia y la escuela nos educan en nuestra cultura a diferentes niveles.

Concepto:

- Cultura

¿SABÍAS que...?

A pesar del cuento de Tarzán, los niños que se han encontrado en estado salvaje no han podido ser integrados a la sociedad humana y han muerto antes de terminar la infancia. Otros niños que han crecido en abandono casi total por diferentes razones, apenas han podido desarrollar sus capacidades de comunicación a pesar de los esfuerzos de equipos de psicólogos y educadores. Todos estos casos apuntan a una evidencia: dependemos de otros seres humanos para "volvernarnos" humanos.



Glosario

Naturaleza:

Es un conjunto de caracteres propios de un ser o una cosa

Malabarismos:

Juegos, movimientos o actuaciones que hacemos para salir bien de una situación difícil

Collage:

Conjunto de textos y/o imágenes de diferentes clases y procedencias. Es una palabra francesa.

Viñetas:

Dibujo, escena generalmente humorística, con texto y comentarios.

En las lecciones anteriores hemos visto cómo, gracias a la educación, accedemos a la cultura y, por ende, a nuestra humanidad. También vimos que la educación es un derecho que nadie puede quitarnos. Sin embargo, a menos que pensemos en casos

extremos como los de los niños salvajes, resulta que todo el mundo recibe alguna educación desde el momento en que tiene padres, familiares, amistades y, en fin, desde el momento que vive en una comunidad. ¿No hemos tenido todos acceso a nuestra cultura (a nuestra lengua, a nuestras costumbres, juegos, comidas, herramientas) desde el momento en que nacimos en una determinada familia y comunidad?, ¿por qué hablábamos entonces del derecho a la educación?, ¿para qué garantizar un derecho que todo el mundo tiene?

Cuando la Constitución de México o la Carta sobre los Derechos del Hombre establecen el derecho a la educación para todos los hombres y mujeres, no ignoran que todos tenemos acceso a la

cultura sin necesidad de que alguien proteja ese derecho; lo que estas leyes realmente quieren proteger es nuestro derecho a una educación universal. ¿En qué consiste la diferencia?

La familia y la comunidad que nos rodean desde que nacemos son las primeras encargadas de educarnos, es decir, de desarrollar las posibilidades naturales que todos tenemos. En ese momento se da nuestra introducción a la cultura; ahí aprendemos nuestra lengua, aprendemos a distinguir entre las cosas que nos parecen buenas y malas, las deseables e indeseables, en fin, ahí aprendemos a orientarnos en ese mundo de significados que, como decíamos en la lección anterior, la especie humana antepone a la naturaleza. Sin embargo, como la cultura que aprendemos en esos primeros años representa el mundo relativamente pequeño de la familia y la comunidad inmediata, ignora en gran medida que hay una infinidad de comunidades diferentes que viven en mundos culturales diversos, algunos más parecidos, otros radicalmente diferentes.

Ahora bien, es aquí donde se da la necesidad de una institución que garantice el paso de la cultura de los hombres y mujeres que nos rodean de manera inmediata, a la cultura de la humanidad entera. Es cierto que algunas familias son capaces de ayudarnos a dar ese paso, pero por diversas razones hay algunas que no pueden o no quieren ayudarnos a darlo. Es la escuela, por lo tanto, la que se hace responsable de nuestro acceso a la cultura de la humanidad, es decir, a la cultura universal.



En la familia empezamos a educarnos.

REFLEXIÓN



Sin salir de casa

¿Qué pasaría si la única educación que recibiéramos fuera la educación familiar? Escribe tu respuesta en tu cuaderno.

Lee con atención:

Tal vez ahora tengamos más claro por qué hay algunas cosas de la escuela que en un principio no nos interesan. Como personas acostumbradas a las preocupaciones y los intereses que nos son más cercanos, como los intereses de la familia y la comunidad, resulta natural que, en un inicio, nos cueste meternos de lleno en aquellas cosas que le puedan interesar no sólo a nuestros vecinos sino a la humanidad entera. Si lo que nos ocupa son cosas tan próximas como ir a visitar a las amistades o comprar comida para la casa, ¿qué nos puede importar en un principio que haya un río enorme en África donde una civilización antiquísima construyó gigantescas pirámides, que alguien se haya tomado la molestia de elaborar una ciencia para calcular perímetros, ángulos y áreas, que haya música y cuentos y formas de vida completamente diferentes a las que hemos conocido hasta ahora?

Es por eso que la escuela va abriendo nuestro horizonte gradualmente: de los intereses familiares y locales pasamos a intereses más amplios, hasta llegar a los del país y, eventualmente, a los de la humanidad entera. Por ejemplo, algunas formas de conocer el mundo son propias de un lugar o una persona, como cuando clasificamos ciertas plantas según su valor en la cocina. En cambio, la ciencia que aprendemos en la escuela es una forma de conocer abierta a la consideración de todos los hombres sin importar su cultura, es por eso también que no hay ciencia francesa o mexicana o egipcia, sino sólo ciencia. De forma similar, hay ciertas manifestaciones artísticas de valor exclusivamente local y temporal, como cuando cantamos sin más pretensión que la de ser oídos por unos cuantos amigos; otras en cambio, adquieren un valor universal cuando son capaces de hablarle a todas las personas en cualquier momento y lugar. Se convierten entonces en patrimonio de la humanidad.



De tal manera que de una enorme cantidad de formas de vivir y ver el mundo, la nuestra es una de tantas, quizás la más valiosa para nosotros porque es la nuestra. La escuela tiene la misión de hacernos ver más allá de nuestra realidad inmediata, para que pasemos de la propia cultura a las culturas, y de ahí a los esfuerzos por construir una cultura nacional y, finalmente, una cultura universal. En otras palabras, la educación escolar no se limita a decirnos cómo es el mundo, nos enseña además que podría ser diferente y que podemos ayudar a hacerlo diferente.

Está por demás decir que la construcción de una cultura universal, es decir, de una cultura capaz de hablarle a la humanidad entera sin atropellar las diferencias de cada cultura, es una tarea que nunca se acaba. Cuando asistimos a la escuela aprendemos a participar en esa tarea.



Ciertas manifestaciones artísticas son patrimonio de la humanidad.

¿SABÍAS que...?

En "Los viajes de Gulliver" el autor, Jonathan Swift, quiso burlarse de sus compatriotas ingleses del siglo XVII por creer que su forma de vida era la única forma de vida válida. Trató de explicarles que, aunque es bueno tener ciertas tradiciones y una cierta manera de ver el mundo, debemos recordar, en todo momento, que hay otras tradiciones y otras maneras de ver el mundo.

Glosario

Patrimonio:

Bien que una persona o personas heredan de sus antepasados. Los bienes que son patrimonio universal tienen un valor incalculable.

¿SABÍAS que...?

Algunos antropólogos y algunas antropólogas pasan años enteros viviendo en comunidades diversas para averiguar desde dentro cómo son sus culturas. Científicos como Levi Strauss o Franz Boaz pasaron muchos años de sus vidas tratando de comprender cómo piensan los habitantes de culturas diferentes a la nuestra.

REFLEXIONO



Tenemos mucho que aprender

Escribe tres cosas que aprendiste en casa y no aprenderías en la escuela.

Escribe tres cosas que has aprendido en la escuela y no habrías aprendido en casa.

Escribe tres características que crees que debe tener una persona que ha recibido una educación universal.

¿Has dado ya el paso a la cultura universal? ¿Por qué?

¿Qué harías y qué pensarías si al ir a comer a casa de una amistad china encuentras que comen sentados en el piso y con palillos?

¿Qué harías y qué pensarías si al ir a casa de una amistad descubres que la lectura está prohibida?

SE ME OCURRE...



¿Qué chiquito puede ser el mundo!

Reúnanse en equipos de ocho personas. Repartan ocho papelitos, seis de ellos tendrán una marca y dos no. Los que tienen papelito con marca comenten qué es lo más interesante que han aprendido hasta ahora en la escuela con respecto a otras culturas. Las dos personas que tienen papelito en blanco opinarán que quienes aspiran a la cultura universal no se interesarán por la cultura nacional y menos aún por la local. El resto del grupo tratará de convencerlos de lo contrario.

PARA LA CASA



Así no se vale

Durante los últimos años, miles de personas han muerto violentamente en Yugoslavia porque los serbios no quieren vivir con los bosnios, los croatas no quieren vivir con los serbios, los bosnios...etcétera; también cientos han muerto en Irlanda del Norte porque los protestantes no quieren vivir con los católicos bajo el dominio inglés, los ingleses no quieren dejar Irlanda alegando que la violencia se saldría de control, los católicos...etcétera; en el país africano de Argelia, aquellos que no se adecuan a las estrictas leyes religiosas del integrista islámico son asesinados. Averigua sobre alguno de estos conflictos en los periódicos o en la radio y sugiere soluciones.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La diferencia entre cultura y cultura universal.
- La importancia de la educación escolar para darnos acceso a la cultura universal

Concepto:

- Universal.

Habilidades que desarrollamos...

- Comprender a otras culturas.

PASO FLEXIONO

- ¿Cómo se sentirán los seres humanos que viven en la más absoluta soledad, sin convivir con sus semejantes?
- ¿Qué costumbres y diferentes maneras de pensar tienen las personas que nos rodean?
- ¿Afectan estas diferencias sus posibilidades de acceso a la educación universal?
- ¿Por qué es importante que podamos tener una educación universal?

○ DESPERTAR Y DESARROLLAR CAPACIDADES

LECCIÓN

La capacidad de pensamiento

El pensamiento constituye un concepto al que nos referimos constantemente, pero que sin embargo lo definimos con dificultad. Podemos decir que es una representación mental interna, aunque existen muchos tipos de representaciones internas en nuestro cerebro. Por ejemplo, aunque son similares, no es lo mismo la actividad de nuestro cerebro en un sueño que al resolver un problema de matemáticas.

El pensamiento se relaciona también con otras actividades de la vida diaria, por ejemplo, con lo que percibimos a través de nuestros sentidos. Podemos decir que pensamos en la música que oímos. También se refiere a la evocación de experiencias, por ejemplo: pienso en cómo conocí a alguna persona hace un mes. Y, finalmente, se relaciona con la solución de problemas.

En todos los procesos de pensamiento existe un requisito anterior que llamamos atención y que nos sirve para facilitar el uso de la información que tenemos almacenada.

El sistema nervioso, al igual que el resto de las estructuras del cuerpo, se rige por la ley del uso y del no uso, es decir el uso lo fortalece y el no uso lo debilita. Así es que la mejor manera de ejercitarnos para atender y pensar es ATENDER y PENSAR, por lo que una buena frase para ejemplificarlo podría ser "cuanto más pienso, más pienso".

Nuestra capacidad de pensar nos abre la puerta para reflexionar, analizar, valorar, juzgar y hasta dudar de la información que recibimos. Esta es una fase más del pensamiento que nos permite ser personas críticas.

Sabemos que no basta repetir o memorizar lo que nos enseñan. Es importante no sólo absorberlo sino analizarlo, pensar lo que se nos dice y por qué; integrar las diferentes ideas y conceptos que se nos presentan, con la información previa que tenemos. Para hacer esto necesitamos detenernos, reflexionar, hacernos preguntas, leer diferentes puntos de vista, que se relacionen con el tema en cuestión y de esta manera desarrollaremos nuestro propio criterio. Esto nos permitirá tener más claro con qué acciones, ideas e ideales estamos de acuerdo y con cuáles no.



En el proceso del pensamiento interviene la atención.

¿Y si...?



No pensamos

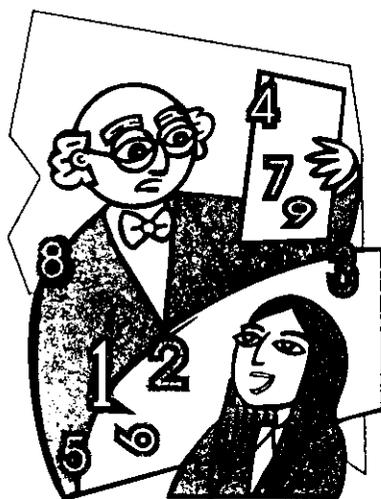
◆ ¿Qué pasaría si no pensáramos críticamente y creyéramos todo lo que nos dicen, todo lo que leemos y lo que vemos?

Escribe un ejemplo de qué pasaría si no pudiéramos seleccionar entre la información verídica y la falsa.

Escribe en tu cuaderno una anécdota de algo que te pasó por no haber podido analizar la información y con base en ella dar tu opinión.

¿SABÍAS que...?

Eugene Ionesco fue el creador del teatro del absurdo. Este es un género teatral donde se enlaza lo irreal y lo real. La obra "La lección" se estrenó en 1951.



Lee con atención:

EL PROFESOR: ¡Magnífica! ¡Es usted magnífica! La felicito calurosamente, señorita. No vale la pena continuar. Para la suma, es usted magistral. Veamos la resta. Dígame solamente, si no está agotada, cuánto es cuatro menos tres.

LA ALUMNA: ¿Cuatro menos tres?.. ¿Cuatro menos tres?

EL PROFESOR: Sí, quiero decir: quite tres de cuatro.

LA ALUMNA: Eso da...siete.

EL PROFESOR: Perdóneme pero me veo obligado a contradecirla. Cuatro menos tres no da siete. Usted se confunde, cuatro más tres son siete, pero cuatro menos tres no son siete. Ahora no se trata de sumar sino de restar.

LA ALUMNA: Entonces, tres.

EL PROFESOR: Escúcheme, señorita: si no llega a comprender profundamente estos principios, estos arquetipos aritméticos, nunca llegará a realizar correctamente un trabajo politécnico... Reconozco que no es fácil, que se trata de algo muy abstracto evidentemente, ¿pero cómo podría usted llegar, antes de haber conocido bien los elementos esenciales, a calcular mentalmente cuántos son, por ejemplo, tres mil setecientos cincuenta y cinco millones novecientos noventa y ocho mil doscientos cincuenta y uno multiplicados por cinco mil ciento sesenta y dos millones trescientos tres mil quinientos ocho?

LA ALUMNA (muy rápidamente): Son diecinueve trillones trescientos noventa mil billones dos mil ochocientos cuarenta y cuatro mil doscientos diecinueve millones ciento sesenta y cuatro mil quinientos ocho.

EL PROFESOR (asombrado): Sí...tiene usted razón...¿Pero cómo lo sabe usted si no conoce los principios del razonamiento aritmético?

LA ALUMNA: Muy sencillo. Como no puedo confiar en mi razonamiento, me he aprendido de memoria todos los resultados posibles de todas las multiplicaciones posibles.

Tomado de la obra teatral "La lección" de Eugene Ionesco.

Ionesco, Eugene, *La lección*, Madrid: Alianza Editorial, 1996 p. 83.

Glosario

Evocación:

Actividad mental que nos permite traer al presente a la memoria, hechos, situaciones, olores, palabras, etc.

Verídica:

Que dice algo cierto, verdadero, creíble.

Anécdota:

Es un relato breve de un suceso o hecho curioso.

Arquetipos:

Modelos primeros y originales de una cosa o una acción. Lo supremo.

Politécnico:

Que junta conocimientos de diversas artes o ciencias.

Abstracto:

Lo que resulta de haberle extraído las cualidades o características básicas de algo por lo general es vago.

Género teatral:

Obras con un conjunto de características que las hace semejantes y por ello pertenecientes a un grupo determinado.

SE ME OCURRE...



MI PRIMERA REACCIÓN AL TERMINAR DE LEER EL TEXTO

- ◊ ¿Qué pensaste al terminar de leer el texto?
- ◊ ¿Qué ideas se te ocurren para fundamentar lo que pensaste al terminar de leer?

REFLEXIONO



¿CÓMO VOY ADQUIRIENDO UN PENSAMIENTO CRÍTICO?

Escribe en tu cuaderno:

- ◊ ¿Qué herramientas me ha dado la educación en la escuela para lograr tener un pensamiento crítico?
- ◊ ¿Qué herramientas he adquirido en otros lugares?
- ◊ ¿Qué puedo hacer para seguir desarrollando el pensamiento crítico?

Podemos seguir una serie de pasos para desarrollar la capacidad de análisis y pensamiento crítico:

- ◆ Leer y escuchar con detenimiento para entender lo que se lee o se dice.
- ◆ Analizar la información que recibimos separando hechos de opiniones.
- ◆ Decidir si los hechos son lógicos y verídicos.
- ◆ Analizar el punto de vista u opinión que la persona da sobre los hechos.
- ◆ Comparar nuestros juicios de pensamiento y decidir en qué aspectos estamos de acuerdo con dicha opinión.
- ◆ Entender por qué se está de acuerdo o desacuerdo con un determinado punto de vista.
- ◆ Encontrar hechos o conceptos para intentar probar o argumentar el punto de vista propio.
- ◆ Comunicar y fundamentar las opiniones propias de manera no agresiva.



Diversos pasos nos facilitan el análisis y el pensamiento crítico.

INVESTIGO



En el diccionario

Busca en el diccionario la definición de las siguientes palabras:

- | | |
|--------------|---------------|
| ◆ Lógico | ◆ Verídico |
| ◆ Opinión | ◆ Crítico |
| ◆ Argumentar | ◆ Fundamentar |

Lee con atención:

Desde hace algunos años, los nuevos desarrollos, resultado de la producción masiva, han estado reemplazando otros servicios y fuentes de trabajo. Por ejemplo, la carreta y el caballo son reemplazados por el auto; la batea por la lavadora de ropa; contar historias alrededor del fuego por el teatro; el teatro por la televisión; la entrega de cartas por el teléfono y el teléfono por el correo electrónico. Con cada nueva forma de intercambio de productos, la unidad original de producción y consumo —la familia— es progresivamente reducida. Las funciones que se realizaban en familia como la comida, la fabricación de ropa, la convivencia como forma de diversión y algunos aspectos de la educación, han sido llevadas al mercado y las familias sólo son familias por los aspectos biológicos, pero sus funciones primordiales no se realizan dentro del hogar. De ahí que se dice que la familia está en peligro de extinción, dado que los servicios y actividades que se realizaban en familia son reemplazados por objetos de producción masiva comprados y por servicios de consumo y diversión que se realizan fuera del hogar.



Gracias al desarrollo industrial la familia tiene más tiempo para estar junta.

Adaptado de: Attali, Jacques, "Millennium", Nueva York: Times Books, 1991 p. 11.

Ahora lee el siguiente párrafo:

La familia se fortalece en la medida que hay más desarrollo industrial. Cuando los miembros de la familia pueden dedicar menos tiempo a las labores domésticas y al trabajo para la casa tienen la posibilidad de dedicar más tiempo a compartir actividades que pueden disfrutar juntos, como formar una colección, practicar algún deporte conjuntamente, platicar, reunirse con otras familias, organizar paseos, organizar conjuntamente una fuente de ingresos, etcétera.

Glosario

Manufactura:
Fabricación.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La mejor forma para aprender a atender y pensar es atender y pensar.
- La importancia de desarrollar una capacidad de análisis y pensamiento crítico.
- Pasos para adquirir la capacidad de análisis y pensamiento crítico.

Conceptos:

- Pensamiento y análisis crítico.

Habilidades que desarrollamos...

- A detenernos a pensar un poco más sobre lo que leemos, vemos y escuchamos.

¿SABÍAS que...?

El pensamiento es el que nos permite analizar, valorar y aclarar la información que recibimos. Constantemente debemos ejercitar esta capacidad.

COMPARO



El desarrollo industrial y la familia

Tras haber leído las dos lecturas anteriores, responde a las siguientes preguntas:

- ♦ ¿Pueden los avances tecnológicos apoyar la convivencia entre las personas en lugar de desintegrar a la familia? ¿Bajo qué condiciones?
- ♦ ¿Cuál es tu papel ante esta situación?
- ♦ ¿Cuál es la utilidad de pensar críticamente cuando se te presentan dos puntos de vista diferentes?

El pensamiento crítico lo podemos usar en una variedad de situaciones: Desde opinar sobre diversos puntos de vista hasta decidir qué productos consumimos.

Por ejemplo:

Para evaluar un producto:

Debemos decidir qué es lo que debe ser o hacer el producto.

Ver si realmente cumple con las funciones que se espera.

Enlistar sus ventajas y desventajas.

Decidir si sus ventajas pueden superar sus desventajas.

Averiguar si hay algún otro producto similar y compararlo.

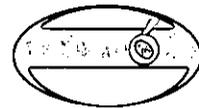
Formar una opinión del producto.

PARA LA CASA

Pensamiento crítico y su aplicación

Relaciona los pasos y los objetivos del pensamiento crítico y la evaluación de un producto.

¿Qué tienen en común? Escribe los pasos en dos columnas en tu cuaderno y une las que sean comparables o iguales con una línea. Luego enumera y explica las diferencias.



La posibilidad de tomar conciencia

La posibilidad de tomar conciencia de lo que nos sucede y de cómo influye en nuestra manera de ser y de pensar lo que pasa a nuestro alrededor, es una consecuencia de la libertad.

La educación basada en el miedo

La revolución francesa que tuvo lugar a fines del siglo XVIII es un punto desde el cual se puede analizar el principio de una educación basada en el miedo. En esa época, como en muchas que le siguieron, la burguesía —que era un grupo social con grandes posibilidades económicas y de poder—, criticaba a los campesinos y a la clase media por “no poder criar a sus hijos con espíritu de disciplina y por permitir la falta de control sobre funciones corporales”. También estaban horrorizados por la ignorancia que, según ellos, mostraban sobre las reglas de la intimidad. Había una gran cantidad de sanciones y castigos que llevaban una forma de control extremo de las conductas. Tantas prohibiciones llevaron a la presencia de diferentes enfermedades físicas y emocionales en la burguesía.

Adaptado de: Nan, Ellin, (1995), “Arquitectura del miedo”, Nueva York: Editorial Princeton Architectural Press p.15-16.

Gran parte de la educación de esa época se vio influenciada por un temor a preguntar, a cuestionar lo que se enseñaba, a decidir por uno mismo. Esto llevó a que se le diera un gran valor a la obediencia y se valorara mucho más el actuar por darle gusto a las demás personas, por quedar bien con los demás, aún cuando se actuara en contra de los propios valores. La gente actuaba por miedo a ser juzgada, por miedo a pensar de diferente manera, miedo a investigar o a dar una opinión diferente a la que creían que “debían dar”. Este tipo de educación limitaba la libertad de expresión de los seres humanos y obstaculizaba la creatividad y la iniciativa.

Lee con atención:

- a) "Sólo temo que el temor esté sustituyendo a la razón" es una frase de la película "El día que la tierra se quedó quieta" producida en 1952.
- b) "No te puedo dar la fórmula para el éxito, pero puedo darte la fórmula para el fracaso: trata de complacer a todos."

Hebert Bayard, Swope. Adaptado de: Myndy Bingham y cols., "Challenges", Nueva York: Ed. Advocacy Press, 1985 p.34.



Podemos aportar ideas para mejorar nuestra vida y la de la comunidad.

¿A qué te sueña?

Escribe en tu cuaderno, con tus palabras, las dos frases anteriores.

- ◆ ¿Qué otros problemas puede traer educar en el miedo?
- ◆ ¿Por qué es mejor enseñar a pensar sobre qué decisión tomar, que simplemente enseñar a obedecer por temor?

El educar en el miedo limita la posibilidad de entender la importancia y la responsabilidad de analizar, de pensar críticamente, de decidir y de responsabilizarnos de nuestras decisiones. Cuando nos damos cuenta que podemos tener un papel más activo en la sociedad y podemos expresar lo que sentimos y lo que pensamos, estamos en posibilidades de aportar ideas y acciones para mejorar nuestra forma de vida y la de nuestra comunidad. Esta es una manera de asumir un papel de mayor conciencia y responsabilidad ante la sociedad. En la medida que estemos bien con nosotros, podemos estar mejor con las demás personas.

REFLEXIONO



Aprendo a observarme...

- ◆ ¿Hay ocasiones en las que mantengo una actitud pasiva y no hago nada por mí, ni por los demás?
- ◆ ¿Hay ocasiones en que hago las cosas sólo por miedo a no quedar bien con las otras personas aunque quede mal conmigo?
- ◆ ¿Cómo me siento cuando no participo en situaciones en que podría haber aportado algo?
- ◆ ¿Cómo me siento cuando actúo sólo para quedar bien o por miedo?
- ◆ ¿Cómo me siento cuando actúo por convicción y no por miedo o sólo para quedar bien?
- ◆ ¿Si quedo bien conmigo aunque no totalmente bien con otras personas, puedo sentir que cumplí con mi responsabilidad?

SE ME OCURRE...



Consecuencias de educar en el miedo

Hagan una obra de teatro en la que analicen las consecuencias de educar bajo el miedo en vez de por responsabilidad propia. Pueden tener personajes tales como los siguientes: Maestra o maestro que dicta, regaña, castiga, grita; alumnos asustados, pasivos, que no tomen iniciativa; niña que le explica que su forma de actuar no le ayuda a aprender; niño que le cuenta a su grupo el miedo que siente con esa maestra. Entre todos deciden cómo modificar la situación.

Maestros y maestras que educan sin miedo, promoviendo la responsabilidad. Reacciones de los estudiantes y las estudiantes.

Madre de familia que explica por qué educar en el miedo es una forma de violencia y las reacciones de diferentes miembros de su familia al escucharla.

Vendedor en el mercado... afuera de la escuela, que sabe escuchar y que apoya a sus clientes y otro que trata de intimidar a sus clientes; analicen la forma de reaccionar de los clientes, hombres y mujeres en cada caso.

Glosario

Convicción:
Idea, creencia.



Mi responsabilidad o la de los demás

Reflexiona sobre la pregunta siguiente y luego discútela en el grupo.

◊ ¿En qué áreas de la vida puede traer beneficios desarrollar responsabilidades propias, en vez de simplemente responder a los deseos de las demás personas por miedo?

Lee con atención:

El hombre, el niño y el burro

Un hombre y su hijo se dirigían al mercado con su burro. Mientras iban por el camino un hombre pasó y les dijo:

—¿Para qué traen al burro si no se suben en él?

Después de pensarlo un rato el hombre montó a su hijo en el burro y siguió su camino. Poco después se cruzaron con un grupo de hombres, uno de los cuales dijo:

—Miren a ese jovencito flojo, montado en el burro mientras su padre camina.

El hombre detuvo al burro después de considerar lo que había dicho el caminante y bajó a su hijo para subirse él mismo. No habían hecho un gran recorrido cuando llegaron al pueblo y al verlos pasar dos mujeres comentaron entre ellas:

—¡No tiene vergüenza! Mira a ese hombre montado en el burro mientras su pequeño hijo camina...

El hombre ya no sabía qué hacer y decidió subir a su hijo para que montara con él. No pasó mucho tiempo antes de que dos desconocidos murmuraran y los señalaran. El hombre se detuvo y preguntó:

—¿Qué dicen ustedes?

—¿No le da pena cargar tanto a su pobre burro?

El hombre y su hijo bajaron y pensaron qué hacer. A fin de cuentas cortaron un poste, amarraron a él las patas del burro y cargaron el palo en sus hombros. Caminaron un rato con el burro a cuestas y muchos hombres se reían de ellos. Cuando se acercaban al puente que conducía al mercado, el burro logró zafar una de sus patas de la cuerda y al patear hizo que el niño perdiera el equilibrio y soltara el palo. En la confusión, el burro cayó del puente y, como estaba atado, no pudo nadar y se ahogó.

SE ME OCURRE...



La moraleja

Escribe en tu cuaderno cuál es la moraleja o consejo de este relato. ¿Qué implicaciones tiene para aprender a tomar decisiones de manera responsable?, ¿qué implicaciones tiene para aprender a responsabilizarnos por las consecuencias de nuestras decisiones?

PARA LA CASA

Meditando sobre mis decisiones

Acuéstate en un lugar tranquilo, relájate y medita sobre qué cosas haces por miedo, para quedar bien con toda la gente y qué quisieras hacer por responsabilidad tuya. Haz un plan de acción para poner en práctica los cambios necesarios.

PASO REFLEXIONO

- ¿Qué ventajas tiene aprender a pensar y analizar críticamente?
- Da algunos ejemplos de situaciones en las que podemos usar el pensamiento y análisis crítico.
- ¿A qué se refiere la educación en el miedo?, ¿de qué forma afecta nuestra capacidad de pensamiento y análisis crítico, de creatividad, de iniciativa?
- ¿Cómo me puede afectar si actúas principalmente para complacer los deseos de otras personas?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Educar en el miedo limita la libertad de expresión, la creatividad y la iniciativa.
- Educar en el miedo limita la posibilidad de desarrollar un pensamiento analítico y crítico, la toma de decisiones y el hacernos responsables por las consecuencias de nuestras decisiones.
- Educar en el miedo lleva a que actuemos principalmente para quedar bien con otras personas, no necesariamente con nosotros mismos.

Conceptos:

- Educación basada en el miedo
- Quedar bien
- Libertad de expresión

Habilidades que desarrollamos...

- Reflexionar sobre formas de tomar decisiones

Tomo decisiones y el control de mi vida con responsabilidad



¿A qué te sueña?

“Lo dejo a la suerte”

Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Qué problemas o consecuencias tiene dejar las decisiones a la suerte o al destino?
- ◆ ¿Qué opciones tenemos para tomar decisiones?

¿Y si...?

Dejando las decisiones a la suerte

Dibujen este círculo en el pizarrón. Tomen una bolita de papel muy ligero mojado y avientenlo al círculo. El lugar donde caiga representaría una decisión tomada sin analizarla detenidamente.



Imagínate que tuvieras que tomar decisiones de esa manera.

- ◆ ¿Qué desventajas tendría?
- ◆ ¿Qué ventajas tendría?

Todas las personas tenemos el derecho de tomar nuestras propias decisiones de manera informada y responsable. No tenemos por qué dejarlas al destino o a la suerte. Hay varios factores que influyen en el proceso de toma de decisiones, los cuales se pueden agrupar de la manera siguiente:

- ◆ La influencia de otras personas.
- ◆ La información que tenemos.
- ◆ Nuestra propia experiencia.

Influencia de otras personas: Cada uno de nosotros se ha desarrollado dentro de un contexto social interactuando con otras personas, entre las cuales se encuentran familiares, amigos, maestros y miembros de la comunidad. Muchas veces, alguna o varias de estas personas tratan de presionarnos para que actuemos de cierta manera y nosotros, para quedar bien, para que “no nos dejen de querer” o porque no sabemos qué otra opción nos queda, accedemos y actuamos de acuerdo con lo que creemos que la o las personas esperan de nosotros o dejamos que tomen decisiones por nosotros sin tratar de participar en éstas.

Por otro lado, la influencia de otras personas puede contribuir a que tomemos decisiones más informadas, sobre todo, cuando nos expresan su opinión o su punto



¿Qué pasa cuando dejas tus decisiones a la suerte?

Glosario

Opción:
Diferentes alternativas para elegir.

Gosario

Objetiva:

Que se puede comprobar, real.

Psicosocial:

Que tiene aspectos sociales y psicológicos.

Involucrarnos:

Comprometernos en algo.

Evadiendo:

No enfrentar un problema o situación.

¿SABÍAS que...?

Tomar una decisión puede ser un proceso difícil si no se tiene la costumbre de hacerlo. Poco a poco con la práctica se va haciendo menos difícil y se va teniendo cada vez mayor control sobre lo que hacemos en nuestra vida. Iremos sintiendo más satisfacción por responsabilizarnos de lo que hacemos y será más fácil tomar decisiones que nos lleven a nuestras metas.



Debemos evaluar las diferentes opciones antes de tomar una decisión.

de vista, permitiéndonos analizar la situación y tomar nuestra propia decisión.

Información: Para tomar una decisión necesitamos adquirir conocimientos que nos permitan analizar los pros y contras. Así, por ejemplo, para decidir qué es lo que quiero estudiar al terminar la secundaria, necesito ir reuniendo información sobre las diferentes opciones que existen en mi comunidad o en otras ciudades y analizar las ventajas y desventajas de cada una de éstas. Esta información objetiva nos aportará bases para tomar una decisión.

Experiencia propia: Cada uno de nosotros tiene una historia personal que se ha formado a través de experiencias que hemos vivido, como éxitos o fracasos. Estas experiencias nos ayudan a tomar una actitud hacia el asunto en cuestión. Lo que consideramos importante para nosotros y para nuestra sociedad, nuestras costumbres, nuestras expectativas y la percepción que tenemos de nosotros mismos, son factores que intervienen en nuestras decisiones.

Lee con atención:

La investigación psicosocial ha mostrado que las personas que toman sus propias decisiones de manera informada tienen más sentimientos de satisfacción personal, de compromiso y mayor probabilidad de asumir con responsabilidad las consecuencias de sus decisiones.

Ante cada situación que se nos presenta tenemos la opción de no involucrarnos en la decisión, por ejemplo:

Dejando que otros decidan.

Decidiendo: Por impulso.

Posponiendo el cumplimiento de alguna responsabilidad.

Dejando que la suerte o el destino decidan.

Evadiendo las situaciones.

O podemos tener una actitud más activa e involucrarnos en la decisión:

Evaluando las diferentes opciones antes de decidir.

Obteniendo información antes de decidir.

Evaluando las consecuencias de las decisiones.

Balanceando las ventajas y desventajas de las diferentes opciones.

Planeando lo deseado y actuando en consecuencia.

REFLEXIONO



¿Involucrarse?

¿Qué ventajas y desventajas tiene involucrarse y no involucrarse en las decisiones que tenemos que tomar a diario? ¿Cómo se relaciona el involucramiento o no involucramiento con dejar las decisiones a otras personas, a la suerte o al destino?

Un modelo racional de toma de decisiones

A continuación se presenta una serie de pasos de un modelo racional de toma de decisiones que se recomienda que se practique cada vez que haya que tomar una decisión.

- Obtener información.
- Analizar los propios valores.
- Hacer una lista de ventajas y desventajas de las diferentes alternativas.
- Calcular la probabilidad de éxito de cada una de las alternativas.
- Analizar las consecuencias a corto, mediano y largo plazo.
- Tomar la decisión.
- Evaluar los resultados de la decisión.

¿Y si...?



Diferentes formas de decidir

Formen equipos de tres a seis personas y asignen a los integrantes de cada equipo los números 1, 2 y 3.

Los participantes con el número 1 comentarán a los demás sobre una decisión que otra persona haya tomado por ella o él y sus consecuencias.

Los participantes con el número 2 comentarán acerca de una decisión que ellos tomaron siguiendo el modelo racional de toma de decisiones y sus consecuencias.

Los participantes que tengan el número 3 comentarán una situación donde no habían tomado una decisión y sin embargo hubo consecuencias.

Terminen el ejercicio comentando la importancia de tomar decisiones de manera informada y responsable.

YO QUIERO, YO PUEDO



La balanza

Piensa en una decisión que tengas que tomar próximamente. Escribe en papelitos las ventajas y las desventajas de llevarla a cabo de cierta manera; por ejemplo, ir o no a una fiesta, pedirle o no un favor a cierta persona, faltar o no a la escuela. Coloca las ventajas en una mano y las desventajas en otra. ¿De qué lado hay más papelitos, es decir, qué lado de la balanza pesa más?

PARA LA CASA



Modelo racional para tomar decisiones

Practica la toma de decisiones empleando como apoyo el modelo racional de toma de decisiones. Puedes usar la balanza o si prefieres simplemente haz una lista de las ventajas y desventajas y medita sobre ellas. Aplícalo por lo menos a tus decisiones del día de hoy. Procura seguir practicándolo.

Tomo conciencia de la presión social

LECCIÓN

REFLEXIONO



Piensa en ti durante dos minutos

Piensa durante dos minutos en las cosas que te hacen feliz, lo que es importante para ti en la convivencia con otras personas y, también, en lo que te hace enojar cuando convives con la gente.

Cuando hayas terminado contesta en tu cuaderno:

¿Qué te hace feliz?

¿Qué es lo más importante para ti, o sea, lo que más valoras en la convivencia con otras personas?

¿Qué es lo que te hace enojar?

¿Qué haces para comunicar a tus amigas y amigos lo que es importante para ti? ¿Crees que lo sepan?

Conforme vivimos y nos enfrentamos a nuevas situaciones encontraremos que a nuestro alrededor existe gente que está con nosotros en los buenos tiempos en momentos alegres; que nos acompañan, nos apoyan y ayudan cuando las necesitamos o que sólo disfrutan con vernos felices. Generalmente, son miembros de nuestra familia, amigas y amigos. Estas personas nos brindan una compañía sana, positiva e incondicional.

Sin embargo, también existen personas que en ocasiones tratan de influirnos o de presionarnos para que realicemos actividades destructivas o para que manifestemos, junto con ellas, conductas negativas que pueden causarnos problemas. Este tipo de "amigos" brindan una amistad condicionada y pueden llevarnos a tomar decisiones con las que no nos sentimos bien.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

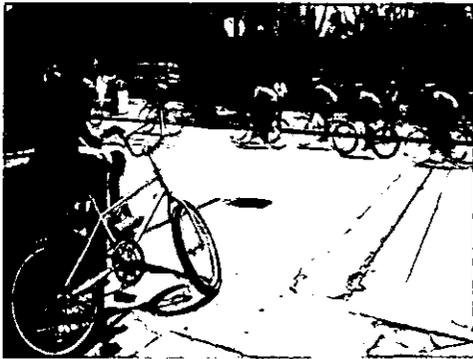
- La importancia de no dejar las decisiones a la suerte.
- Los factores que influyen en la toma de decisiones: influencia de otras personas, información, nuestra propia experiencia.
- Qué es el modelo racional de toma de decisiones.
- Ventajas y desventajas de tomar decisiones de diferentes maneras.

Conceptos:

- Dejar a la suerte.
- Decisiones informadas.
- Modelo racional de toma de decisiones.
- Asumir con responsabilidad las consecuencias de las decisiones.

¿SABÍAS que...?

A veces, por aceptar la presión de nuestros "amigos", hacemos cosas que van en contra de nuestra forma de ser y de sentir, lo cual nos deja un sentimiento de enojo y tristeza o frustración.



A veces nos resulta difícil decir no cuando nos sentimos presionados por alguna situación.

¿Qué es presión social?

Cuando una persona trata de convencer a otra de hacer algo que no quiere, la está presionando. A veces se usan chantajes, amenazas, burlas, golpes, miradas, tonos de voz enérgicos o palabras retadoras que lastiman el amor propio.

Por ejemplo:

¡Vamos, todo el mundo lo hace!

¿De qué te asustas?

¡No seas miedoso!

Nada va a pasarte.

Te vas a divertir.

Ya no eres una niña.

A veces, a pesar de que sabemos que nos están presionando y que hacer lo que nos proponen va en contra de lo que pensamos, nos resulta difícil decir no, porque nos sentimos mal si nos llaman cobardes o infantiles, porque no queremos ser diferentes a los demás o porque queremos ser aceptados en un grupo. Entonces preferimos ceder, en lugar de hablar con franqueza y decir NO.

Hay jóvenes que se sienten bien formando parte de un grupo que tiene cierto prestigio. Formar parte de ciertos grupos puede hacernos sentir importantes, y por lo general, existe una gran influencia entre las personas que lo conforman. Muchas veces sabemos lo que **DEBEMOS** hacer si queremos seguir participando en grupo, aunque no siempre estemos de acuerdo en todo.

Presionar a alguien significa quitarle parte de su libertad y no respetar sus opiniones ni su forma de pensar.

En la adolescencia es común que se formen grupos en los que se favorece la amistad y la convivencia sana, pero también es frecuente que sepamos de la existencia de pandillas donde se realizan actividades que ponen en peligro la salud, la seguridad personal y que dañan a la sociedad. Tal es el caso de las pandillas en que se utilizan sustancias psicoactivas, se organizan robos o se realizan acciones violentas, como peleas y actos vandálicos (por ejemplo, destruir cabinas telefónicas o dañar tiendas) tan sólo para "pasar el tiempo". Comúnmente estas acciones terminan en conflictos y

problemas a nivel familiar, social y legal.

Dentro de una pandilla los intereses y gustos individuales pierden importancia. Se da preferencia a los de la pandilla y quien se aleje de ellos queda fuera del grupo. Esta situación también es una forma de presión, pues si todos realizan ciertas conductas pareciera "necesario" ser iguales al grupo antes de ser descubiertos y rechazados.

Actúa como consideras que es correcto y no bajo presión de los demás.

¿Qué hacer si nos sentimos presionados?

Es importante apartarnos de quienes nos presionan. Para poder decir NO a lo que puede perjudicarnos o que no deseamos hacer, debemos mantener firmes nuestros valores, creencias, metas y propósitos personales, para ser coherentes con lo que pensamos y sentimos y seguir el camino que deseamos.

Muchas veces no es fácil alejarnos de un grupo que nos presiona, pero es importante saber que existen alternativas para enfrentar este tipo de presión. Generalmente alguien que se encuentra en una situación de este tipo puede recurrir a buscar apoyo de otros grupos y de las autoridades de su comunidad.

ASI NO SE VALE...



Aprendo a responder a la presión grupal

Formen siete equipos. Cada equipo elija a un representante o jefe de la banda. Una persona será el nuevo miembro del grupo que al darse cuenta de la situación no desea continuar en el grupo. El resto del equipo presionará para que se quede y haga lo que dice el representante.

Glosario

Ceder:

Dar, disminuir la resistencia.

Prestigio:

Buena fama.

Sustancias psicoactivas:

Sustancias que alteran el funcionamiento normal del individuo.

Perjudicar:

Dañar.

Coherentes:

Lógicos, congruentes.

Situación: Van caminando el jefe de la banda invita al nuevo miembro a lanzar piedras a los vidrios de la escuela de la comunidad diciéndole que es divertido.

En cada uno de los equipos el nuevo miembro tendrá que responder tomando diferentes posturas, mientras que el resto de la banda intentará seguirlo presionando:

EQUIPO 1: El nuevo miembro tendrá que responder NO.

EQUIPO 2: El nuevo miembro se alejará ante la presión del grupo.

EQUIPO 3: El nuevo miembro ignorará la petición.

EQUIPO 4: El nuevo miembro devolverá el reto al jefe.

EQUIPO 5: El nuevo miembro sugerirá otras ideas y dará argumentos propios para no hacer lo que le piden.

EQUIPO 6: El nuevo miembro dará excusas para no hacer lo que le piden.

EQUIPO 7: El nuevo miembro hará lo que le pide el jefe de la banda.

Una vez que hayan terminado las siete situaciones, reflexionen sobre las diferentes actuaciones, pregunten a la persona que hizo el papel de la persona presionada cómo se sintió y decidan cuál fue la mejor forma de responder. Por equipo, numeren, asignando el uno a la que hayan considerado la mejor forma de responder ante este tipo de presión, y sigan hasta llegar al número siete, que corresponderá a la que consideraron peor o menos eficaz. Al terminar, cada equipo expondrá a los demás cuál fue su jerarquización y por qué la hicieron de esa manera.

YO QUIERO, YO PUEDO



No me dejo

Hay muchas maneras de responder a quienes pretenden obligarnos a hacer algo que no queremos: decir no, ignorar a esa persona, dar una excusa, devolver el reto, convencer. ¿Se te ocurre alguna otra?, ¿cuáles usas tú?

Así como algunas veces sentimos presión para hacer algo que no deseamos o que sabemos que nos puede dañar, también podemos sentir presión porque no podemos hacer algo que deseamos o algo que nos gusta y que sabemos que nos va a beneficiar.

Por ejemplo si somos niñas y vivimos en el medio rural podemos tener presión para quedarnos en la casa porque nos piden que cuidemos a niños y niñas más pequeños, o que ayudemos en las labores del hogar, en lugar de ir a la secundaria. Si somos niños nos pueden pedir que salgamos a trabajar en el campo o en alguna actividad familiar y empezaremos a faltar a la escuela.

En estos casos también es necesario analizar las ventajas y desventajas de cada situación y comunicarlas de manera clara. También tendremos que proponer alternativas o pedir la cooperación de las demás personas. Por ejemplo, podemos proponer continuar en la escuela y que todos los hermanos y hermanas colaboren por las tardes en las labores del hogar. Asimismo podemos hablar claramente de las ventajas de terminar la secundaria y proponer que colaboraremos en otras tareas en nuestro tiempo libre. Muchas veces buscar apoyo de otros miembros de la familia ayuda a solucionar este tipo de conflictos. En ocasiones hay personas adultas, en la familia, que tienen deseos de colaborar o hay posibilidades de arreglar los horarios de las actividades para poder hacer lo que necesitamos. Lo importante es negociar y buscar soluciones y no resignarnos a obedecer cuando deseamos hacer algo que nos beneficiará como personas.

REFLEXIONO



Reúnanse en equipos de seis a ocho personas y comenten situaciones tanto del medio urbano como el medio rural donde los y las adolescentes se sienten presionados para no hacer algo que desean y que no les causa daño.

Propongan soluciones entre todo el grupo y discútanlas con sus compañeros y compañeras.

¿SABÍAS que...?

Todas las personas podemos defender nuestra manera de pensar y actuar. Necesitamos aprender a decir no, con un tono firme, cuando estamos en desacuerdo con algo.



En la familia hay personas dispuestas a ayudar.

Glosario

Posición defensiva:

Actitud de defender un punto de vista antes de escuchar a las demás personas.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Lo que es la presión social.
- La importancia de no ceder ante ella cuando puede conducir a actuar de manera que nos haga daño.

Conceptos:

- Presión social
- Decir "no"
- Ignorar un comentario o sugerencia
- Devolver el reto

Habilidades que desarrollamos...

- Formas de responder ante la presión social.



PARA LA CASA

¿Por qué hago lo que hago?

Reflexiona sobre lo que haces para conseguir la aceptación de una o más personas, aunque no estés convencido de ellas o te incomoden. Escribe en tu cuaderno tus reflexiones y piensa cómo podrías dejar de hacer aquellas cosas que no van contigo o con las que no estás de acuerdo.

- | | | | | |
|-----------------------|--|------------|------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | PASO | FLE | ONO | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | | | | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cómo respondo ante la presión de mis amigos y amigas? | | | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Me dejo presionar y hago cosas que en verdad no quiero? | | | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | | | | <input type="radio"/> |



Expreso lo que pienso y lo que siento

Decir a otras personas lo que sentimos nos ayuda de diferentes maneras. Es la forma de identificar lo que deseamos, de compartir con los demás, de comunicarlo, de solucionar malos entendidos, de permitir que nos conozcan y de darnos la oportunidad de ser entendidos.

A pesar de los beneficios de comunicar lo que sentimos, no siempre sabemos o queremos hacerlo. Tenemos todo el derecho de decir las cosas, si así lo deseamos, y de no decirlas si preferimos mantener nuestra intimidad o guardar un secreto.

La verdad es que muchas veces cuando queremos comunicarnos, no sabemos cómo; cuando por fin nos animamos, algo sale mal: no era el momento adecuado, decimos las cosas al revés, no podemos darnos a entender. Hay gran cantidad de factores que influyen para que no logremos comunicar lo que deseamos.

REFLEXIONO



Jerarquía de temores

A continuación se presenta una lista de temores que impiden que nos comuniquemos. Cópiala en tu cuaderno, revisala y haz una jerarquía de acuerdo con lo que te sucede con mayor frecuencia. En la rayita de la izquierda asigna el número 1 al temor más frecuente y el número más alto (ejemplo: 17,18,19,20) al que te ha ocurrido pocas veces o nunca. Al terminar la lista, añade líneas para otros que tengas y que no se incluyeron. Agrégalos y jerarquízalos junto con los otros.

- Me da miedo que me rechacen.
- Pienso que no me entenderán.
- Es posible que me lastimen.
- Me da miedo quedar mal.
- Puedo sentirme culpable.
- Tal vez dejen de quererme.
- Me da pena.
- Temo que me juzguen.
- Puedo lastimar a otra persona.
- Tal vez no pueda decir lo que quiero.
- Me pueden dar ganas de llorar.
- Me da miedo que sientan lástima por mí.

— Tal vez me comparen con otras personas.

— El comunicar nuestros sentimientos nos permite compartir con los demás.

- Pueden hablar mal de mí.
- Pueden burlarse de mí.
- Temo que sepan lo que siento.

Si reflexionamos un poco nos daremos cuenta de que todas las situaciones anteriores se refieren a un sentimiento de temor o miedo. A nadie le gusta sentirse lastimado o culpable y siempre aparece el temor a que dejen de querernos cuando hacemos o decimos algo sabiendo que la otra persona no lo aprueba.

¿Qué hacemos con los temores de comunicación que tenemos?

Lo primero que debemos hacer es reconocer que a veces dejamos de decir algo que realmente queremos expresar por algún temor.

REFLEXIONO



Enfrentar para solucionar

¿Has escuchado el refrán que dice: "Hay que agarrar al toro por los cuernos"? Discutan en el grupo su significado y cómo se puede aplicar en relación con no permitir que los temores a la comunicación nos controlen. No queda más que hacerles frente y superarlos.

YO QUIERO, YO PUEDO



Quiero decirle

Formen equipos de cinco o seis personas. Cada quien escoja a alguien del equipo, escriba su nombre en un papelito y redacte algo que quiera decirle y por qué no se lo ha dicho. Doblen y junten todos los papelitos. Cada quien escoja uno y léalo frente a todo el equipo. Háganlo anónimamente.

Discutan cómo se sintieron al expresar lo que deseaban.

Una de las formas más claras y directas para comunicarnos es utilizando "frases yo": "Yo quiero", "yo necesito", "yo sugiero". De esta manera al no usar frases como "tú hiciste", "tú dijiste" ayudamos a que la otra persona no se sienta atacada y a que tenga la opción de responder directamente lo que ella o él quiere, necesita, sugiere, etcétera. Por otro lado, al no utilizar frases confusas como por ejemplo: "es posible que ande por ahí", "no estoy seguro si podré hacer eso" "depende de cómo la vea luego", permitimos que se dé una comunicación más clara, directa y exacta.

¿Y si...?



Ya puedo decirlo

Recuerda alguna situación en la que no hayas podido decir lo que pensabas o sentías y piensa cómo actuarías ahora si se te presentara una situación similar. Aplicalo.

YO QUIERO, YO PUEDO



Convierte las siguientes frases en "frases yo"

Copia las siguientes frases en tu cuaderno y conviértelas en "frases yo"

Me choca que me hables así...

Tal vez vaya a la fiesta o tal vez no lo haga.

Tú siempre me gritas.

No me gusta verte así, pero tú sabes.

Tú nunca me escuchas.

Anota cinco ejemplos más:

Seguramente te ha pasado que sabes bien que no quieres fumar el cigarro que tu mejor amigo o amiga te está ofreciendo, pero algo pasa y terminas diciendo "Sí, gracias"; o sabes que quieres mucho a tu abuelo, pero cuando estás con él sólo te quedas mirándolo y no puedes decirselo.

¿SABÍAS que...?

¿Algunas veces, a pesar de que sabes lo que sientes y lo que piensas, no puedes darte a entender? Conocer lo que queremos muchas veces no es suficiente, necesitamos aprender a expresarlo. Las personas que nos rodean no pueden saber lo que sentimos, pensamos o queremos si no lo decimos de manera abierta y clara.

Glosario

Jerarquía:

Orden que se asigna.

Ejemplo: de mayor a menor en valor.

Anónimamente:

Sin poner nombre.



Para que la (s) otra(s) persona(s) no se sientan atacadas es mejor utilizar "frases yo"

Conocernos ayuda mucho en las relaciones interpersonales, pero es igualmente importante poder comunicarse. Cuando notes que deseas algo y terminas diciendo no, o al revés, si no querías estar en determinada situación y finalmente estuviste en ella por no expresar tus sentimientos o pensamientos, examina por qué no pudiste expresar y transmitir lo que realmente deseabas.

Descubrirás que a veces el miedo impide que expresemos nuestros deseos; otras veces nos preocupan las reacciones de las personas ante lo que les decimos; otras más, esperamos encontrar un momento especial para decirlo pero el tiempo se nos va y de pronto ya es demasiado tarde. A algunas personas les da pena decir lo que sienten o lo que piensan simplemente porque lo han dicho y escuchado tan pocas veces que se les hace raro comunicarlo. En otras ocasiones, lo que pasa es que no sabemos qué queremos decir o cómo decirlo.

Aunque el primer paso siempre es conocer lo que siento y lo que pienso, la otra parte que nos hará sentir bien es expresarnos. Poder decir, "yo me siento molesta", "yo estoy confundido", "yo te quiero mucho", "no, gracias, yo no quiero", "¿quieres ir al cine conmigo?" o "muchas gracias", nos da una tranquilidad muy especial y la posibilidad de sentirnos comprendidos.

PARA LA CASA

Te digo

¿Con qué persona de tu familia te cuesta más trabajo comunicarte? ¿Qué cosas te gustaría decirle? ¿Qué obstáculos impiden que lo hagas? ¿Cómo puedes solucionarlo? Anota las respuestas en tu cuaderno.

Ponlo en práctica. Ve con la persona que elegiste y comunícale lo que deseas de manera clara, amable y directa, utilizando "frases yo".

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Las formas en que le decimos a otra persona lo que sentimos afecta la comunicación y el autoconocimiento.
- Temores a comunicarnos.

Conceptos:

- "Frases yo".
- Temores a la comunicación.

Habilidades que desarrollamos...

- Identificar y superar el temor a comunicarnos de manera clara, directa y abierta.
- El uso de "frases yo".



Algunas frases nos ayudan a sentirnos comprendidos.

PASO FLE ONO

- ¿Qué ventajas tiene aprender a tomar decisiones? ○
- ¿Qué pasos hay que seguir para el modelo racional de toma de decisiones? ○
- ¿Qué es presión social? Dá algunos ejemplos. ○
- ¿Qué alternativas puedo usar para responder ante la presión social y así evitar hacer algo que me pueda hacer daño? Da algunos ejemplos. ○
- ¿A qué se refiere el temor a comunicarse? ○
- ¿De qué manera se pueden superar los temores a comunicarse? Da ejemplos de "frases yo". ○

1

SER HOMBRE
Y SER MUJER

2

CAMBIOS FÍSICOS
Y EMOCIONALES
EN LA ADOLESCENCIA

3

PROBLEMAS PERSONALES
Y SOCIALES DE LOS JÓVENES
CON RELACIÓN A LA
SEXUALIDAD

○ SER HOMBRE Y SER MUJER

El papel de la mujer y del hombre



Los cambios económicos, sociales y demográficos ocurridos en el mundo en los últimos años han contribuido a modificaciones importantes en el proceso de formación de las familias y en los papeles que se espera que desempeñen los hombres y las mujeres. Cada vez con más frecuencia, las mujeres asumen responsabilidades que se consideraban masculinas, como ser el sostén económico de la familia; cada vez más mujeres logran niveles más altos de escolaridad y tienen mayor participación política. Por otro lado, cada vez más hombres participan en las actividades del cuidado del hogar y la educación de los hijos.

La mayor flexibilidad en la responsabilidad de los hombres y las mujeres en el último siglo es un proceso que ha ocurrido en todo el mundo, tanto en las grandes ciudades como en las zonas alejadas de éstas, donde las costumbres parecían no haber cambiado mucho a través de los años. Hace poco tiempo, prevalecía en nuestro país la familia nuclear, que se definía como la unidad básica compuesta por madre, padre e hijos, con una división de trabajo tradicional. La mujer se dedicaba a las labores de la casa y la familia y el hombre a trabajar fuera. La mayoría de las decisiones de la familia se le consultaban al padre, quien, estuviera poco o mucho tiempo en la casa, era quien tenía la responsabilidad de ser el fuerte de la familia, de tener éxito en su trabajo, ganar dinero, saberlo todo y de tomar las decisiones.

Tanto en el medio urbano como en el rural las cosas han cambiado. Por ejemplo, en algunas zonas rurales han ocurrido transformaciones debido a diversos fenómenos como la migración. Los hombres han dejado su trabajo de agricultores, para emigrar a ciudades más grandes o incluso al extranjero. Esto ha llevado a que

las mujeres tengan que asumir otros papeles dentro de la familia, entre ellas la "jefatura" familiar, a veces de manera temporal otras permanentemente.

Por otro lado, hay una cercana relación entre el hecho de que la familia haya dejado de concebirse de una sola manera y el hecho que el rol o papel masculino o femenino sea más flexible y de acuerdo con las necesidades particulares de cada grupo. Todo esto ha dado lugar a comunicaciones y negociaciones en las parejas en cuanto a la organización económica, el papel que desempeñan hombres y mujeres y los modelos que tienen niños y niñas sobre "cómo debe de ser un hombre" y "cómo debe ser una mujer".

Hombres y mujeres tenemos mucho que aprender unos de otros. Este aprendizaje nos llevará a aprovechar todas nuestras capacidades como personas. Aun así, seguiremos



Algunas mujeres han asumido la jefatura familiar.

Glosario

Demográficos:

Parte de la estadística de los habitantes de un país, según profesiones, edades, etcétera.

Flexibilidad:

Que tiene disposición a ceder.

Concebirse:

Entenderse, considerarse.

¿SABÍAS que...?

La científica mexicana Esther Orozco, especialista en genética molecular, recibió en 1995 la medalla Pasteur, un premio que otorga la UNESCO y la fundación Pasteur, por sus avanzados estudios sobre las amibas. Ella trabaja en el Centro de Investigación y Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional.
Revista Muy Interesante.
Año XVI No.3



¿SABÍAS que...?

En el Artículo 4º de nuestra Constitución se establece que "El varón y la mujer son iguales ante la ley".

siendo diferentes y cada vez más complementarios. Muchos de los conflictos que existían por tratar de desempeñar los papeles o roles asignados a cada sexo, de manera rígida, ya se hablan más abiertamente.



Cada vez más hombres participan activamente como padres.

COMPARO



Cómo era antes y cómo es ahora el papel de hombres y mujeres

Dividan el grupo en tres secciones. Preparen un argumento breve para presentarlo como obra de teatro, sobre una escena donde un adolescente y una adolescente salen a pasear un domingo de 1899. Otra sección presentará un argumento donde un adolescente y una adolescente salen a pasear un domingo de 1999. La última sección presentará la misma situación de unos adolescentes en el año 2099.

Dentro de cada grupo decidirán quiénes escribirán el argumento, quiénes actuarán y quiénes adaptarán el vestuario y la escenografía con objetos que tengan en el salón. Al finalizar discutan en grupo las siguientes preguntas:

- ¿Ha cambiado el papel de los hombres y de las mujeres en el último siglo?
- ¿Cuáles son los principales cambios?
- ¿Qué han ganado las mujeres con estos cambios?
- ¿Que han ganado los hombres con estos cambios?
- ¿Qué podemos hacer para llevarnos mejor los hombres y las mujeres en el próximo siglo con respecto a nuestros estudios, a nuestra familia y a nuestros amigos y amigas y nuestro trabajo?
- ¿En qué nos necesitamos los hombres y las mujeres en esta sociedad?
- ¿En qué se parecen los papeles de hombres y mujeres en 1899, 1999 y 2099?

Lee con atención:

Táctica y estrategia

Mi táctica es mirarte
aprender como sos
quererte como sos

Mi táctica es hablarte y escucharte
construir con palabras
un puente indestructible

Mi táctica es
quedarme en tu recuerdo
no sé cómo, no sé
con qué pretexto
pero quedarme en vos

Mi táctica es ser franco
y saber que sos franca

El papel de hombres y mujeres ha cambiado al paso del tiempo.

y que no nos vendamos simulacros
para que entre los dos
no haya telón
ni abismos

mi estrategia es
en cambio
más profunda y más simple

mi estrategia es
que un día cualquiera
no sé como, ni sé
con qué pretexto
por fin me necesites.

Mario Benedetti

Benedetti, Mario, *El amor, las mujeres y la vida*. México, Ed. Alfaguara (1996), pp. 77-78



El 8 de marzo se celebra el día internacional de la mujer.

REFLEXIONO



Los papeles de mujeres y hombres en el poema

Desde el punto de vista del poema de Benedetti, ¿qué aspectos crees que están surgiendo como necesarios para que exista una relación entre un hombre y una mujer?

¿Qué otros aspectos crees que son importantes, para que se dé una relación abierta y sincera entre un hombre y una mujer?

Lee con atención:

El 8 de marzo se celebra el día internacional de la mujer

En este día se reconoce la labor de las mujeres en la lucha por lograr la igualdad en los derechos laborales. El día 8 de marzo de 1857, un grupo de mujeres que trabajaban en la Ciudad de Nueva York exigieron igualdad de salarios y una jornada de trabajo de 10 horas en vez de 16. La respuesta de los dueños de la fábrica fue provocar fuego en la planta, donde murieron 129 obreras.

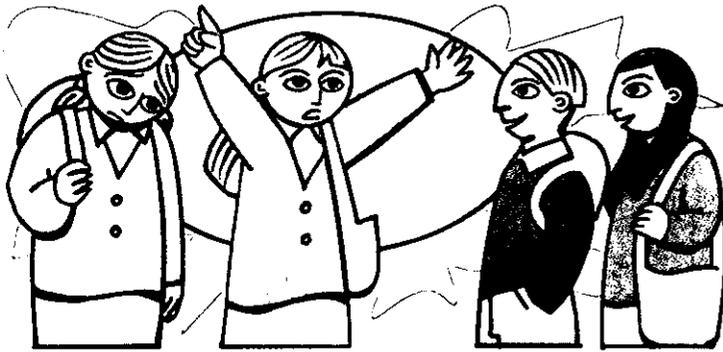
En 1977, la asamblea general de la ONU invitó a todos los estados a proclamar un día del año como Día de las Naciones Unidas para los Derechos de la Mujer y la Paz Internacional.

En México, se había instituido el día de la mujer, el 15 de febrero de 1960. Esta iniciativa fue apoyada por mujeres universitarias y por la maestra Eva Sámano, esposa del entonces presidente de la República, Adolfo López Mateos.

En el ámbito internacional existen diferentes pronunciamientos a favor de una mayor igualdad entre los sexos. Sin embargo, en algunos países se mantiene oprimidas a las mujeres o excluidas de los derechos más elementales. Por ejemplo, en algunos países como China, Pakistán o la India aún hay comunidades donde se practica el aborto si el producto va a ser niña. En Tailandia, cerca de 800,000 adolescentes se dedican a la prostitución y no hay leyes que lo impidan.

En varios países de Asia, Medio Oriente, e incluso de América Latina, se alimenta a las niñas menos que a los niños y a ellas rara vez las llevan al médico cuando sufren alguna enfermedad. También tienen menos vacunas que los niños.

La discriminación a nivel del acceso escolar también continúa siendo frecuente. Dos terceras partes de las personas analfabetas del mundo son mujeres. En México, de cada tres personas adultas que no saben leer ni escribir, dos son mujeres.



También en México, cifras del Programa Nacional para la Mujer 1995-2000 revelan que la participación femenina en la actividad económica del país se ha incrementado del 17 al 35% entre 1970 y 1995, aunque esto no ha sido suficiente para mejorar la condición social de la mujer.

Ante estas situaciones vale la pena preguntarse ¿Cómo es la educación de los varones en muchos hogares?. Es importante comenzar a formar generaciones donde se respete por igual las capacidades y derechos de hombres y mujeres.

Periódico Reforma, 8 de marzo de 1999. *La mujer también tiene su día.* <http://pompeya.cuaed.unam.mx>



¿Y sí...?

Formen equipos de seis a ocho personas y discutan cómo influye el dar educación distinta a niños y niñas dentro del hogar, en las condiciones de desigualdad que pueden surgir posteriormente en sus trabajos, cuando sean personas adultas.

¿Qué podemos hacer como adolescentes para educar a niños y niñas en condiciones de mayor igualdad?

Cada equipo lea sus conclusiones al grupo.

¿SABÍAS que...?

Isabel Tudor fue una de las primeras gobernantes mujeres en la historia. Ella gobernó Inglaterra en el año 1558. Su forma de gobierno aportó cambios a la idea de que las mujeres no podían gobernar un país.

REFLEXIONO



Las diferencias son mas bien individuales no de género

¿Te has dado cuenta que los hombres y las mujeres hacemos algunas cosas de diferente manera y otras de manera muy semejante? Más allá de las diferencias individuales, la educación que se le ha dado a cada sexo determina en gran medida nuestra forma de actuar, sentir y pensar. ¿A qué crees que se debe esto?, ¿puedes dar ejemplos de ello?, ¿cómo explicas que hombres y mujeres podamos hacer tantas de las mismas cosas cuando tenemos la oportunidad?

REFLEXIONO



¿Podemos llegar a un acuerdo?

Reúnanse en equipos de cinco personas y discutan las preguntas anteriores. Anoten en su cuaderno sus conclusiones en cinco puntos que resuman sus respuestas a cada una de las preguntas.

Cada equipo lea sus conclusiones al grupo.

PARA LA CASA

Haciendo entrevistas

Entrevista a un hombre y a una mujer de tu familia y pregúntales:

¿Sientes orgullo de ser hombre o de ser mujer? (de acuerdo a su propio sexo).

¿Por qué?

¿Qué te gustaría que cambiara en la educación que se les da a los hombres y a las mujeres para que se llevaran mejor?

¿Qué puedes hacer para que se den estos cambios?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Los papeles o roles de hombres y mujeres, son determinados socialmente.
- Ha habido grandes cambios en los papeles de mujeres y hombres, tanto en el medio urbano como rural.
- Se abre la comunicación entre mujeres y hombres, cuando aumenta la flexibilidad en las expectativas de roles de género.

Conceptos:

- Papeles y roles de género.
- Flexibilidad en roles de género.
- Mayor participación de la mujer en la vida laboral.



De dónde vienen las diferencias

Niños y niñas hemos sido educados de manera diferente en varios aspectos: la manera de movernos, de hablar, algunos gustos e intereses están matizados por nuestra educación, que depende en gran medida de lo que el grupo social cree que deben ser los roles de unos y otras. Por ejemplo: en nuestra sociedad se educa a las niñas para que gusten de actividades más pasivas y menos bruscas que los niños. Resulta más probable que una niña disfrute de algunos deportes como la natación o la gimnasia, que de otros, como el fútbol americano o el boxeo.

A pesar de que cuando nacemos, niñas y niños tenemos las mismas **potencialidades**, la educación diferente lleva a que se desarrollen ciertas capacidades en los niños y otras en las niñas. Esto significa que nos dicen lo que se espera de nosotros, o nos muestran con actitudes y conductas los comportamientos que consideran apropiados para un hombre y para una mujer. Muchas veces, esto se hace de manera muy rígida, es decir con poca apertura o flexibilidad, lo cual hace más difícil que cada quien se desarrolle de acuerdo con sus capacidades, en vez de con base en roles o papeles establecidos.

Lo anterior quiere decir, por ejemplo, que si soy niño, no necesariamente por naturaleza me gustarán las actividades rudas, sino que mis gustos estarán dados más bien de acuerdo con mi educación y medio social.

Nuestra manera de ser, hacer, pensar y sentir tiene que ver más con nuestra calidad de seres humanos, que con que seamos niños o niñas.

Lo que conocemos como género, es decir, como características masculinas y femeninas, es una construcción de conceptos creados por la sociedad. Cuando nacemos, las personas observan nuestros órganos sexuales y nos clasifican como niñas o niños. A partir de ese momento, las actitudes que tienen hacia nosotros estarán matizadas por lo que se **atribuye** culturalmente al sexo al que pertenecemos. Por ejemplo: si somos niños, probablemente nos hablarán con un tono de voz más fuerte y nos dirán algo como, "qué guapo muchachito, además es muy fuerte"; si somos mujeres, tal vez nos digan con mucha ternura, "linda nena, ¡qué bonita sonrisa tiene!"

El género es un sistema de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, valores, sentimientos y conductas que determina la sociedad, para mujeres y hombres.

Según nuestra cultura, las mujeres deben tener sentimientos de ternura y amor, conductas de dependencia, **sumisión** y pasividad. De los hombres se espera independencia, actividad, y **audacia**, así como sentimientos de fortaleza y coraje. A estos comportamientos y sentimientos esperados en hombres y mujeres se les conoce con el nombre de estereotipos y tienen la característica de que son aceptados por toda una sociedad.



En muchas comunidades educan de manera diferente a niños y niñas.

Glosario

Potencialidades:
Capacidades.

Atribuye:
Adjudica, aplica.

Sumisión:
Obediencia ciega.

Audacia:
Actos de valentía.



Cada vez más comunidades procuran dar una educación semejante a mujeres y hombres.

A través de la educación, nuestros padres transmiten esta forma de pensar; permiten, y a veces hasta promueven, sin darse cuenta, que sus hijas lloren o expresen sus sentimientos, mientras censuran la misma forma de mostrar emociones en sus hijos.

REFLEXIONO



Sobre roles de género

Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas:

¿Cómo crees que determina tu forma actual de ser el haber nacido en tu comunidad? Menciona por lo menos tres aspectos.

¿Qué crees que espera de los hombres y qué de las mujeres tu grupo social?

Menciona tres ventajas de ser hombre y tres ventajas de ser mujer.

Compara lo que crees que espera una familia en tu comunidad que tiene un hijo, con lo que espera otra que tiene una hija.

¿Qué cosas de las que se esperan de ti, según tu rol de género, disfrutas hacer y cuáles no? Explica tus razones.

¿Qué actividades socialmente asignadas al otro sexo, puedes realizar tú y cuáles te gustaría hacer?

¿Cuáles son las principales diferencias en la forma de comunicarse entre mujeres y hombres y por qué se dan?

Al finalizar elige una pareja de tu grupo del otro sexo y compartan sus respuestas

REFLEXIONO



Roles de género flexibles y rígidos

Hagan tres equipos con voluntarios. El primero de ellos representará una familia donde la mujer sirve y obedece ciegamente al hombre; el segundo, una familia donde el hombre sirve y obedece ciegamente a la mujer; el otro, una familia en la que ambos comparten las responsabilidades y el trabajo. Cuando la actuación haya terminado, contesten:

¿Qué sintió cada uno de los personajes de la primera familia?

¿Qué sintió cada uno de los personajes de la segunda familia?

¿Qué podemos hacer los hombres para hacer sentir bien a las mujeres?

¿Qué podemos hacer las mujeres para hacer sentir bien a los hombres?

Al llegar a la secundaria ya habremos percibido mensajes sobre lo que se espera de cada sexo: su rol de género. Si somos hombres, es posible que nos sea difícil expresar lo que sentimos; si somos mujeres tal vez nos cueste trabajo la clase de deportes. Esto generalmente, no se debe a la incapacidad para realizar dichas actividades, sino a una falta de estimulación para las mismas.

¿SE ME OCURRE...



Analizo cuidadosamente

Va en la carretera un señor con su hijo, se accidentan y el papá muere. El hijo es trasladado al hospital por una ambulancia. Al llegar al hospital llaman al equipo experto en neurocirugía y la persona responsable del equipo grita "yo no lo puedo operar, es mi hijo".

¿Qué sucedió?

Discute en grupo, con base en expectativas de género, las dificultades que tuvieron para entender lo que sucedió.

Si ponemos énfasis en la persona y no en su rol de género, cada persona se sentirá más a gusto expresando su forma de pensar, sentir, actuar y percibir de acuerdo con sus capacidades, en vez de prejuicios o estereotipos. De esta manera podrá ser más productiva y estará más contenta.

Es posible que si eres mujer te hayas dado cuenta de que a veces:

Respuesta: La mamá es la neurocirujana

Glosario

Censuran:

Prohíben la difusión de algo.

Crees que para que alguien te quiera tienes que servirle.
 Necesitas que te demuestren afecto con detallitos.
 Quieres que te escuchen con mucha atención.
 Disfrutas cuando te sientes protegida.
 Te preocupas demasiado por las demás personas.
 Quisieras que los hombres expresaran lo que sienten por ti.
 Te gusta decir palabras cariñosas y dar detallitos.

Recuerda:

No te sientas rechazada si no te agradecen como tú quieres. Algunas veces te van a pedir las cosas como tú lo deseas, pero otras no. Si quieres dar, simplemente hazlo. Si no quieres, no lo hagas por presión, por quedar bien o esperando que te lo agradezcan.

Si eres niño es probable que te hayas dado cuenta de que:

Te da miedo mostrar afecto.
 Sientes presión por triunfar.
 Estás acostumbrado a que te atiendan en vez de atender.
 No te gusta mucho hablar de ti con otras personas.
 Tratas de ser muy lógico y de pensar todo; rara vez te dejas guiar por tus sentimientos.
 Rara vez se te ocurre ayudar sin que te lo pidan.
 Sentirse querido significa que admiren el trabajo que hiciste.

Recuerda:

No tengas miedo de expresar tus sentimientos, ni de demostrar afecto, dar es tan bonito como recibir; hombres y mujeres necesitamos comunicarnos, ser atendidos, sentir apoyo y cariño.



En muchos grupos sociales los hombres han sido enseñados a no expresar sus sentimientos.



Seas mujer u hombre, trata de hacer las cosas que no has podido hacer. Verás que cada vez va a ser más fácil y te dará más gusto.

PARA LA CASA

Atrévete al cambio

Independientemente de que seas hombre o mujer, trata de hacer o decir cosas que no has podido. Por ejemplo: si no has podido decir que estás enojado o enojada, ensaya y atrévete a decirlo; si te es difícil jugar fútbol, quítate la pena y empieza a practicarlo; si no sabes cómo mostrar tu afecto a alguna persona acércate y demuéstreselo. Practica este tipo de cambios todos los días y notarás que cada vez va a ser más fácil y te dará más gusto.

<input type="radio"/>	PASO	FLE	ONO	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	Los cambios económicos y sociales que ha tenido el mundo y nuestro			<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	pais, han permitido demostrar que hombres y mujeres tenemos unas			<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	pocas diferencias físicas y, en cambio, muchas capacidades por aprovechar.			<input type="radio"/>

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Al nacer mujeres y hombres tenemos potencialidades semejantes.
- Los roles o papeles de género son formados a través de un proceso educativo y social, NO biológico.
- Hombres y mujeres pueden identificar las expectativas que la sociedad tiene para ellos.
- Mujeres y hombres necesitamos dar y recibir apoyo y cariño, expresar sentimientos y en ocasiones ser atendidos.

Concepto:

- Estereotipos.

Un caso actual, pero antiguo

Desde los inicios de la humanidad los hombres y las mujeres se reunían en grupos para vivir. Como en aquella época la alimentación de los recién nacidos dependía absolutamente de la madre, ellas necesitaban un lugar más o menos fijo y seguro para realizar dicha actividad. Por esa razón, fueron los hombres quienes se encargaron de proveer la comida; se organizaban y salían a cazar. Esta tarea requería estrategia, uso de armas, valor, paciencia, determinación y conocimientos sobre las posibles presas y el medio ambiente; también se necesitaba del desarrollo de la camaradería, la solidaridad y la comunicación.

Mientras ellos se dedicaban a la caza, **el cuidado de los hijos y las hijas limitaba el movimiento de las madres**, quienes no podían recorrer largas distancias con varios niños y niñas pequeños, por lo cual se hizo necesaria una vida más sedentaria, es decir, en un solo lugar.

Lo anterior puso las bases para definir las actividades «propias» de cada sexo, muchas de las cuales se han conservado desde entonces y han prevalectido hasta nuestros días. De hecho, en la actualidad los hombres se desarrollan más en las actividades fuera del hogar, mientras las mujeres se dedican más a éste. Pero las condiciones económicas y posibilidades de movimiento y educación han cambiado. Cada vez hay mayores oportunidades de actividades en diferentes campos para ambos géneros.

Si por medio de los libros retrocedemos en el tiempo, encontraremos menos mujeres que hombres destacados en la historia de nuestro mundo. ¿Acaso en esa época había más hombres que mujeres? ¿A qué se dedicaban las mujeres, que no fueron reconocidas por la historia?

A muchas mujeres que han destacado a nivel nacional o internacional, se les hizo creer que tenían que escoger entre tener una pareja y formar una familia o desarrollar sus capacidades laborales, artísticas, científicas, etcétera. Cada vez es más frecuente la aceptación que se puede combinar el desarrollo personal y profesional con el familiar.

Los hombres famosos no tuvieron que hacer una elección entre su familia y su trabajo, pues la historia ya había marcado su función (salir a trabajar). Aunque algunos resintieran no poder pasar más tiempo con sus hijos, hijas y esposa. Si se habla de su vida privada, se hace referencia al apoyo, o a la falta de éste por parte de alguna figura femenina.



Rigoberta Menchú
mujer guatemalteca, Premio
Nobel de la Paz, 1992.



Personas destacadas de ambos sexos

¿Por qué no han destacado por igual personas de ambos sexos?

Responde en tu cuaderno:

Si por medio de los libros retrocedemos en el tiempo, encontraremos menos mujeres que hombres destacados en la historia de nuestro mundo. ¿Acaso en esa época había más hombres que mujeres? ¿A qué se dedicaban las mujeres, que no fueron reconocidas por la historia? ¿Cómo podemos explicar que más hombres que mujeres hayan destacado?

Lee con atención:

El Instituto Nacional de Nutrición "Salvador Zubirán" en un lugar cercano a Atlacomulco, Estado de México, llevó a cabo un estudio que consistía en distribuir complementos alimenticios ricos en proteínas especiales para que las mujeres los dieran a sus niños y niñas. Después de algunos meses los investigadores no encontraron diferencias en el desarrollo de los pequeños, como era esperado. Asombrados por los resultados fueron a la comunidad para entrevistarse con las señoras, quienes dijeron que habían dado el alimento extra a sus maridos, pues ellos se encargaban de trabajar y de ganar el dinero de la familia.

Glosario

Determinación:
Decisión.

Camaradería:
Amistad o relación cordial que mantienen compañeros que se tratan con confianza.

Prevalectido:
Continuado, seguido o sobresalido.



Las expectativas rígidas de género afectan la salud

En equipos de cinco o seis personas contesten las siguientes preguntas:

- ¿Qué opinan respecto a la decisión de estas mujeres?
- ¿Creen que alguno de los sexos vale más que el otro, o sólo son diferentes? Expliquen sus respuestas.
- ¿Cómo creen que hubieran reaccionado las mujeres si desde que eran niñas hubieran aprendido que el hombre y la mujer son igualmente importantes?
- ¿En qué difiere lo que sucedió en ese pueblo de lo que sucede en familias que conocen?
- ¿En qué se parecen?

Lee con atención:

En la mitología griega los 12 dioses y diosas más importantes de la antigua Grecia vivían en el Palacio del Olimpo y formaban una sola familia.

El padre se llamaba Zeus. Era un dios fuerte, valiente y violento, cuyos emblemas eran el águila y el pájaro carpintero.

La madre recibía el hombre de Hera y sus emblemas eran la vaca (el más maternal de los animales), el león y el pavo real.

Poseidón era hermano de Zeus y dios de los mares y ríos; usaba un tridente para agitarlos y provocar que se hundieran las embarcaciones. Su emblema era el caballo.

Demeter era la diosa de las frutas, vegetales y granos. Su emblema era la amapola.

Atenea, diosa de la sabiduría y la batalla, nació de la cabeza de Zeus; su emblema era el búho.

Afrodita, diosa del amor y la belleza, no sabía quiénes eran sus padres. Tenía una faja mágica para que quien la viera se enamorara locamente de ella. Era esposa de Hefesto. Su emblema era la paloma.

Ares era alto, guapo, irónico y cruel, amaba luchar por su propio beneficio. Era un gran amigo de Afrodita y sus emblemas eran un jabalí y una lanza manchada de sangre.

Apolo era el dios de la música, la poesía, la medicina, el tiro con arco y los jóvenes solteros; hijo de Zeus y Leto (diosa menor), tenía como emblema al ratón. Los ratones conocían los secretos de la tierra y se los comunicaban.

Artemisa, la hermana gemela de Apolo, era diosa de la cacería y de las mujeres solteras, su emblema era la osa.

Hermes era hijo de Zeus y de otra diosa menor de nombre Maia. Era el dios de los mercaderes, banqueros, ladrones, adivinos y heraldos. Inventó el alfabeto, sus emblemas eran las grullas y una vara de avellano de la cual colgaban listones blancos, que la gente confundía con serpientes.

Hestia, hermana mayor de Zeus, era la diosa del hogar, la más pacífica y amable de todos los dioses.

Había seis dioses y seis diosas. Un día Zeus anunció que Dionisio, hijo suyo y de una mortal, había inventado el vino y debía ser admitido dentro del Olimpo como otro dios. Como el número trece era considerado de mala suerte, Hestia le cedió su lugar para mantener la paz. Hubo entonces 7 dioses y 6 diosas en el consejo y a partir de este momento, cada vez que se votaba sobre cuestiones concernientes a derechos de hombres y mujeres, los hombres siempre ganaban.



Aún ahora algunas mujeres creen que el género masculino vale más.



Actividades de hombres y mujeres

Ahora responde:

- ¿Qué actividades creen que son sólo para hombres? Hagan una lista.
- ¿Cuáles creen que son sólo para mujeres? Hagan una lista.
- ¿Cuáles creen que son para ambos sexos? Hagan una lista.



Hombres y mujeres podemos colaborar.

¿SABÍAS que...?

Las investigaciones han demostrado que cuando los hombres y las mujeres realizan las actividades que les interesan —independientemente de lo que se espera de cada uno— y desarrollan habilidades típicamente de “hombres” como de “mujeres”, alcanzan un mayor crecimiento como personas, tanto en lo que saben hacer como en la manera de relacionarse con las demás personas.

Glosario

Transición:

Pasar de un estado a otro distinto.

Cuando vemos que el papel del hombre y la mujer dentro de la sociedad está determinado por factores históricos y no por capacidades reales, nos damos cuenta que se trata de aspectos que pueden cambiar, y que de hecho, han ido cambiando en las últimas décadas.

La posibilidad de planificar la familia y la necesidad de que la mujer contribuya a la economía del hogar han favorecido que participe en actividades consideradas tradicionalmente masculinas. Sin embargo, aunque esta situación ha permitido un mayor desarrollo y satisfacción personal, también ha aumentado la responsabilidad que la mujer debe asumir, pues además de trabajar dentro de la casa lo hace fuera de ella.

Por su parte, el hombre aún no ha pasado por tantos cambios con respecto a su papel. Esto posiblemente se debe a que la educación no favorece en el hombre la misma oportunidad que en la mujer de ser introspectivo, es decir de fijarse y sentir cuáles son sus necesidades y sentimientos reales. Por otro lado el hombre puede temer que al aceptar los cambios realizados por el género femenino pierda la autoridad y el poder que aún se le concede.

A las últimas generaciones nos ha tocado vivir cambios respecto al papel del hombre y la mujer en la sociedad. Esto hace que se modifiquen y desdibujen las definiciones de masculinidad y feminidad, así como qué actividades puede hacer cada uno de los géneros. Se están modificando los papeles y probablemente en unos años los seres humanos estarán más integrados en cuanto a las características que ahora llamamos de “hombre” o de “mujer”, ya que cada uno puede aprender de los intereses, habilidades, formas de sentir y de comunicarse del otro. Poco a poco nos daremos cuenta de que los seres humanos somos diferentes físicamente, pero que en capacidades y habilidades somos muy similares.

REFLEXIONO



Falta de claridad de roles de género

¿De qué manera(s) crees que la etapa de cambio de roles rígidos a roles más flexibles afecta las relaciones entre personas? ¿Qué crees que se puede hacer para explicar la falta de claridad en las expectativas de roles de género que hay en esta etapa de transición? Discútanlo en el grupo.

El poeta Tennyson escribió a fines del siglo XIX:

El hombre al campo, la mujer al hogar,
el hombre a la espada y ella a la aguja,
el hombre con la cabeza, la mujer con el corazón,
el hombre a mandar, la mujer a obedecerle.
Cualquier otra cosa es confusión.

¿A qué te suena?

En tu cuaderno escribe con tus palabras lo que dijo Tennyson ¿Qué opinas de eso?

Lee con atención:

Actualmente los medios de comunicación nos envían mensajes directos e indirectos sobre las conductas esperadas para hombres y para mujeres. Así, podemos darnos cuenta que todavía se promueve que los hombres deben ser fuertes, saber resolver sus problemas y los de las mujeres, y no expresar sus sentimientos; mientras que las mujeres deben ser expresivas, obedientes, sumisas e intuitivas.

De la misma manera, hay actividades que se espera que desarrollen los hombres y otras que lleven a cabo las mujeres. Algunas escuelas tienen espacios de juego separados para niños o niñas, hacen filas diferentes, según el género, para que entren al salón. En ciertas religiones hombres y mujeres se separan durante los rezos; en las tiendas donde venden herramientas se espera que haya más hombres, mientras que si se trata del mercado se supone que ha de haber un mayor número de mujeres.



Las mujeres pueden desarrollar actividades que tradicionalmente se consideraban solo para los hombres.

SE ME OCURRE...



Cómo me gustaría que fueran los roles de género

Haz un dibujo o uno de recortes que reflejen la manera en la que te gustaría que fueran los papeles que desempeñen hombres y mujeres cuando seas una persona adulta.

PARA LA CASA



Si yo gobernara...

Imagina que eres la nueva gobernadora o el nuevo gobernador de tu Estado. ¿Qué cambios harías en tu comunidad para que los hombres y mujeres pudieran desarrollar sus planes e intereses independientemente de su sexo?

En una cuartilla elabora un plan de trabajo.

Ve la televisión o escucha el radio y haz una lista de ejemplos en los que se trata de manera diferente a mujeres y a hombres sin ninguna otra razón más que de género.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Hay razones económicas e históricas por las cuales se definieron las actividades de género.
- Cada vez hay más oportunidades para que tanto mujeres como hombres desarrollemos actividades que antes eran consideradas propias solo para un género.
- Las mujeres han pasado por más cambios en sus papeles que los hombres.
- Los medios de comunicación nos dan mensajes de lo que se espera de cada sexo.

Conceptos:

- Crecimiento como personas.

PASO A PASO FLEXIONO

- ¿Qué relación hay entre los cambios económicos, sociales y demográficos y los que ha habido en roles de género?
- ¿Qué podemos hacer hombres y mujeres para actuar más con base en nuestras necesidades reales que de acuerdo con los roles preestablecidos?
- ¿Cómo se explica que a través de la historia hayan destacado más hombres que mujeres? ¿De qué manera la mayor flexibilidad en roles de género puede ayudar a cambiar eso?

● CAMBIOS FÍSICOS, FISIOLÓGICOS Y EMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA

¿Cómo soy en secundaria?



Cuando estamos en la secundaria atravesamos por una época que se llama pubertad, en la que se dan los mayores cambios físicos y emocionales desde que nacemos. Durante ella dejamos de ser niñas y niños y nos convertimos en adolescentes.

En esta época cambian muchas cosas: nuestro cuerpo, la manera en que pensamos, nuestro estado de ánimo, la forma en que nos relacionamos con la gente. Físicamente crecemos mucho, aumentamos de estatura y de peso, nuestro cuerpo se transforma, tenemos más vello y nuestros órganos sexuales se desarrollan para alcanzar la madurez sexual.

Cuando cambiamos y crecemos, debemos tomar en cuenta que muchas veces nuestro cuerpo no es exactamente como queremos que sea.

La imagen ideal de muchachos y muchachas con caras y cuerpos de modelos que nos enseñan en la televisión, revistas y cine no corresponde a la mayoría de las personas.

Por eso recuerda:

Aceptar nuestro cuerpo como es nos ayuda a sentirnos mejor.



Las imágenes que promueve la publicidad no corresponden a la forma de verse de la mayoría de las personas.

Así como cambia nuestro cuerpo, también experimentamos sentimientos que antes no conocíamos. A veces nos confunde que fácilmente vamos de la alegría a la tristeza o del enojo a la tranquilidad. Comúnmente, cuando reaccionamos en forma impulsiva o le gritamos a alguien nos sentimos mal. Poco a poco aprenderemos a controlar estas reacciones y gradualmente nuestros estados de ánimo tendrán cambios menos bruscos. **Conforme crecemos, vamos dando más importancia a la forma en la que nos relacionamos con otras personas.** La amistad empieza a tener un significado diferente, comenzamos a preocuparnos por pertenecer a un grupo, aunque a veces también necesitamos estar a solas y lejos de otras personas.

Lo mismo sucede en nuestra casa: en algunas ocasiones deseamos soledad y en otras queremos compartir lo que hicimos en el día o platicar con alguien de la familia.

¿A qué te sueña?

Cada persona vive estos cambios de diferente manera, lo cual hace que cada una sea especial.

Responde en tu cuaderno:

¿Puedes describir a qué crees que se refiere la frase anterior?

¿En qué sientes que tú has vivido los cambios de la adolescencia igual a otras personas?

¿En qué es diferente?

REFLEXIONO

Soy especial

Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo soy físicamente?
2. ¿Cómo me siento la mayor parte del tiempo?
3. ¿Qué otros sentimientos experimento?
4. ¿En qué pienso con más frecuencia últimamente?
5. ¿Qué me gusta de mí?
6. ¿Qué cosas hago bien?
7. ¿Cuáles no hago bien?
8. ¿Qué cosas dependen de mí y puedo mejorar?
9. ¿Cuáles no dependen de mí?

SE ME OCURRE...

Me parece familiar

Busca en revistas o periódicos ilustraciones de personas, objetos, animales o situaciones que pienses que pueden describirte. Pégalas en esta hoja y escribe por qué las elegiste. Si deseas, comparte tu ejercicio con algún compañero o compañera.

YO QUIERO, YO PUEDO

Le pongo palabras a lo que siento

Recuerda cómo te has sentido la última semana. Describe tus sentimientos y emociones; escribe qué los provocó o si los experimentaste sin razón aparente. ¿Qué hiciste para sentirte mejor o para seguir sintiéndote bien? Coméntalo con un compañero o una compañera.

SE ME OCURRE...

Ahí estoy

Haz un cuadro con recortes de revistas o dibuja lo que necesitas. Usa imágenes con las cuales te identifiques (que tengan que ver contigo o que te llamen la atención). Una vez terminado comparte con tus compañeras y compañeros por qué elegiste cada imagen.

¿SABÍAS que...?

En cada persona los cambios son distintos y ocurren en diferente momento. Recuerda que cada persona es diferente. Algunas son altas, otras bajas; algunas muchachas tienen mucho busto mientras que otras nada o casi nada; hay jóvenes más musculosos que otros.



En cada persona los cambios son diferentes y llegan en distinto momento.

Glosario

Describirte:

Decir cómo es una persona, lugar o cosa.



Buzón de dudas

Apunta todas las dudas que tengas con respecto a la expresión de diferentes sentimientos como: afecto, coraje, rebeldía, amor, inseguridad, rechazo, atracción, ecétera. y que no hayas querido preguntar en público. Conforme las escribas, deposítalas en una caja que estará al frente del salón. Divídanse en equipos de cinco o seis personas. Una vez organizados, el maestro o la maestra leerá las preguntas del buzón y cada equipo tendrá que ir contestándolas.

PARA LA CASA

Aquí y en China... ¿es igual?

Formen equipos de cinco personas y pónganse de acuerdo para investigar cómo son las y los adolescentes de otras comunidades ya sean de México o de otros países.

Pueden buscar información en libros, revistas, embajadas, enciclopedias, Internet, documentales o entrevistando a alguien.



Aquí y en China...¿es igual?

Ahora contesten las siguientes preguntas:

1. ¿Encontraron alguna diferencia entre la forma en que se comportan ustedes y las y los adolescentes del lugar que investigaron? Expliquen cuáles.
2. ¿Qué tienen en común?
3. ¿Cuáles son las desventajas de la manera como se manifiesta la adolescencia en nuestra comunidad en comparación con otras comunidades o países?
4. ¿Cuáles son las ventajas?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- En la pubertad se dan los mayores cambios físicos y emocionales.
- En cada persona los cambios ocurren en momentos diferentes.
- Hay diferentes factores que nos pueden provocar sentimientos de tristeza, así como también son diversos los que nos pueden conducir a la rebeldía.

Conceptos:

- Pubertad
- Imagen ideal
- Soledad

Habilidades que desarrollamos...

- Acepto que cada quien es diferente.
- Aprendo formas de sentirme bien conmigo mismo.

Cambios emocionales en la adolescencia



Aunque todas las personas pasamos por cambios físicos y emocionales típicos de la adolescencia, éstos tienen diferentes significados para cada quien. Cada uno de nosotros vive las nuevas experiencias como algo especial y muy personal. Esto puede hacernos sentir confusión, soledad o que nadie comprende lo que nos sucede; e inclusive podemos llegar a dudar de si todo lo que nos ocurre es "normal".

Si te preocupan algunas cuestiones como ¿quién soy?, ¿a dónde voy?, ¿a dónde pertenezco?, ¿quién llegaré a ser?, etcétera, y en ocasiones sientes que ni tú entiendes qué sucede con tu cuerpo, tus sentimientos y emociones, ¡no te preocupes! Es totalmente normal. Aunque cada quien vive de distinto modo estas experiencias y las expresa de diversas maneras, todos estamos pasando por lo mismo, no estás solo.



SE ME OCURRE...



Ahí estoy

Haz un cuadro con recortes de revistas. Usa imágenes con las cuales te identifiques (que tengan que ver contigo o que te llamen la atención). Una vez terminado cuenta a tus compañeros por qué elegiste cada imagen.

En ocasiones los adolescentes podemos sentir que las personas adultas tienen más derechos y libertades que nosotros, pero no nos damos cuenta de que esas libertades van acompañadas de la aceptación de más responsabilidades y obligaciones, que nosotros aún no queremos o podemos enfrentar. Debemos recordar que estamos en un periodo de transición, en que algunos adolescentes nos sentimos muy mal; ya no somos niños o niñas, pero tampoco adultos; nuestro cuerpo está cambiando, nuestros sentimientos y necesidades también. Las relaciones con la gente que nos rodea (padre, madre, hermanos, amigos y amigas, compañeros, maestros, familiares, etcétera.), van modificándose. Este proceso no es fácil; a veces nos enoja que sigan tratándonos como niños, pero en otras ocasiones extrañamos y deseamos ese trato. Queremos que nos den más libertades y simultáneamente nos da miedo enfrentarnos a un mundo más independiente y libre.

En la adolescencia es común que busquemos hacer más intensa nuestra vida emocional, tener más experiencias y aprender cosas nuevas; pero al mismo tiempo nos preocupa enfrentarnos a esas situaciones, y muchas veces tomamos una actitud defensiva ante lo nuevo. Podemos responder de distintas maneras: mostrando timidez, alejándonos, deprimiéndonos o siendo agresivos.

En el periodo de la adolescencia generalmente tenemos ideas y esperanzas que no siempre están de acuerdo con la realidad. Nos entusiasmos por cosas que a los adultos les parecen poco importantes. Además, nuestras emociones muestran cambios más grandes que cuando éramos niños y son más evidentes que en la edad adulta. De repente algo nos interesa, hacemos un gran esfuerzo para lograrlo y al poco tiempo nos sentimos sin ganas de seguir, aburridos y hasta deprimidos. Estos cambios se conocen como oscilación emocional.

La adolescencia es una etapa bonita pero al mismo tiempo difícil; tenemos sentimientos negativos y positivos a la vez. Manifestamos alegría y tristeza, miedo y ganas de hacer cosas, inseguridad y valentía, angustia y soledad; ya no queremos estar en el hogar, pero tampoco queremos salir de él. Comenzamos la búsqueda de

Glosario

Evidentes:
Notorios.

¿SABÍAS QUE...?

Todos nosotros podemos reconocer algunos estados de ánimo característicos de la adolescencia. Cada vez que experimentamos algunas de estas emociones, tenemos la oportunidad de conocernos mejor, y de aprender a manejarlas positivamente.



La adolescencia es una etapa bonita pero a la vez difícil.

nuestros sentimientos, nuestros planes, nuestras creencias, nuestros principios, nuestros valores y de nuestras metas. Asimismo, empezamos a establecer sentimientos hacia personas del sexo complementario y a mostrar interés por ellas.

A los jóvenes a veces nos gusta estar a solas. Pasamos mucho tiempo encerrados en algún lugar oyendo música, leyendo, o simplemente pensando. Esto nos da la oportunidad de estar con nosotros mismos y reflexionar sobre quiénes somos, qué queremos hacer y de qué manera. En esos momentos disfrutamos de la soledad, echamos a volar la imaginación, recordamos experiencias pasadas, hacemos planes, y hasta nos enojamos si alguien nos interrumpe mientras soñamos despiertos o despiertas.

La soledad

En ocasiones buscamos la compañía de personas de nuestra edad; aunque también nos alejamos de otros adolescentes cuando no formamos parte de su grupo de amigos y amigas y preferimos aislarnos. Otras veces nos sentimos abandonados. No nos integramos a los grupos de niños o niñas pero tampoco al de las personas mayores. Estamos aburridos y molestos en todos lados.

La soledad es un sentimiento que nos puede gustar en ocasiones, mientras que otras veces nos hace pensar que a nadie le importamos y que nadie nos entiende.

SE ME OCURRE...



Disfruto la soledad

Reúnete con un compañero o compañera, cada quien deberá tener listo un papel y una pluma. Cuenten hasta el tres e inicien una competencia entre ustedes. Escriban lo más rápidamente posible diez actividades agradables que pueden hacer cuando se encuentran a solas. Al finalizar lean ambas listas y compártanlas con otra pareja del salón de clases. Analicen si hay diferencias entre las respuestas de hombres y mujeres y en qué consisten. Analicen a qué se deben.

Cuando sentimos soledad e incompreensión, contar con alguien o pertenecer a un grupo nos hace sentir mejor. Por eso nos resulta tan importante conservar a nuestros amigos y amigas y/o buscar hacer nuevas amistades. Establecemos nuevas relaciones conforme conocemos a personas con quienes nos identificamos; es decir, en las que encontramos sentimientos, metas, valores, actividades, formas de pensar, actitudes, intereses, formas de ser, y/o habilidades, que nos gustan o son parecidos a los nuestros.

- ◆ Un buen amigo o amiga nos puede hacer sentir mejor.
- ◆ Un buen amigo o amiga es un apoyo importante en los momentos de soledad.
- ◆ Un verdadero amigo o amiga nos da confianza y apoyo tanto en los buenos momentos como en los malos.
- ◆ Entre amigos podemos mostrar nuestro enojo y hablar con confianza, sin que se dañe o acabe la relación.

La ira

Algunos adolescentes nos enojamos con frecuencia. En ocasiones conocemos la razón, pero otras veces no entendemos por qué de pronto nos sentimos así.

Algunas de las causas más comunes de nuestra ira son:



- ◇ Ser objeto de burlas.
- ◇ Ser tratados injustamente.
- ◇ Que nos quiten nuestras pertenencias.
- ◇ Que nos comparen con otra persona.
- ◇ Que nos mientan.
- ◇ Que nos obliguen a hacer las cosas.
- ◇ Recibir mensajes y/o tratos agresivos.
- ◇ Que no salgan las cosas como habíamos planeado.
- ◇ Que nos disguste nuestra imagen en el espejo.
- ◇ Que no nos acepten en un grupo.

Siempre un buen amigo o amiga nos hace sentir mejor.

Existen diversas formas de reaccionar cuando sentimos ira: podemos platicar lo que nos sucede, llorar, gritar, discutir, pegar, salir a dar un paseo, pelearnos con personas que no tienen nada que ver con nuestro estado de ánimo, comer, hacer ejercicio, escribir, permanecer en silencio, agredir a quienes nos hicieron enojar, encerrarnos en algún cuarto, tocar algún instrumento, cantar, pintar, etcétera.

REFLEXIONO



“Me dio un coraje...”

Recuerda cuándo fue la última vez que te enojaste. Recuerda con quién o por qué te enojaste, cómo reaccionaste, cuántas explicaciones escuchaste, cuánto enojo mostraste, de qué manera lo demostraste, etcétera. Ahora que ha pasado tu enojo piensa si tu reacción fue o no exagerada la última vez que te enojaste. ¿Realmente había motivo o habías tenido un mal día?, ¿Con cuanta frecuencia te enojas?, ¿qué contribuye a que se te olvide el enojo?

A continuación lee la siguiente lista y piensa si puedes agregar otras opciones, anótalas en una hoja y ponla en un lugar visible en tu casa.

Dentro de todas estas opciones **debemos aprender a elegir las maneras más positivas para descargar nuestro enojo**, como son escribir, platicar lo que nos sucede, pintar, hacer ejercicio, y tratar de evitar las que en ocasiones pueden traernos otros problemas, como son pegar, comer demasiado o dejar de comer, pelearnos con personas que no tienen que ver con nuestro coraje o agredir a quienes nos hicieron enojar.

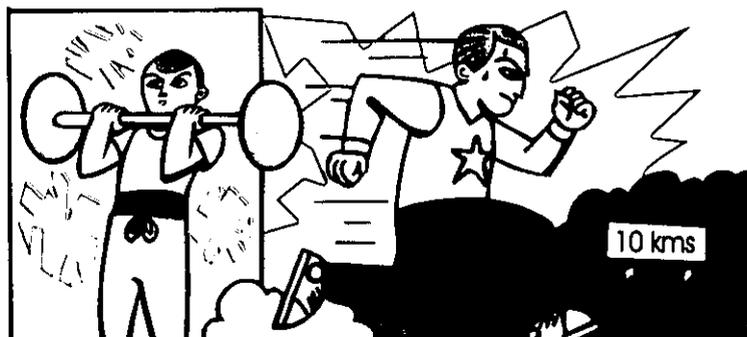
Recuerda que todas las personas tenemos derecho a enojarnos y a mostrar nuestra inconformidad. Sólo recuerda que podemos manifestar nuestro enojo de manera que nos sintamos mejor y evitando causarnos otros problemas. Lo importante es que aprendamos a hacerlo sin agredir a otras personas, negociando y buscando resolver el problema.

El miedo

Podemos sentir temor a lo desconocido, a enfrentar las nuevas responsabilidades que adquirimos conforme vamos creciendo; dudamos sobre cómo comportarnos en nuevas situaciones. Es lógico que tengamos miedo, ya que no sabemos lo difícil que será el trabajo o el estudio, cuán complicada la relación con los nuevos amigos y amigas, podemos preguntarnos cómo nos llevaremos con el o la adolescente que nos gusta y los temores. Surgen dudas e inquietudes para las que no tenemos respuestas: ¿Qué dirán nuestros papás cuando les pidamos un permiso?, ¿qué hacer con el acné?, ¿por qué siento estos cambios?, ¿podré confiar en él o ella?

Las situaciones que con frecuencia nos provocan miedo son:

- ◊ Conocer gente.
- ◊ Convivir con adultos.
- ◊ Estar a solas.
- ◊ Los cambios de nuestro cuerpo.
- ◊ Sentirnos rechazados.
- ◊ Sentir atracción hacia una persona.
- ◊ Hablar frente a un grupo.
- ◊ Fracasas en nuestras metas.
- ◊ Parecer tímidos.
- ◊ Aparentar ser torpes o incompetentes.
- ◊ Hacer el ridículo.
- ◊ Ser objeto de burlas.
- ◊ Llegar a algún lugar donde no conocemos a nadie.
- ◊ Enamorarnos.
- ◊ Transportarnos de un lugar a otro sin compañía.



¿SABÍAS que...?

Todas las personas, en algún momento, tenemos sentimientos de miedo.

Sólo enfrentando las situaciones que nos dan miedo, iremos adquiriendo mayor seguridad.

Una manera de enfrentarnos al miedo es ir dando pasos cortos hacia la meta de vencer el miedo. Generalmente el miedo se debe a que sentimos que no tenemos control, que tenemos poca experiencia o que no hemos probado nuestras habilidades hacia cierta situación. Por ejemplo: podemos tener miedo de ir a la casa de nuestro amigo o amiga que vive a cinco calles de la nuestra. Lo primero que podemos hacer es salir a solas a la tienda que está a una calle, al día siguiente iremos a la papelería que está a dos calles, al tercer día podremos pedirle a nuestro amigo o amiga que nos espere en la esquina de su casa y finalmente podremos ir a su casa con la seguridad de que tenemos las habilidades para hacerlo y que podemos controlar la situación porque conocemos el camino y los lugares cercanos.

Recuerda que en ocasiones tener miedo es una señal de alarma, de que algo puede ser realmente peligroso o dañino para nuestra salud. Hazle caso a tus sentimientos y a las señales de que "algo anda mal" y si tienes mucho miedo o te sientes presionado o presionada para hacer algo que te hace sentir incomodidad, no lo hagas. Sin embargo hay veces que deseamos superar un obstáculo, sabemos que nos sentiremos bien si lo logramos y sabemos que contribuye a nuestro desarrollo, en ese caso podemos hacer un esfuerzo para vencer el miedo. También podemos sentirnos mejor hablando con nuestra madre o padre, amigos, amigas y maestros para tratar de entender por qué tenemos miedo, y responder a nuestras dudas.

YO QUIERO, YO PUEDO



No quiero tener miedo

Escribe en tu cuaderno la situación que te da más miedo en estos momentos y cómo podrías superarla siguiendo esta técnica de aproximarte poco a poco a la meta. Ponlo en práctica.

La euforia

¡Qué emoción! ¡Qué padre! ¡Qué fabuloso! De repente podemos pasar de la tristeza y depresión a la felicidad más absoluta. Esto se conoce con el nombre de euforia. A veces podemos entender por que la sentimos y en otras ocasiones no.

Algunas causas que nos hacen sentir eufóricos son:

- ◆ Cuando nos vamos conociendo a nosotros mismos.
- ◆ Cuando las cosas salen como lo planeamos.
- ◆ Cuando nos sentimos aceptados y/o comprendidos por alguna persona o grupo.
- ◆ Cuando podemos liberar la energía acumulada.
- ◆ Cuando demostramos nuestras capacidades y aptitudes.
- ◆ Cuando sentimos que ayudamos a alguien.
- ◆ Cuando nos sentimos más importantes que los demás.
- ◆ Cuando vemos al niño o niña que nos gusta.
- ◆ Cuando tenemos una meta.
- ◆ Cuando nos detenemos a ver un paisaje.
- ◆ Cuando nos queremos.
- ◆ Cuando sentimos que otras personas nos aprecian.
- ◆ Cuando tenemos una ilusión.



Muchas cosas pueden hacer que nos sintamos eufóricos.

Cuando sentimos euforia nos sentimos muy bien, con ganas de hacer muchas cosas, de relacionarnos con otras personas y aventurarnos a nuevas experiencias. Encontrarnos así, puede ser muy positivo, siempre y cuando utilicemos nuestras energías para realizar actividades saludables, creativas y productivas; es decir, hay que tener cuidado de no hacer cosas riesgosas que puedan lastimarnos o que afecten a otras personas.

La tristeza

La tristeza es un sentimiento que puede presentarse en diferentes etapas y momentos de la vida. Sin embargo, cuando somos adolescentes frecuentemente la

vivimos y manifestamos muy profundamente y en ocasiones sin saber siquiera por qué. Esto puede hacernos sentir muy mal y provocarnos miedo de que el sentimiento persista para siempre, y perdamos el control de nuestras emociones.

Algunos de los factores que nos pueden provocar tristeza son:

- ◊ Perder nuestro cuerpo de niños.
- ◊ Perder el trato que recibíamos de niños.
- ◊ Sentir que ya no pertenecemos al mundo de los niños, pero tampoco al de los adultos.
- ◊ No tener un grupo de amigos y/o amigas.
- ◊ Que no se nos tome en cuenta.
- ◊ Que no nos haga caso el niño o la niña que nos gusta.
- ◊ Que sean injustos con nosotros.
- ◊ Que alguien nos rechace.
- ◊ Que se burlen de nosotros.
- ◊ No entender los cambios que estamos teniendo.
- ◊ Sentir que nadie nos comprende.
- ◊ Sentir que no somos buenos para alguna actividad.

Cuando nos sentimos tristes, podemos reaccionar de diferentes maneras, ya sea alejarnos de la gente, platicar lo que sentimos, escuchar música, caminar, llorar, enojarnos con alguien, dormir más de la cuenta, no comer o comer más de lo habitual, etcétera. Cuando nos sentimos así, es importante reflexionar sobre cuál es el motivo de esa tristeza. Al averiguarlo y entenderlo generalmente sentimos alivio y empezamos a buscar opciones para abandonar ese estado de ánimo.

¡Siempre podemos encontrar alguien que esté dispuesto a escucharnos; acompañarnos y brindarnos su apoyo!

En algunos momentos no podemos entender por qué estamos tristes, simplemente nos sentimos mal y no encontramos ninguna causa aparente. Cuando esto sucede puede ayudarnos mucho seguir con nuestras tareas cotidianas y realizar actividades recreativas que nos gusten como escribir, hacer ejercicio, elaborar artes manuales, dibujar, salir con amigos y amigas, visitar un museo, pasear por un parque, etcétera. También es importante entender y aceptar que sentirse triste a veces es parte del desarrollo y de la vida; y que sentir la tristeza nos va a ayudar a crecer, a fortalecer nuestros sentimientos y a irnos conociendo a nosotros mismos.



En diferentes momentos de nuestra vida podemos sentir tristeza.

¿SABÍAS QUE...?

A veces queremos estar a solas con nuestra tristeza y esto puede servir para conocernos más y hacer planes de nuestro presente y futuro. Otras ocasiones, puede ayudar mucho compartir lo que sentimos y tener un apoyo en esas circunstancias; si así lo deseamos, no debe darnos pena o miedo hacerlo.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

En la adolescencia experimentamos algunos sentimientos con mayor intensidad que cuando éramos niños o niñas.

Es común que nuestros estados de ánimo cambien con frecuencia y que no entendamos los motivos.

Analizar nuestros sentimientos y estar en contacto con ellos nos ayuda a conocernos mejor.

Conceptos:

- Soledad
- Enojo
- Miedo
- Tristeza
- Euforia

SE ME OCURRE...

Comedia o tragedia

Divídanse en equipos de ocho a diez personas y siéntense en círculo. Dibujen cinco papelitos con una carita feliz y cinco con una carita triste, revuélvanlos y colóquenlos en el centro del círculo. Ya sea por turno, por una rifa o haciendo girar una botella elijan un papelito por persona. Narren brevemente una situación de tristeza o de euforia que recuerden que haya vivido una persona adolescente o ustedes mismos.

PARA LA CASA

Cómo me hubiera gustado que sucediera

Elige una de las situaciones que escuchaste en la clase sobre alguno de los sentimientos que se analizaron (soledad, enojo, miedo, tristeza o euforia) y cámbiale el final, como a ti te hubiera gustado que sucediera.

◦ PROBLEMAS PERSONALES Y SOCIALES DE LOS JÓVENES CON RELACIÓN A LA SEXUALIDAD

Voy reconociendo problemas que puedo tener respecto a mi sexualidad



Como hemos visto hasta ahora, en la adolescencia se manifiestan algunas necesidades que teníamos desde la infancia, como ser independientes o rebelarnos ante lo que nos dicen los demás. Por otro lado, surgen emociones y cambios por efecto de las hormonas que algunas veces producen variaciones repentinas en el estado de ánimo.

Se requiere de mucha paciencia por parte de las personas que nos rodean para comprendernos. También nosotros necesitamos de mucha paciencia y ganas de conocernos, para aprender poco a poco, a manejar las reacciones que tenemos hacia otras personas y acercarnos a ellas para platicar cómo nos sentimos.

Para los padres y madres, maestros, compañeros y compañeras, tampoco es fácil entender por qué de repente lloramos, o nos enojamos, y por qué al momento siguiente estamos riendo o con ánimos de divertirnos. Algunas veces hasta llegamos a ofender a alguien en un momento de impulsividad y posteriormente nos arrepentimos y nos sentimos muy mal. Muchas veces las personas adultas que nos rodean tratan de animarnos sugiriéndonos actividades como integrarnos a diferentes grupos, participar más o conocer a otras personas. Factores como la timidez, los celos o la rebeldía, que también son frecuentes en esta etapa, a veces nos impiden sentirnos mejor en las nuevas relaciones que establecemos.

Cuando estamos en la pubertad y en la adolescencia comenzamos a sentir atracción por otras personas, nos gusta estar tanto con amigos y amigas de nuestro mismo sexo, como del sexo opuesto. Nos interesa más estar con personas de nuestra edad que con nuestra familia. Algunas personas desearían ser muy populares en su grupo y otras desearían tener a alguien que puedan llamar "mi mejor amigo" o "mi mejor amiga". A otras personas les gustaría tener novio o novia y en ocasiones aceptan relaciones de este tipo solo por sentir que "tienen novio". Muchas veces estas relaciones duran pocos días y continúan como amistades.

Cualquiera que sea el caso, estamos buscando nuevas formas de relacionarnos con personas jóvenes y cambiando nuestra relación con los adultos. Estamos otra vez ante una situación nueva. Empezar a probar otro tipo de relaciones de compañerismo, amistad y noviazgo requiere que nos animemos a hablar con personas de nuestra edad que a veces acabamos de conocer. Algunas de estas situaciones tienen que ver con la percepción que tenemos de nuestros cuerpos, cómo nos sentimos con los cambios que vamos pasando y con la atracción que tal vez experimentamos hacia otras personas.

La timidez

La timidez es típica de la pubertad y la adolescencia. Cuando nuestro cuerpo empieza a cambiar, cuando empezamos a relacionarnos de otra manera con nuestros compañeros y compañeras, cuando nos empiezan a atraer y experimentamos nuevos sentimientos, cuando empezamos a ser más independientes pero sabemos que aún nos falta mucho por aprender nos da miedo equivocarnos, no queremos hacer el ridículo, no queremos que nos critiquen, no queremos que nos vean o que se fijen en lo que hacemos. Todo esto se refleja en que nos volvemos personas tímidas.

La timidez generalmente está combinada con miedo y el remedio para vencerla es el mismo que el del miedo. Tratar poco a poco de lograr lo que deseamos. A medida que nos vamos sintiendo más a gusto con nuestra nueva imagen de adolescentes, nos enfrentaremos a las situaciones nuevas con menos timidez.

Glosario

Impulsividad:
De exceso, de arrebatos.

Vencer la timidez

Camina por el salón con los ojos cerrados y elijan una pareja. Siéntense e imaginen una situación en la que se acaban de conocer, por ejemplo en un barco, en un avión, en la sala de espera de una oficina, a la salida del cine, etcétera. ¿Cómo se presentarían el uno al otro?, ¿qué dirían de ustedes?, ¿cómo harían para quedarse de ver otra vez? Comenten en qué situaciones se sienten tímidos o tímidas y sugieran cómo pueden sentirse mejor.

Los celos

Un problema que surge en las relaciones entre amigos y amigas o novios son los celos. ¿Te ha pasado? La mayoría de los problemas entre amigos y amigas tienen un poco de este factor. Nos cuesta trabajo entender que podemos querer a varias personas a la vez y que nos gusta estar de igual manera con un grupo de amigos o amigas que con otro. Cada una de las relaciones de amistad nos da algo diferente y eso no quiere decir que sea mejor o peor, solo es diferente.

Lee con atención:

A Jessica no le gusta que su amiga Petra se junto con Rosalinda, tiene miedo de que la vaya a dejar. Pero no sabe qué piensa Petra. Un día Petra trató de hablar con Jessica acerca de Rosalinda y Jessica se enojó. Le dijo que no fuera hipócrita, que si realmente quería ser su amiga que fuera únicamente suya. Petra está triste y no sabe qué hacer porque le gusta oír música con Rosalinda pero también le gusta platicar con Jessica. Petra decide que no vale la pena perder a alguna de ellas y decide invitarlas a las dos a su casa una tarde. Al principio Jessica y Rosalinda se sentían incómodas pero al final de la tarde habían oído música y habían platicado las tres. Ahora Petra está tranquila con sus dos amigas.

Lo que más me gusta de mis amigos y amigas

Escribe una lista de tus amigos y amigas o de las personas con quienes convives con mayor frecuencia. Anota una cualidad de cada uno por lo que te gusta compartir tu tiempo con ellos. Forma grupitos de personas que comparten los mismos intereses. Ahora escribe una diferencia entre estas personas. Elabora un mensaje en el que se aclare que como cada persona es diferente podemos tener muchos amigos y amigas sin que las amistades compitan entre ellas.

La rebeldía

En esta etapa cuestionamos y ponemos a prueba muchas de las cosas que nuestros padres, madres y maestros nos han enseñado, pues los considerábamos modelos y ahora empezamos a tener dudas. Queremos desarrollar nuestra propia forma de ser y de pensar y en ocasiones es contraria a la que nos han inculcado, por lo que nos llaman "rebeldes".

Otras veces, sentimos que para poder ser auténticos y diferentes debemos rebelarnos, dejar a un lado lo que nos han enseñado los adultos, sin antes pensar si realmente va de acuerdo con nosotros. Esto no tiene que ser así pues, podemos ser auténticos y diferentes sin romper con todo lo que nos han enseñado. Tenemos la capacidad de sentarnos tranquilamente y poco a poco tratar de entender lo que nos han querido mostrar, para luego elegir aquello que sentimos nuestro y hacer a un lado lo que no es nuestro.

Lo importante es que sepamos diferenciar con cuáles reglas.....

- ◆ nos quedamos, porque estamos de acuerdo
- ◆ rechazamos, porque no van con nosotros
- ◆ rechazamos, simplemente por llevar la contraria

Muchas dudas que tenemos sobre los cambios que vamos atravesando en la adolescencia las podemos ir resolviendo a través de libros especializados que hablan de la adolescencia y los cambios que pasamos en ella.



Quando somos adolescentes muchas veces sentimos timidez.

En este período vamos formando el esquema de lo que nos gusta y lo que nos disgusta, de las reglas que van de acuerdo con nosotros y las que no, las situaciones y tratos que nos parecen justos y los que no. En ocasiones, para poder dejar a un lado lo que no va de acuerdo con nosotros, sentimos que es necesario rebelarnos.

Las situaciones y aspectos contra los que más frecuentemente nos rebelamos son:

- ◊ Las injusticias sociales.
- ◊ Que nos sigan tratando como niños.
- ◊ Nuestra forma de vestirnos.
- ◊ Los horarios que establecen nuestros padres.
- ◊ Hábitos de limpieza personales y del hogar.
- ◊ Falta de privacidad.
- ◊ El peinado que nos sugieren o imponen.
- ◊ Que otras personas den opiniones sobre nuestros amigos y amigas.
- ◊ Reglas o normas que consideramos injustas.
- ◊ Reglas o normas que nos imponen sin explicación.

Es muy característico de este periodo que nos rebelamos contra lo que nos parece injusto o lo que no va de acuerdo con nuestra forma de pensar o de sentir. Cuando lo hacemos, podemos buscarnos problemas con nuestros padres y madres u otros adultos; sin embargo, en ocasiones es la única forma que encontramos para exigir nuestros derechos y resistirnos a hacer cosas con las que estamos en desacuerdo, es decir, es nuestra lucha hacia la individualidad. Es importante que antes de romper, cambiar o quitar una norma o regla, reflexionemos sobre algunos aspectos como: ¿por qué esta norma?, ¿por qué no estoy de acuerdo con ella?, ¿qué pasaría si no la sigo? Debemos pensar muy bien cada situación y tener muy claro por qué estamos inconformes.

Actuar impulsivamente nos puede traer problemas. ¡Con calma! Con calma podemos analizar cada cosa tranquilamente, dejando el coraje y el orgullo a un lado. Como dice el refrán: "Los toros se ven mejor desde la barrera" o "No te avientes al fuego encendido".

YO QUIERO, YO PUEDO



Pongo palabras a lo que siento

Recuerda cómo te has sentido la última semana. Describe tus sentimientos y emociones; escribe qué los provocó o si los experimentaste sin razón aparente. ¿Qué hiciste para sentirte mejor o para seguir sintiéndote bien? Coméntalo con un compañero o compañera.

SE ME OCURRE...



Un o una adolescente en escena

Formen dos grupos de cinco personas. Cada uno estará encargado de preparar una pequeña representación, de aproximadamente cinco minutos de duración.

Grupo 1: Este equipo desarrollará una situación donde exageren los cambios emocionales que se presentan en la adolescencia.

Grupo 2: Este equipo ejemplificará qué hacen y cómo se comportan la mayoría de los(as) adolescentes de su comunidad respecto a situaciones que tienen que ver con sentimientos asociados a la sexualidad (podrán elegir libremente la situación. Por ejemplo: en la casa, en la calle, en una fiesta, en la escuela, etcétera).

Una vez que los equipos hayan concluido sus actuaciones, se pedirá al grupo que comente lo siguiente:

- ◊ ¿Cómo se sintieron al ver las representaciones?
- ◊ ¿Cuánto se identificaron con los personajes?
- ◊ ¿Con qué aspectos estuvieron de acuerdo?
- ◊ ¿Con qué aspectos no estuvieron de acuerdo?
- ◊ ¿Qué conclusiones sacaron de estas representaciones?



Buzón de dudas

Cada uno de los alumnos apuntará en tarjetas todas las dudas que tenga con respecto a la expresión de diferentes sentimientos como: afecto, coraje, rebeldía, amor, inseguridad, rechazo, atracción, y que no haya querido preguntar en público. Conforme las escriban, las depositarán en una caja que estará al frente del salón. El grupo se dividirá en equipos de cinco o seis personas. Una vez organizados, el maestro o maestra leerá las preguntas del buzón y cada equipo tendrá que ir contestándolas. Ganará el equipo que acumule más respuestas acertadas.

Algunas recomendaciones para disfrutar esta etapa son:

- ◊ Vivir el momento y divertirnos sanamente con nuestros nuevos amigos y amigas.
- ◊ Buscar momentos para estar a solas y reflexionar sobre cómo nos sentimos, qué queremos y cómo podemos lograrlo. Esto nos ayudará a conocernos mejor.
- ◊ Hablar de nosotros mismos con nuestros padres, madres, amigas y amigos.
- ◊ Buscar orientación e información cuando tengamos dudas, o sintamos confusión.

PARA LA CASA

Conociéndome

Completa de manera individual y espontánea las siguientes frases:

- | | |
|--|------------------------------------|
| ◆ Me da miedo.... | ◆ Me identifico con.... |
| ◆ Es doloroso darse cuenta.... | ◆ Lo que más deseo es.... |
| ◆ Algo que me pondría triste sería.... | ◆ Quiero deshacerme de.... |
| ◆ Me violento cuando.... | ◆ Me enoja.... |
| ◆ Me siento más independiente porque.... | ◆ Mi mayor preocupación es.... |
| ◆ Mis papás.... | ◆ Me da celos.... |
| ◆ Cuando estoy con mis amigos(as).... | ◆ Lo que menos me gustaría es.... |
| ◆ Me alegra.... | ◆ Mis hermanos(as).... |
| ◆ Me ilusiona.... | ◆ Me siento diferente.... |
| ◆ Tengo ganas de.... | ◆ Mi mamá.... |
| ◆ Me imagino.... | ◆ Cuando estoy solo(a).... |
| ◆ Si tuviera tres años más.... | ◆ Siento ira cuando.... |
| ◆ Si todavía fuera un(a) niño(a).... | ◆ Cuando me siento eufórico(a).... |
| ◆ Cuando no estoy, mis amigos(as).... | ◆ Mi papá.... |
| ◆ Me gustaría soñar con.... | ◆ Me da pena.... |
| | ◆ Me porté rebelde.... |

Al terminar, medita sobre tus necesidades y sentimientos. Elige un sentimiento de los descritos en este tema y haz una máscara de cartón que lo refleje. Después, muéstrala al grupo.

PASO 3 REFLEXIONO

- | | | |
|-----------------------|---|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ◊ ¿Por qué se dice que cada persona vive de manera diferente los cambios que atravesamos en la pubertad y adolescencia? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ◊ Menciona algunos cambios emocionales de la adolescencia. | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ◊ ¿Has experimentado algunos? ¿Cuáles? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ◊ ¿Qué puedes hacer para sentirte mejor? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ◊ ¿Cuándo empiezas a instrumentarlo? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ◊ ¿Ya tienes un plan de acción? ¿Cuál es? | <input type="radio"/> |

¿SABÍAS que...?

Muchas veces los papás y mamás se toman como personal nuestra rebeldía en esta etapa. Una forma de mejorar la comunicación en la familia es haciéndoles ver que gran parte de la rebeldía no es algo personal contra ellos, sino una forma en la que vamos descubriéndonos a nosotros mismos.

¿SABÍAS que...?

Entre las muchas frases del cómic mexicano Mario Moreno "Cantinflas" está la siguiente: "Hay momentos en la vida que son verdaderamente momentáneos".

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos:

- ◊ En la adolescencia nos enfrentamos a nuevos problemas en nuestras relaciones personales y sociales.
- ◊ La timidez, los celos y la rebeldía obstaculizan las relaciones con nuestros nuevos amigos y amigas.

Conceptos:

- ◊ Timidez
- ◊ Celos
- ◊ Rebeldía

Habilidades que desarrollamos...

- ◊ Identificar problemas emocionales y reflexionar sobre ellos.

1

¿QUÉ ES LA SALUD INTEGRAL EN LA ADOLESCENCIA?

2

PRINCIPALES PROBLEMAS DE NUTRICIÓN EN LOS ADOLESCENTES

3

ACTIVIDADES RECREATIVAS, FÍSICAS Y DEPORTIVAS PARA UN DESARROLLO SANO EN LA ADOLESCENCIA

¿QUÉ ES LA SALUD INTEGRAL EN LA ADOLESCENCIA?

El triángulo de la salud

Para hablar de salud tenemos que entender qué es salud. Hace algunos años se consideraba que salud era únicamente ausencia de enfermedad. Hoy sabemos que salud es mucho más que eso.

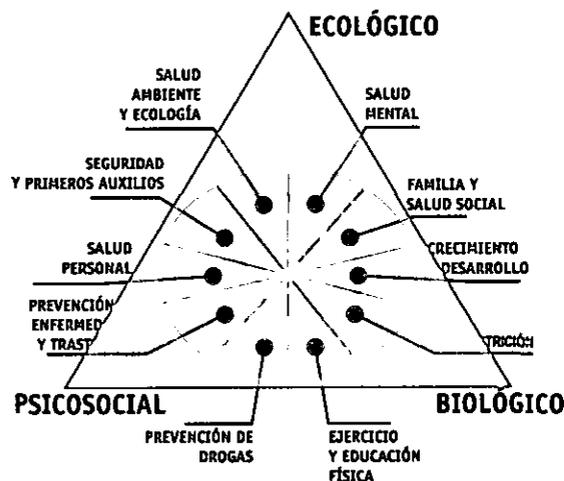
La salud es un concepto que abarca la calidad, armonía y bienestar, en relación con tres sistemas; biológico, psicosocial y ecológico y la relación entre éstos. Existe una interrelación entre dichos sistemas, la cual es la base para la salud integral de los adolescentes. Si afectamos a uno de ellos estaremos afectando los otros.

En el siguiente esquema, denominado el Triángulo de la salud, se observa cómo una conducta de riesgo en cualquiera, puede afectar los tres sistemas, rompiendo la armonía que denominamos salud.

El sistema biológico contiene las bases genéticas y regula el funcionamiento de nuestros aparatos y sistemas. Abarca aspectos como la nutrición, el crecimiento y desarrollo, la salud reproductiva, la higiene, el cuidado del cuerpo y la condición física.

El sistema psicosocial se refiere al autoconocimiento del cuerpo, el cual es necesario para detectar las señales de enfermedades y ante situaciones de estrés. Parte de este componente lo forma nuestro estilo de vida, los apoyos familiares y sociales y la disponibilidad de los servicios de salud. Es importante mencionar que el sistema psicosocial está determinado por las normas, valores y cultura que mantenemos respecto a nuestra salud.

El sistema ecológico se refiere a las condiciones del ambiente físico que nos rodea y que tiene influencia en nuestra salud.



Adaptado de Meeks & Phillip Heit, "Self wellness approach", Cleveland, Merrill Publishing Company, 1991.



Una imagen de salud

En equipos de cuatro o seis personas elijan una imagen de una revista que represente el concepto de salud y expliquen por qué. Si desean unan varias imágenes que en su conjunto representen el concepto de salud integral. Pueden escoger personas, paisajes, mensajes, etcétera.

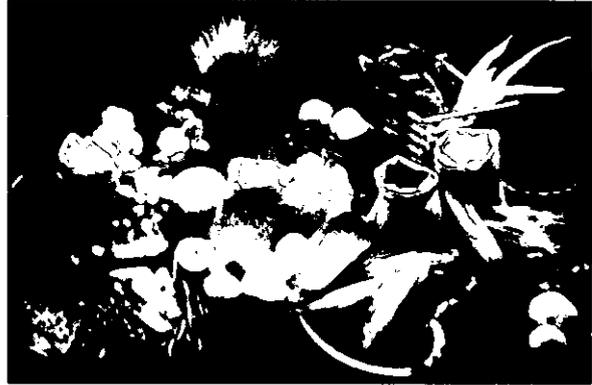
Como dueños de nuestro cuerpo podemos hacer mucho por cuidarlo y mantenerlo sano. Es nuestra responsabilidad buscar el equilibrio entre los tres sistemas y dentro de cada uno de ellos. Hay diferentes maneras en las que podemos contribuir al cuidado y mejoramiento de nuestra salud. Por ejemplo:

En el sistema biológico:

- ◊ Dormir entre siete y nueve horas.
- ◊ No beber alcohol.
- ◊ Tratar de no comer comida frita.
- ◊ Hacer ejercicio por lo menos tres veces a la semana una hora al día.
- ◊ No automedicarnos.
- ◊ Mantener limpio nuestro cuerpo.

En el sistema psicosocial:

- ◆ Querernos a nosotros mismos.
- ◆ Responder a las señales de nuestro cuerpo cuando nos empezamos a enfermar.
- ◆ Relajarnos cuando nos sentimos bajo tensión.
- ◆ Saber a quién podemos recurrir para que nos ayude cuando estamos enfermos.
- ◆ Tirar la basura en su lugar.
- ◆ Si vivo en el campo, mantener a los animales fuera de la casa.
- ◆ Usar los sanitarios ecológicos.
- ◆ No tirar basura en los ríos.



Somos dueños de nuestros cuerpos y debemos cuidar nuestra alimentación.



Lluvia de Ideas sobre nuestra salud

Numérense del 1 al 4 y dividanse en equipos. Hagan una lluvia de ideas sobre:

Equipo 1: Lo que pueden hacer para cuidar el sistema biológico.

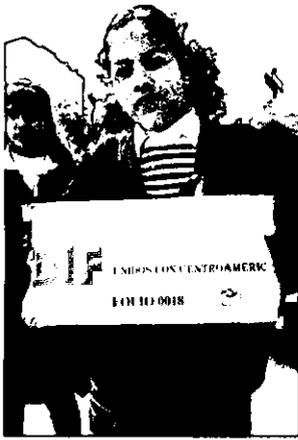
Equipo 2: Lo que pueden hacer para cuidar el sistema psicosocial.

Equipo 3: Lo que pueden hacer para cuidar el sistema ecológico.

Equipo 4: Lo que pueden hacer para ayudar a cuidar la salud de otras personas, tanto dentro de la familia como la de nuestros compañeros y compañeras.

La Organización Panamericana de la Salud recomienda que los servicios médicos para adolescentes no sólo se den en clínicas y hospitales, sino en escuelas, áreas deportivas, recreativas, laborales y a través de los medios de comunicación. En México, cada vez hay más instituciones oficiales interesadas específicamente en la salud del adolescente, como el DIF (Desarrollo Integral de la Familia). En toda la República se cuenta con programas para jóvenes, tanto a nivel preventivo como con atención psicológica, médica y legal. Por ejemplo el CODE (Consejo Estatal para el Fomento Deportivo y Apoyo a la Juventud), cuenta con servicios en cada estado orientados al desarrollo de actividades deportivas y para el tiempo libre de los y las adolescentes. El IMSS (Instituto Mexicano del Seguro Social) cuenta con un programa





El DIF desarrolla diferentes programas para jóvenes.

¿SABÍAS que...?

El éxito de los sistemas de los servicios que cuidan la salud de los jóvenes depende en gran parte de los conocimientos, actitudes y conductas del personal de los sectores involucrados. Una de las formas más efectivas para mejorar el acceso y la calidad de los servicios es a través de la participación del adolescente y el joven como agentes de promoción de su salud integral y la de las personas con quienes conviven.

Glosario

Personas:

Personas que actúan difundiendo la información con otros grupos sociales.

Organizaciones no Gubernamentales:

Organizaciones que no dependen del gobierno, y desarrollan diversos proyectos e investigaciones.

coordinado de atención al adolescente, en el cual participan la Dirección de Prestaciones Médicas, la Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales y promotoras voluntarias de la institución. Además, la UIESSA (Unidad de investigación epidemiológica y en servicios de salud del adolescente) desarrolla diversas investigaciones sobre este grupo de edad. CONASIDA (Consejo Nacional para la prevención del SIDA) cuenta con servicios en cada estado, orientados a dar educación y servicios para prevenir el VIH/SIDA y dar apoyo a enfermos de SIDA y sus familiares. También existen organizaciones no gubernamentales (ONG) que están dedicadas al trabajo con adolescentes; entre ellas están: CASA (enfocada a la prevención de embarazos en la adolescencia en el estado de Guanajuato, con sede en San Miguel Allende), CECADEC (Salud sexual y reproductiva adolescente en la ciudad de Aguascalientes), CENTRO PARA LA MUJER (Programas de salud para mujeres de todas las edades en Baja California) DECOSAL, (Salud adolescente en el estado de Coahuila), FEMAP y MEXFAM (ambas con programas de salud adolescente y con clínicas en todo el país), IMIFAP cuenta con programas de educación para la salud y para la vida, desde preescolar hasta edad adulta en todo el país, sus oficinas centrales se encuentran en la Ciudad de México, UNASSE se encarga de educación y salud dirigida a los y las adolescentes en Yucatán y Quintana Roo. Puedes obtener más información sobre instituciones dedicadas a la atención de los adolescentes consultando el directorio de servicios de la SEP. Dicho directorio es un material de apoyo de la materia Orientación Educativa.

PARA LA CASA

Investigo

Investiga qué puedes hacer en los siguientes casos. Anota la información en tu cuaderno.

- Los primeros auxilios para ayudar a una persona que tiene un paro respiratorio.
- Los primeros auxilios para una persona que tiene una hemorragia
- Los primeros auxilios para una persona que se sospecha que tiene un fractura
- Los primeros auxilios para una persona que ha sufrido una quemadura

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Lo que es el sistema biológico, psicosocial y ecológico de salud y la relación entre ellos.
- Diferentes acciones que podemos llevar a cabo para cuidar y mantener sano nuestro cuerpo.
- Existen diversas instituciones tanto gubernamentales como no gubernamentales dedicadas a la salud adolescente.

Conceptos:

- Salud integral.
- Sistema biológico.
- Sistema psicosocial.
- Sistema ecológico.



La Secretaría de Salud cuenta con servicios de salud en todo el país.



Un compromiso con mi salud

Para aprender a conservar nuestra salud necesitamos hacer dos cosas: prevenir y priorizar.

¿A qué te suena?

- ◆ ¿Qué es prevenir?
- ◆ ¿Qué es priorizar?
- ◆ ¿Qué es compromiso?
- ◆ ¿Qué es autodisciplina?

Escribe en tu cuaderno lo que entiendes por cada uno de estos términos.

Prevenir quiere decir anticipar alguna acción "antes" de que algo suceda, antes de que llegue el problema. Es decir **adelantarse al suceso**. En este caso se refiere a antes que venga la enfermedad, ya que hay una serie de conductas que se pueden tomar para evitar que esta aparezca.

Priorizar se refiere a darle valor a algo. En este caso **darle un valor principal a nuestra salud**. Si valoramos nuestra salud, si le damos una importancia central nos será más fácil tomar decisiones responsables, nos será más fácil mantener hábitos de higiene y alimentación, acudir al centro de salud cuando estamos enfermos aun cuando tengamos "otras cosas que hacer", dedicar tiempo para hacer ejercicio, poner atención en la postura de nuestro cuerpo, etcétera.

Cuando decidimos que queremos prevenir problemas de salud o que se empeoren problemas que ya tenemos, necesitamos comprometernos y disciplinarnos.

Comprometernos con nuestra salud es una promesa que nos hacemos a nosotros mismos para poner en primer lugar el cuidado de nuestra salud y para realizar acciones que prevengan accidentes, enfermedades, adicciones y situaciones que nos causen angustia y estrés emocional. **Para cumplir nuestro compromiso necesitamos tener autodisciplina**. La autodisciplina se refiere a realizar acciones constantes que forman parte de nuestras actividades diarias en un esfuerzo por cuidar nuestra salud. Tanto hombres como mujeres tenemos derecho y necesidad de ser personas sanas. Un factor que se asocia con el estado de salud de una persona es su nivel educativo. Esto se debe a que la educación nos ayuda a conocer los signos y síntomas de las enfermedades y favorece actitudes para buscar ayuda médica y para utilizar los servicios con los que cuenta nuestra comunidad.

Cuando solicitamos un servicio de salud podemos sentirnos orgullosos de nosotros mismos por asumir la responsabilidad de cuidar nuestra salud. Es importante entender que las personas que dan los servicios médicos tienen el mismo valor que quienes solicitan el servicio. No hay razón para sentirnos intimidados con el personal de salud. Es más fácil solicitar un servicio médico si nos sentimos a gusto al hablar con el personal de salud que si nos da miedo expresar nuestras dudas y decir lo que sentimos y lo que pensamos. Tenemos el derecho de pedir que se nos atienda con paciencia y dedicación y recibir respuestas claras a todas nuestras dudas.

Lee con atención:

Debido al papel asignado socialmente a hombres y mujeres, se han observado diferentes formas de reaccionar ante las enfermedades, diferentes formas de hablar de ellas y de responder a los tratamientos médicos en cada género. Creer que los hombres deben ser activos y fuertes, algunas veces lleva a que eviten quejarse si tienen dolor o se sienten enfermos. Asimismo, es menos común que los hombres

¿SABÍAS que...?

De acuerdo con cálculos de los Centros para el Control de Enfermedades de Estados Unidos de Norteamérica aproximadamente el 53% de nuestra habilidad para prevenir enfermedades está determinada por nuestra forma de vida. Otro 21% por el medio ambiente en el que vivimos. Tener atención médica adecuada corresponde al 10%. Y sólo el 16% está determinado por factores hereditarios. Es decir, que cada uno de nosotros puede tener control del 84% de su salud.



Tú puedes tener el control de tu salud.

Glosario

Factores

hereditarios:

Conjunto de rasgos que pasan de padres a hijos.

Signos:

Señal objetiva (el médico lo detecta) de que algo está sucediendo o va a suceder en nuestro organismo.

Síntomas:

Señal subjetiva (el paciente lo refiere) de que algo está sucediendo o va a suceder en nuestro organismo.

manifiesten sentimientos de angustia, temor o tristeza ante las enfermedades. Estas situaciones dificultan el cuidado de la salud y favorecen conductas peligrosas, es decir conducen a que los hombres realicen un mayor número de acciones de riesgo al asumir que no se deben quejar ante el dolor ni ante el peligro.

Las estadísticas a nivel mundial muestran que la expectativa de vida es menor para los hombres que para las mujeres, y que es **el género masculino el que encabeza los porcentajes más altos de muerte por accidentes, trastornos cardiovasculares, cáncer y úlceras gastroduodenales**. Algunas de las características del rol masculino tradicional que podrían ser peligrosas para la salud de los hombres son:

- **La agresividad y la competitividad**, que llevan a los hombres a meterse en situaciones potencialmente peligrosas. La idea de que el hombre debe ser valiente y arriesgado, que no debe tener miedo frente al peligro, es la causa de muchos accidentes, muchos de ellos fatales o invalidantes.

- **La inexpresividad emocional** contribuye a generar trastornos psicossomáticos y otros problemas de salud. Es un hecho comprobado que la represión de determinadas emociones se asocia con trastornos digestivos o cardiovasculares.

- **Asumir los roles tradicionales** de "sostén y jefe del hogar" genera un grado de exigencia muchas veces difíciles de cumplir, lo que deriva en grados variables de estrés psicológico.

- **El papel masculino tradicional** promueve determinadas conductas nocivas para la salud: beber, fumar en exceso, tener relaciones sexuales con múltiples parejas, etcétera.

- Las características del papel masculino tradicional hacen que a los hombres les resulte **difícil solicitar ayuda médica** y cuidar su salud.

- Los hombres rara vez piden ayuda cuando se sienten incómodos emocionalmente. Muchos hombres **evitan realizar una consulta psicológica** por tener la idea de que ellos deben ser capaces de resolver por sí mismos los problemas.

- Los hombres **acuden menos a consulta que las mujeres**.

Corsi, Jorge y cols. *Violencia masculina en la pareja, Una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención*, Argentina: Paidós, 1995.

Por otro lado, las mujeres han asumido el papel de "cuidadoras" de la salud de la familia y generalmente están más interesadas que los varones en aprender sobre prácticas saludables, técnicas terapéuticas y medidas preventivas. Un problema es que, aún cuando la mujer tiene más información, la usa para procurar el bienestar de terceras personas, antes que el suyo propio. Frecuentemente piensa que debe "aguantar" el dolor o que éste forma parte de su condición "normal" de mujer. Por otro lado, algunas funciones, como la menstruación y el embarazo, han sido llamadas "enfermedades" y contribuyen a la idea de que la mujer permanece enferma con frecuencia. Es común que las mujeres no valoren su salud y que existan diversas creencias erróneas respecto a las enfermedades relacionadas que padece la mujer, así como tabúes y vergüenza para asistir a revisiones médicas. Todo esto en conjunto contribuye a que no haya un adecuado cuidado de la salud.



La menstruación y el embarazo han sido llamadas erróneamente enfermedades.

La salud de mujeres y hombres

Formen cuatro equipos entre todo el grupo. Los equipos estarán integrados por hombres y mujeres. Asignen al azar dos equipos para trabajar sobre los aspectos de salud y enfermedad de los hombres y dos de las mujeres.

Unan cuatro pliegos de papel periódico con cinta adhesiva o con engrudo de manera que tengan un gran pliego de papel. En cada equipo elijan a un compañero o compañera (de acuerdo con el tema que trabajarán) y dibujen su silueta sobre el pliego de modo que pueda haber una silueta completa (de pies a cabeza).

Entre todos los miembros del equipo escribirán dentro de la silueta, en la zona del cuerpo correspondiente, las enfermedades características, relacionándolas con las actividades o hábitos que, se asignan a cada género. Por ejemplo: problemas de alcoholismo en los hombres porque se reúnen a beber los fines de semana, contracturas musculares de espalda en las mujeres porque son ellas las "encargadas" de lavar la ropa.

Posteriormente cada equipo:

-Hará su exposición reflexionando sobre el tipo de actividades y expectativas que se tienen para cada género dentro de la comunidad y su repercusión en la salud.

-Dará sugerencias para que hombres y mujeres prevengan problemas de salud independientemente de las actividades que realicen dentro de su comunidad.

-Analizará cuáles son los obstáculos para la atención de aspectos de salud, tanto de hombres como de mujeres, relacionados con las actividades y prioridades sociales de cada género.

PARA LA CASA

Los medios de comunicación y mi salud

Haz una lista de la información que recibes en el día a través de los medios de comunicación. Analiza los mensajes que benefician tu salud y los que la perjudican.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La importancia que tiene darle prioridad a nuestra salud y prevenir enfermedades.
- Necesitamos hacer el compromiso de poner primero nuestra salud y para ello realizar acciones concretas para protegerla.

Conceptos:

- Prevenir -Priorizar
- Compromiso -Autodisciplina

REPASO Y REFLEXIÓN

- ¿Qué son los sistemas biológico, psicosocial y ecológico de nuestra salud?. Da un ejemplo de cada uno.
- Ejemplifica maneras en las que puedes darle prioridad a tu salud y prevenir problemas en ella.
- ¿Qué relación hay entre las expectativas de roles que hay para mujeres y hombres y su salud?



Cuidemos nuestra salud.

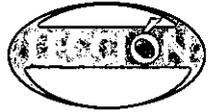
¿SABÍAS que...?

El Artículo 4º de la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos establece que "Toda persona tiene derecho a la protección de su salud". Además desde 1980 indica que es deber de los padres preservar el derecho de los menores a la satisfacción de sus necesidades básicas en beneficio de su salud física y mental.

Glosario

Silueta:
Contorno o figura.

Puedo ser una persona saludable



Cuando nos autoevaluamos, practicamos la autocrítica.

Todos los días tomamos decisiones que afectan nuestra salud. Tomar decisiones responsables sobre nuestra salud es algo que podemos aprender y practicar. Para ello es importante que reflexionemos sobre nuestro estado de salud y que al menos una vez al año acudamos a revisión médica.

Por otro lado es importante que en nuestra vida diaria apliquemos algunos pasos que nos llevan a tomar decisiones responsables sobre nuestra salud:

En el primer paso **identificamos el problema.**

Posteriormente **identificamos formas de tratar el problema.** Generalmente existe más de una manera de tratar un problema y necesitamos tener ciertos criterios que nos guíen para resolverlo de manera responsable. Algunas de las preguntas que nos podemos hacer para saber si tenemos una actitud responsable hacia nuestra salud son:

¿Serían saludables los resultados de mi decisión? ¿Por qué?

¿Serían seguros los resultados de mi decisión?

¿Serían legales?

¿Mostrarían respeto hacia mi persona y hacia otras personas?

Una vez que hayamos aplicado los cuatro criterios podemos llevar a cabo lo que elegimos.

Finalmente **evaluamos nuestras acciones.** Evaluar quiere decir autocalificarnos. La evaluación nos ayuda a repetir acciones responsables y a mejorar nuestra conducta cuando no actuamos de manera saludable.

Una decisión responsable es aquella que lleva a resultados saludables, seguros, legales, que promueven el respeto hacia nuestra persona y hacia las demás personas y que nos hace sentir bien con nosotros mismos.

YO QUIERO, YO PUEDO



Mis aparatos y sistemas

Piensa en el funcionamiento de cada uno de tus aparatos y sistemas y anota en tu cuaderno en qué aspectos de cada uno crees que necesitan atención:



Glosario

Autocalificarnos:

Juzgar nosotros mismos el grado de conocimiento que tenemos.

- ◆ Órganos de los sentidos
- ◆ Aparato digestivo
- ◆ Aparato respiratorio
- ◆ Aparato circulatorio
- ◆ Sistema excretor
- ◆ Sistema nervioso
- ◆ Sistema óseo y locomotor
- ◆ La manera en que me relaciono con las personas que me rodean
- ◆ La manera en que me siento conmigo mismo
- ◆ Las condiciones de higiene del ambiente donde vivo



No tomemos riesgos innecesarios.

Basándote en tus problemas de salud y en tus necesidades sigue los pasos para tomar decisiones responsables sobre tu salud y aplícalos a cada uno. Da tres ejemplos de metas realistas y responsables para atender o mantener tu salud pensando en el beneficio que te traerá. Lleva un registro de estas decisiones y evalúa tus avances. Procura identificar tus errores para que los vayas superando.

Por ejemplo:

- Hacer ejercicio especial de postura correcta los martes y jueves de 4:00 a 6:00 p.m. para evitar que me siga doliendo la espalda.
 - Ir al centro de salud para una revisión oftalmológica porque no alcanzo a ver bien el pizarrón, y pienso que necesito lentes.
 - Aprender a desarrollar mi autoestima y confianza para sentirme mejor conmigo mismo.
- Lee un atención el ejemplo de conducta saludable, y la forma en que se relaciona con otros sistemas del cuerpo y los efectos positivos que tiene:

Conducta sana:	Se relaciona con:	Efectos integrales:
Correr 20 minutos a la semana	Contribuye al crecimiento y desarrollo y a la salud mental.	Elimina tensiones Fortalece huesos y músculos. Quema calorías Ayuda a mantenerse en forma. Ayuda a que el corazón use el oxígeno con más eficiencia.

Prevención de accidentes en la adolescencia

Para entender las causas que llevan a este tipo de problemas necesitamos entender que hay factores que predisponen a los accidentes. Estos factores pueden ser endógenos (internos) y exógenos (externos) y pueden aumentar la probabilidad de riesgo ante una situación. Además ante una situación que ya se considere de riesgo puede haber otros factores llamados precipitantes, que contribuyen a que se cause un accidente.

Analicemos un ejemplo de cada uno de estos factores.

Entre los factores que predisponen, de tipo endógeno podemos encontrar **la falta de experiencia**: "Nunca he manejado en carretera pero debe ser fácil".

La falta de aceptación del riesgo: "A mí no me pasa nada".

La necesidad de explorar e innovar: "Vamos y buscamos un nuevo camino por esa carretera".

El sentir que manejar un vehículo aumenta la seguridad en sí mismos y el **querer imitar** a figuras de los medios de comunicación: "Quieren ver cómo hago trompos en el coche como los de la película que vimos ayer".

¿SABÍAS que...?

De acuerdo a datos del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) la causa de mortalidad más frecuente en el grupo de 15 a 24 años corresponde a accidentes y envenenamientos. Además la mayoría de los accidentes automovilísticos en los que alguna persona joven pierde la vida están asociados con intoxicación alcohólica.

Glosario

Intoxicación alcohólica:

Estado dañino del organismo por haber ingerido bebidas con alcohol en exceso.

Factores

predisponentes:

Elementos que preparan de anticipado algunas cosas.

Factores precipitantes:

Que provocan la aceleración de algunos hechos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Podemos aprender a tomar decisiones responsables sobre nuestra salud y a ponerlas en práctica.
- Hay una serie de factores que pueden predisponer a accidentes.
- Hay una serie de factores que pueden precipitar accidentes.
- En gran medida depende de nosotros poder prevenir accidentes.

Conceptos:

Factores que predisponen
Factores endógenos
Factores exógenos
Factores precipitantes

Habilidades que desarrollamos...

- Tomar decisiones sobre el cuidado de nuestra salud.
- Instrumentar pasos para preservar nuestra salud.
- Evaluar diferentes aspectos del cuidado de nuestra salud.

Entre los factores predisponentes de tipo exógeno están:

- La falta de protección del cuerpo: "Se me olvidó el casco, pero no importa".
- Reglas poco claras respecto a la edad a la que se puede empezar a manejar: "Yo tengo 14 pero me veo como de 18".
- La necesidad de viajar largas distancias para llegar a la escuela o al trabajo: "Mi escuela está muy lejos y tengo que tomar 3 camiones diarios".
- Falta de transporte público accesible: "Me vine colgado en el camión porque no pasaba otro".
- Vivir en comunidades donde existe violencia callejera: "En la esquina de mi casa hay una pandilla que quiere buscar pelea conmigo".

Entre los factores precipitantes para los accidentes están:

- La tensión emocional causada por pleitos, discusiones, prisa.
- El uso de bebidas alcohólicas o drogas.
- La presión social hacer cosas de determinada manera.
- El uso de vehículos robados, los problemas de tráfico y el uso de vehículos en malas condiciones.
- El uso de la violencia para resolver desacuerdos.
- El desconocimiento de reglas y de situaciones de riesgo.

Lee con atención:

Son las 12.30 a.m. Ricardo y Teresa están en una fiesta de fin de curso. La fiesta se organizó en la casa de Lupe, que vive fuera de la ciudad. Se había planeado que la fiesta empezara a las 6:00 p.m. pero a la mayoría se le hizo tarde y no habían preparado las tortas que tenían que llevar para cenar. Algunos decidieron ya no comprar comida y mejor llevar unas cervezas. Cuando organizaron la fiesta, Lupe les propuso que se fueran en el camión que pasa enfrente de la escuela, pero Ricardo dijo que sería más divertido irse en "la carcacha" de su hermano, aprovechando que no la usan porque la tiene que llevar al taller. Ricardo consiguió las llaves del carro, pasó por sus amigos y amigas y por su novia Teresa. Apenas cabían en "la carcacha", tuvieron que ir sentados unos sobre otros, pero lograron llegar a la casa de Lupe, aun cuando en las últimas curvas las luces les venían fallando ahora han pasado varias horas en la fiesta. Ricardo y Teresa han discutido en la fiesta porque Teresa ya no quiere que Ricardo bebiera otra cerveza. Él está muy enojado y piensa que será mejor irse de la fiesta.

Reflexionemos sobre las principales causas de muerte entre los jóvenes en nuestro país:

- ◊ Los accidentes en vehículos de motor.
- ◊ Homicidio, lesiones hechas intencionalmente por otra persona (castigos).
- ◊ Tumores malignos (enfermedades como la leucemia).
- ◊ Suicidio y lesiones provocadas por uno mismo.
- ◊ Enfermedades del corazón.

De igual forma en las mujeres jóvenes destacan como causa de muerte las complicaciones en el embarazo, en el parto y después del parto, mientras que en los hombres jóvenes también destaca como causa de muerte el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA).

INEGI, *Mortalidad por causas*, en cuaderno núm. 14 de información, Estadística del Sector Salud y Seguridad Social, 1998

SE ME OCURRE...

Reduciendo factores de riesgo de accidentes

Reúnanse en equipos de cinco o seis personas y analicen la situación: propongan lo que se puede hacer para reducir los factores endógenos y exógenos que predisponen a los accidentes y los precipitantes en un caso como este.

Campaña de prevención de accidentes

Haz una propuesta de cómo se podría llevar a cabo una campaña en la escuela para prevenir accidentes. Puedes elegir la prevención de accidentes de tránsito o de accidentes por violencia. Comenta tus ideas con tus compañeros y compañeras en la próxima clase.

• PRINCIPALES PROBLEMAS DE NUTRICIÓN DE LOS ADOLESCENTES

¿En qué consisten los problemas de nutrición?



Entre los principales problemas de salud en los y las adolescentes mexicanos están los relacionados con su nutrición. Como se ha visto en otras materias, es muy importante tener una nutrición balanceada que incluya alimentos de todos los grupos alimenticios: proteínas, vitaminas, minerales, cereales y grasas. La falta de una alimentación balanceada lleva a la debilidad y falta de energía, entre otros problemas.

En esta lección nos vamos a enfocar a una serie de problemas de recientes nutrición, especialmente en zonas urbanas, problemas como la anorexia, la bulimia y la obesidad.

Anorexia. La anorexia es un trastorno emocional, en el cual una falta de seguridad en sí mismos y un alto temor de engordar lleva a que la persona deje de comer. Se ha encontrado con mayor frecuencia en mujeres que en hombres. Estas personas por lo general son perfeccionistas y quieren lograrlo todo; además, están muy preocupadas por los cambios físicos por los que están atravesando, como el crecimiento del busto o el ensanchamiento de la cadera. Pueden utilizar la dieta como una forma de enfrentar los problemas emocionales, pero desafortunadamente se ponen metas poco realistas, es decir tratan de bajar muchos kilos en poco tiempo. Inclusive pueden tomar laxantes o diuréticos, los cuales solo ayudan a que se elimine agua pero no grasas. Estas situaciones ponen en riesgo su salud, ya que llevan a deshidratación, en la que pierden potasio y otros minerales y muchas veces es necesario que permanezcan hospitalizadas.

Este trastorno va acompañado de alteraciones fisiológicas y psicológicas muy graves. Empieza con problemas psicológicos como baja autoestima, poca seguridad en sí mismo; y conforme avanza, los problemas psicológicos se agudizan y estas personas se vuelven más inseguras, deprimidas y apáticas. Entre los trastornos físicos se afecta la masa muscular, hay problemas en la tiroides, trastornos menstruales, baja de presión, pueden afectarse los riñones, etcétera.

La persona que tiene anorexia requiere tratamiento tanto psicológico como médico para ayudarla a aceptar su cuerpo y los cambios que en él ocurren.

Bulimia. Es un trastorno emocional en el cual el temor que tiene la persona a estar gorda y la falta de seguridad en sí misma la llevan a comer en grandes cantidades y luego a dejar de comer por completo, forzarse a vomitar y utilizar laxantes y diuréticos.

Mientras la anorexia nerviosa se puede entender como una forma exagerada de hacer dieta, la bulimia se puede describir como una forma exagerada de comer. En una sesión de comida una persona bulímica puede consumir miles de calorías en tan solo una o dos horas. En una sesión de comida una persona bulímica puede consumir miles de calorías en tan solo una o dos horas.

¿SABÍAS que...?

Una dieta debe de ser parte de un proceso a lo largo de toda la vida. Una dieta consiste en comer de manera balanceada, no en comer cosas especiales por temporadas.

Glosario

Perfeccionistas:

Que creen tener el grado máximo de una determinada cualidad.

Agudizan:

Agravan.

Tiroides:

Es una glándula que se encuentra delante de la tráquea y por debajo de la laringe, en el área del cuello, y ayuda a regular la estabilidad de algunos órganos.

Laxantes:

Medicamentos que facilitan la evacuación del intestino.

Diuréticos:

Medicamentos que hacen que los riñones produzcan más orina, llevando a una pérdida de líquido del cuerpo.

¿SABÍAS que...?

Bajar de peso y el porcentaje de grasa corporal se puede lograr comiendo menos calorías cada día. Si comemos 500 calorías menos por día en una semana ya estaremos comiendo 3,500 calorías diarias menos, es decir 500 x 7. Si consideramos que medio kilo de grasa es igual a 3,500 calorías estaremos perdiendo medio kilo de grasa en una semana. Una manera saludable de reducir calorías es comiendo menos grasas, azúcares, productos lácteos, carne roja y harinas. Sin embargo no debemos eliminar estos alimentos totalmente. Podemos sustituirlos en gran medida por frutas, verduras y cereales.



Por lo general sucede cuando esta persona siente un alto nivel de estrés, deja de comer cuando siente dolor en el estómago y entonces busca la forma de vomitar. La bulimia se puede describir como una "borrachera de comida". Después de una sesión de comer-purgarse puede suceder que la persona coma normalmente. Durante los episodios de bulimia la persona se siente muy deprimida y enojada por no poder controlar las cantidades que come.

Esta depresión puede llevar a la persona al uso o abuso de otras drogas o inclusive al suicidio.

Las consecuencias físicas y psicológicas son similares a las de la anorexia, **la bulimia lleva a serias lesiones en diferentes órganos** como los riñones, el tracto urinario e inclusive en la dentadura, ya que los ácidos del estómago producen daños en los dientes y puede haber pérdida de la dentadura. Las causas de

muerte por bulimia se asocian con daño renal o cardiaco.

Las personas con bulimia requieren un tratamiento médico y psicológico que les ayude a hacer cambios en su forma de vida para lograr recuperarse.

Para bajar el porcentaje de grasa en el cuerpo, es importante gastar más calorías haciendo más actividad física sin incrementar el número de calorías que se ingieren.

Obesidad. Una persona obesa pesa entre 20 y 30% más de su peso recomendado. Tener este sobrepeso aumenta la probabilidad de trastornos del corazón, diabetes, cáncer, accidentes y alta presión arterial. El sobrepeso ocurre cuando consumes más calorías de las que utilizas. Hay dos factores que contribuyen a este problema uno es la herencia y otro los factores sociales. Si alguno de nuestros padres tiene sobrepeso tendremos más posibilidad de que nosotros también lo padezcamos.

La falta de ejercicio es la principal causa de sobrepeso en la adolescencia.

La siguiente tabla de peso y talla para hombres y mujeres adolescentes nos indica que existe un amplio rango de lo que se considera normal para cada grupo de edad. Es importante recordar que la relación del peso también está en función de la estatura para mantener una armonía en el cuerpo.

•Tabla de constitución física

Edad	Peso (kilogramos)		Estatura (centímetros)	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
12	30.9-55.0	33.0-61.2	134.7-158.4	137.5-161.8
14	30.9-55.0	33-61-2	134-158	146-169
16	49.8-76.2	44-7/69.4	157.7/181.9	147.6/171
18	51.8-78.2	44.8/69.6	161.9/184.4	148.8/171.8

Games Eternod Juan y Palacios Treviño Jaime, *Introducción a la Pediatría*, México, 1985.

Gosario

Calorías:

Unidades que miden la cantidad de energía que el cuerpo requiere para su actividad diaria y es proporcionada por diferentes alimentos.

Tracto urinario:

Formación anatómica que tiene relación con la orina: riñones, uréteros, vejiga, uretra.

Daño renal:

Lesión en los riñones.

Daño cardiaco:

Lesión en el corazón.

INVESTIGO

MI peso en relación con mi constitución física

Localiza tu peso ideal en la tabla de acuerdo con tu constitución física.

¿Qué tenemos que comer?

Los seres humanos requerimos de una alimentación variada y balanceada en la que se combinen alimentos de tipo animal y de tipo vegetal. En cada región de nuestro país se consumen diversos tipos de alimentos, cada uno de ellos está compuesto por diferentes proporciones de nutrientes como son carbohidratos, proteínas y grasas o lípidos.

Cada uno de los alimentos que consumimos nos proporciona cierta cantidad de energía que nos ayuda a realizar nuestras actividades y a que nuestro organismo realice sus funciones. Los nutrientes que proporcionan más energía son las grasas, de manera que si las consumimos en exceso y no hacemos suficiente ejercicio se acumulan en nuestro cuerpo y provocan que engordemos. La cantidad de energía que proporciona cada alimento se mide en kilocalorías. Generalmente los alimentos con más grasas (lípidos) son los que tienen más kilocalorías.

Las proteínas constituyen uno de los nutrientes fundamentales en todas las etapas de la vida y principalmente en la adolescencia, ya que son indispensables para formar nuevos tejidos y contribuyen al crecimiento.

Es importante mencionar que no existe una dieta ideal para todas las personas. La edad, las condiciones de salud y el tipo de actividad que realiza cada persona determina la clase y cantidad de nutrientes que necesita. No es lo mismo el tipo de requerimientos de una persona de 85 años que está enferma y no puede caminar a los requerimientos de un adolescente que está en un equipo de atletismo o a los de una mujer embarazada.

REFLEXIONO



Soy lo que como

Observa la siguiente tabla y busca los alimentos que consumes con mayor frecuencia. ¿Estás balanceando los alimentos con mayor concentración de carbohidratos con los de proteínas y lípidos?, ¿estas prefiriendo alimentos con algún tipo de nutrientes?, ¿hay alimentos que puedas consumir y no te habías dado cuenta de lo que te aportan?

G	Alimentos	Medidas	Carbohidratos	Proteínas	Lípidos
30	cachahuates	30 a 35 piezas	18	29	42
100	nueces	4 a 5 piezas	13	14	67
120	frijoles	8 cucharadas	61	22	2
200	jugo de naranja	1 vaso	9	0	0
100	lentejas	7 a 8 cucharadas	61	24	1
25	tortillas	1 pieza mediana	15	2	1
90	carne de res	1 ración	0	19	18
90	carne de pollo	1 ración	0	18	16
100	arroz	1 plato	80	7	1
100	avena	6 a 8 cucharadas	74	12	3
80	sopa de pasta	medio plato	73	10	1
30	crema de leche	1 cucharada	2	2	37
15	mantequilla	1 cucharada	0	0	40
30	queso tipo americano	1 ración	2	25	31
100	melón	1/4 de pieza	11	1	0
100	durazno	1 pieza	10	1	0
100	naranja	1 pieza	10	1	0
100	papaya	1 ración	8	1	0
100	sandía	1 ración	5	1	0
100	aguacate	1 pieza	6	1	8
100	ciruela	1 pieza	12	1	0
100	yogurt	1/2 vaso	5	5	4
100	plátano	1 pieza	32	1	0
50	huevo	1 pieza	3	11	40
240	leche de vaca	1 taza	12	8	8
35	bolillo	1 pieza	64	9	1

¿SABÍAS que...?

La publicidad y los medios de comunicación han ocasionado en que algunas mujeres deseen ser muy esbeltas para sentirse aceptadas.

¿SABÍAS que...?

100 gramos de mantequilla te proporcionan 775 kilocalorías, mientras que 100 gramos de lechuga sólo representan 16.5.

Subsecretaría de Educación Básica y Normal, Orientación Educativa (Libro para el maestro), México, 1997, p. 141.

¿SABÍAS que...?

Cuando tienes una dieta sana eres capaz de mantener tu peso ideal, tus ojos y tu cabello tienen brillo y previenes enfermedades. Consumir dos litros de agua diariamente ayuda a mejorar la digestión. El agua no es un alimento, es un nutriente. El 60% de la masa corporal de tu cuerpo está constituida por agua.



Con una dieta sana podemos prevenir muchas enfermedades.

¿SABÍAS que...?

Actualmente se reconoce que algunos alimentos previenen enfermedades tan difíciles de curar como el cáncer. Entre estos se encuentran:

- Los alimentos altos en fibra como cereales, frutas frescas y verduras.
- Los alimentos ricos en vitamina A y C como zanahorias, espinacas, duraznos, naranjas, uvas, fresas, camotes, pimientos rojos y verdes.

G	Alimentos	Medidas	Carbohidratos	Proteínas	Lípidos
30	pan blanco de caja	1 rebanada	63	11	2
30	pan de centeno	1 rebanada	53	9	1
22	pan dulce	1 pieza	80	9	1
100	pescado	1 rebanada	0	24	4
100	espinacas	1 plato	5	3	0
100	jitomate	1 pieza mediana	5	1	0
20	azúcar	1 cucharada	20	0	0
100	garbanzos	1 ración	61	18	6
100	calabazas	1 ración	8	1	0
100	lechuga	1 ración	3	1	0
100	pepino	1 ración	3	1	0
100	chicharos frescos	1 ración	21	8	0
100	papas	1 ración	18	3	1
100	zanahorias	1 ración	9	1	0
100	piña	1 rebanada	14	0	0
100	salchichas	1 ración	3	17	12
100	palomitas de maíz	1 ración	77	13	5
100	miel de abeja	1 ración	65	1	0
100	jamón	1 ración	1	15	26
100	chocolate	1 ración	60	2	25
100	papas fritas	1 ración	50	5	40
100	refrescos	1/2 vaso	12	0	0
100	carne de cerdo	1 ración	0	15	17

Subsecretaría de Educación Básica y Normal, Orientación Educativa (Libro para el maestro), México, 1997, p. 141.

YO QUIERO, YO PUEDO

¿Qué puedo comer entre comidas que sea nutritivo?

Escribe una lista de opciones de alimentos que puedes comer si tienes hambre a media mañana o a media tarde. Comparte tus ideas con un compañero o compañera y enriquezcan mutuamente sus alternativas.

SE ME OCURRE...

Una historietita sobre nutrición

Elabora una historietita de una persona que tiene problemas de alimentación. Narra qué lo llevó a estos problemas y qué alternativas tiene para resolverlos.

INVESTIGO

Dudas sobre el funcionamiento de mi cuerpo

Anoten de manera individual una pregunta que tengan sobre su salud o sobre el funcionamiento del cuerpo. Pónganlas en un buzón en el centro del salón. Procuren contestarlas entre todo el grupo. Busquen las respuestas en enciclopedias, centros de salud, Internet, etcétera.

PARA LA CASA

Recetas sobre alimentación

Busca una receta de algún platillo sano, nutritivo y sabroso y compártela mañana con tus compañeras y compañeros. Entre todo el grupo hagan "El recetario de la nutrición".

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Hay problemas de salud cuando no hay una dieta balanceada.
- En el medio urbano es creciente la presencia de enfermedades tales como la bulimia, la anorexia y la obesidad.
- Hay alimentos que nos protegen de algunas enfermedades, como el cáncer.
- El ejercicio diario es fundamental para mantener nuestra salud.

Conceptos

- Anorexia
- Bulimia
- Obesidad
- Dieta

Psicoinmunidad... la actitud puede hacer la diferencia



¿A qué te suena?

PSICOINMUNIDAD

- ¿Qué crees que es?
- ¿Cómo la puedes lograr?

Ya va a ser el campeonato de fútbol de la colonia. Alberto ha tenido gripa estos días pero quiere estar sano para el día del juego. Ricardo también tiene un resfriado, siente algo de congestión nasal. Los dos deberán jugar en el mismo partido. Ricardo no está tan entusiasmado y ha pensado no ir al partido. El día del partido Alberto hizo todo su esfuerzo, estaba muy emocionado, muy orgulloso de poder participar. Ricardo por su parte no pudo jugar porque no se había recuperado suficientemente.

REFLEXIONO



La actitud influye en la conducta y en la salud

¿De qué manera crees que la actitud de cada uno de estos adolescentes influyó en que uno pudiera jugar y lo hiciera bien y el otro no? Escríbela en tu cuaderno. Analíenla en el grupo.

Las actitudes de una persona son muy importantes en relación con lo que ocurre en su organismo. Hay un reciente campo de investigación que combina la Medicina, la Psicología y la Salud, que analiza la relación entre la mente y el cuerpo. La Psicoimmunología es el estudio de la forma en la cual la mente afecta al sistema inmunológico. Un sistema inmunológico sano es capaz de defendernos contra todo elemento patógeno. Las células blancas, llamadas células T, disparan la producción de anticuerpos en contra de los elementos patógenos.

¿SABÍAS QUE...?

El hambre no es causada por un estómago vacío. El hambre la provoca la falta de algunos materiales nutrientes en la sangre. Cuando tu sangre requiere estos nutrientes, manda una señal al "centro de hambre" en tu cerebro, el cual hace que tu estómago y tus intestinos trabajen más rápido y hagan ruidos. Cuando tienes hambre tu cuerpo no quiere ningún tipo de comida en especial, pero tu apetito se encarga que no comas nada más un tipo de comida, lo cual no sería saludable.

Glosario

Sistema inmunológico:

Conjunto de órganos que tienen las personas para tener un estado de resistencia natural o adquirirla frente a microorganismos o sustancias extrañas.

Patógeno:

Elemento que ocasiona que se desarrolle una enfermedad. Por ejemplo: Virus, bacterias, parásitos.

Células T:

Unidades del cuerpo que ayudan a tener una mayor resistencia para no enfermarse.

¿SABÍAS que...?

Los adolescentes que se sienten deprimidos tienen menos células T que los jóvenes que no se sienten de esta manera. Se encontró también que los adolescentes capaces de aceptar que se sentían deprimidos y de identificar los momentos en los que les ocurría esto eran capaces de desarrollar células T en su organismo. Parece ser que cuando identificas el problema puedes manejarlo con menor estrés. Salud. Un enfoque de bienestar.

Meeks, L. Heit, P.
Universidad de
Ohio, Columbus, Ohio,
1991.
Publicaciones, Merrill.

Con base en esta información podemos ver que muy probablemente la actitud poco entusiasta de Ricardo pudo influir en que no se recuperara a tiempo para el partido de fútbol. Consecuentemente su sistema inmunológico no funcionó tan bien como el de Alberto. Su cuerpo no produjo tantas células T que lucharán contra los elementos patógenos que le estaban produciendo la gripa. La investigación ha mostrado que **personas con actitudes positivas y constructivas se enferman menos seguido y cuando lo hacen les dura menos días la enfermedad**. A lo largo de toda nuestra vida vamos a encontrarnos con elementos patógenos. Tener hábitos de salud positivos nos ayudará a combatirlos. Sabemos ahora también que la mente juega un papel central en mantenernos sanos. Si nuestra mente le envía mensajes constructivos a nuestro cuerpo, este tenderá a responder de manera constructiva.

SE ME OCURRE...



Actitud positiva y negativa

Escribe un cuento sobre una persona que tenía una actitud negativa, y cómo logró irse cambiando. Haz referencia también a cómo fue afectando su salud.



La diversión sana nos ayuda a tener una actitud positiva.

YO QUIERO, YO PUEDO



Situaciones que pueden llevar a sentimientos destructivos

Analicen diferentes situaciones que en la adolescencia pueden llevar a sentimientos destructivos, negativos, a sentir depresión. Al terminar la discusión presenten un resumen ante el grupo. Escribanlas en el pizarrón para que toda la clase las pueda identificar.

SE ME OCURRE...



Una adivinanza

—Vamos debajo del mar —le dijo Juan muy contento a su papá.

—Pero no puedo nadar, —respondió el papá.

—No tiene que hacerlo.

—Pero nos vamos a mojar —contestó el papá dudoso.

—No nos vamos a mojar.

—¡Pero hay tiburones ahí debajo!

Yo lo sé, siempre he querido ver tiburones de verdad.

—¿No vas a estar asustado?

—Claro que no, no nos van a hacer nada.

Juan le dijo a su papá adónde quería ir.

—Esta bien, tú ganas, —le dijo el padre aliviado.

—¡Vamos! —dijo Juan—.

No van a ir ni a bucear ni en un barco con el fondo de cristal.

¿Adónde van a ir?

PARA LA CASA



Un diario de problemas y soluciones

Lleva un diario en el que anotes cada noche las dificultades a las que te enfrentaste durante todo el día. No se te olvide anotar lo que sentiste y qué soluciones crees que puede tener el problema. Hazlo cada noche por lo menos durante un mes.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La Psicoimmunología es el estudio de la forma en que la mente afecta al sistema inmunológico.
- Hay una estrecha relación entre la depresión y el número de células T en el cuerpo.
- Hay una cercana relación entre tener una actitud positiva y nuestra salud.



Teniendo una actitud positiva logramos más satisfacciones y mejor salud.

Respuesta: túnel de cristal de un acuario (voltrear párrafo de respuesta)



Al hacer ejercicio ponemos en práctica actitudes responsables y de salud.

Hacemos ejercicio y nos divertimos

Para mantener nuestra salud física y mental es importante tener un equilibrio entre el tiempo que dedicamos al trabajo o al estudio y el tiempo libre. Practicar algún ejercicio por lo menos una hora tres veces a la semana es muy saludable. **Es importante practicar el ejercicio como parte de nuestras actividades diarias y no dejarlo solo a la disponibilidad que tengamos en nuestro tiempo libre.**

Practicar algún deporte o hacer ejercicio es realizar un esfuerzo especial en un tiempo determinado y de manera constante y disciplinada. Hacer ejercicio no es lo mismo que realizar las actividades físicas que hacemos al caminar para llegar a la escuela, o al ayudar con las labores de la casa.

YO QUIERO, YO PUEDO



Practicar el deporte y ejercicio

¿Cuántas horas a la semana dedicas a practicar algún deporte o a hacer ejercicio?

¿Qué puedes hacer para tener un equilibrio entre el tiempo que dedicas a tus obligaciones (incluyendo el ejercicio físico) y tu tiempo libre?

¿Qué actividades realizas en tu tiempo libre?

Lee con atención:

Al practicar algún deporte o hacer ejercicio también podemos poner en práctica actitudes responsables y de cuidado de nuestra salud. Para ello es útil saber que las causas más frecuentes de daño al hacer ejercicio son:

- Falta de flexibilidad (al hacer ejercicio aumentamos la fuerza muscular, al fortalecerse los músculos se acortan y al acortarse se hacen más rígidos, lo cual aumenta la probabilidad de lastimarnos).

- Falta de equilibrio muscular (cuando solo hacemos un tipo de ejercicio podemos desarrollar demasiado algunos músculos y no suficientemente otros).

- Exceso de esfuerzo (podemos hacer más ejercicio del necesario o no hacerle caso a nuestro cuerpo cuando manda señales de dolor o molestia).

- Problemas estructurales (algunas veces necesitamos cambiar de técnica o usar equipo especial si tenemos algún problema físico).

- Formas equivocadas de hacer el ejercicio (podemos estar tratando de hacer demasiado sin descansar suficiente o realizando movimientos que no ayudan a nuestra postura y causan contracturas musculares).

- No utilizar el equipo adecuado (por ejemplo, corremos con zapatos que nos aprietan o no usamos un casco al andar en bicicleta).

ASI NO SE VALE...



Practicar ejercicio cuidándome

¿Al hacer ejercicio o practicar deporte has estado en alguna de las situaciones anteriores?

¿Cuál(es)? ¿Qué puedes hacer para prevenirlas?

Discútanlo en el grupo.



Algunos puntos a considerar al practicar algún deporte son:

No exageremos el ejercicio. Aunque pensemos que estamos en excelente condición física, es importante ir aumentando poco a poco el esfuerzo. Cada persona es diferente, necesitamos compararnos con lo que nosotros podemos hacer, no con lo que los demás pueden lograr.

"Si no duele no vale" es un mito. Hacer ejercicio y estar en buena condición física implica esfuerzo, tiempo y disciplina pero no dolor. De hecho, el dolor es la señal que el cuerpo nos da de que algo anda mal. Si sentimos tensión muscular necesitamos buscar la forma de relajarnos, de bajarle al ritmo de ejercicio.

Observar nuestra posición al hacer ejercicio. La mayoría de las actividades físicas pueden llevar a un exceso de tensión muscular: por ejemplo, al saltar o correr, caer en la parte delantera de los pies en lugar de los talones. Es importante mantener la espalda alineada (es decir los músculos abdominales contraídos, las nalgas firmes y las rodillas en la misma línea que los pies). Esto es especialmente importante cuando saltamos o cuando nos estiramos para alcanzar algo.

No hacer estiramientos balísticos en los cuales nos estiramos al máximo y hacemos movimientos rápidos. Esto acorta nuestros músculos e incrementa la probabilidad de rompimiento muscular y molestias. En lugar de eso, debemos estirarnos poco a poco, de esta manera vamos aflojando los músculos sin causarles daño.

Hacer ejercicios de calentamiento y enfriamiento. No estires mucho los músculos antes de hacer de cinco a diez minutos de calentamiento. En climas calurosos se requiere menos tiempo que en climas fríos. El sudar ligeramente indica que ya hemos calentado. Cuando estés por terminar, hazlo poco a poco, no bruscamente. De esta manera das oportunidad a tu cuerpo de enfriarse los músculos. Esto lo podemos hacer por ejemplo mediante estiramientos cinco a diez minutos o corriendo más lentamente. Así prevenimos rigidez muscular y también una baja repentina en la presión arterial, la cual puede suceder cuando pasamos de un ejercicio intenso a un alto total de manera repentina.

Beber mucha agua. Para mantener el nivel de hidratación que requiere nuestro cuerpo. Hay que recordar que al sudar perdemos líquidos.

Algunas reglas que contribuyen a prevenir accidentes en diferentes actividades son:

FUTBOL

- Antes de iniciar el partido realiza ejercicios de calentamiento como correr despacio y estirar piernas y brazos.
- Utiliza el equipo y ropa adecuados. Si puedes usa zapatos con tacos en superficie de pasto y tierra.
- Para prevenir fracturas utiliza espinilleras en ambas piernas o doble calceta.
- Puedes vendarte los tobillos para prevenir esguinces.
- Trata de jugar en terrenos planos.
- No comas nada dos horas antes de hacer ejercicio, ni tomes líquidos antes del partido.
- Para aliviar la sed puedes chupar una naranja en el medio tiempo.

BALONCESTO

- Antes de iniciar el partido realiza ejercicios de calentamiento como correr despacio, estirar piernas y brazos y brincar.
- Trata de utilizar tenis de media bota.
- Puedes vendarte los tobillos para prevenir esguinces.
- Evita jugar en canchas mojadas para evitar resbalones.
- Utiliza ropa que no te apriete
- Utiliza balones con buena presión de aire, si esta poco inflado pesa más y no bota y haces más esfuerzo.



Siempre haz calentamiento antes de iniciar algún deporte.

¿SABÍAS que...?

Caminar a un paso rápido y constante promueve condición física y decreta el porcentaje de grasa del cuerpo y que nadar promueve la resistencia cardiovascular sin el riesgo de lastimar las articulaciones.

Glosario

Disponibilidad:

Condición de estar libre de impedimentos para hacer algo.

Condición física:

Ponerse o sentirse fuerte.

Articulaciones:

Unión de un hueso con otro que permite movimiento. Ejemplo: Rodilla, codo, muñeca.

Resistencia

cardiovascular:

Tolerancia del corazón y de los vasos por donde circula la sangre del cuerpo.

Electrolitos:

Minerales que se encuentran en los fluidos orgánicos como sodio, cloro y potasio.

Esguinces:

Lesión de partes blandas de una articulación, como ligamentos y tendones.

¿SABÍAS que...?

Hay una gran cantidad de actividades además del ejercicio que podemos realizar en nuestro tiempo libre. Aprovechar nuestro tiempo libre es parte de nuestra formación como personas. Entre las actividades que podemos realizar está enseñar a leer y escribir a adultos, pintura, aprender otro idioma, canto, ayudar en alguna actividad de mejora de la comunidad, coser, hacer alguna colección, caminar, organizar excursiones, y visitas a museos, escultura, escribir cuentos, actuar, aprender carpintería, cocina, mecánica, computación, escribir cuentos o poemas, oír música, etc. Otras actividades de nuestro tiempo libre no tendrán ningún plan, simplemente irán saliendo poco a poco diferentes ideas. Eso también es parte de tu tiempo libre.

Glosario

Corola:

Parte de la flor que por lo común tiene muy bellos colores.

Cobrar existencia:

Se vuelve real.

Crepitando:

Produciendo sonidos repentinos.

CICLISMO

- Siempre maneja en el sentido de los coches.
- Obedece las señales. Con tus brazos señala que vas a dar vuelta.
- Cede el paso a los peatones.
- Pon luces a tu bicicleta y enciéndelas por la noche.
- Usa ropa que refleje la luz o pueda verse fácilmente en el amanecer, atardecer y durante la noche. Pon cinta reflectora a la bicicleta.
- Trata de evitar los caminos estrechos o con muchas curvas.
- Lleva contigo alguna identificación.
- Asegúrate de conocer el camino y el lugar adonde llegarás.
- Siempre usa el casco.
- Revisa tu bicicleta periódicamente para comprobar que todo está en orden.

CAMINATA Y CARRERA

- Camina o corre en dirección opuesta al tráfico.
- Si es posible, utiliza los caminos designados para caminar/correr.
- Evita los caminos estrechos y las vías rápidas o autopistas.
- Usa ropa brillante.
- Obedece todas las señales de tránsito.
- Mantente a la defensiva, procurando anticipar lo que los(as) choferes de los vehículos harán.
- Evita circular por lugares donde ha llovido (o calles con baches) donde te puedes resbalar.
- Asegúrate de conocer el camino y el lugar adonde llegarás.
- Lleva contigo una identificación y cambio para hablar por teléfono en caso de emergencia.

NATACIÓN Y CLAVADOS

- No te alejes demasiado de la orilla de la playa.
- Procura nadar siempre con otra persona.
- Averigua la profundidad antes de nadar o echarte un clavado.
- No te echas clavados en lugares con poca profundidad.
- Nada sólo en áreas que cuentan con vigilancia.
- Pide ayuda si lo necesitas.
- Camina, no corras, alrededor de las albercas.
- No nades si hay una tormenta eléctrica.

YO QUIERO, YO PUEDO



Ejercicios de calentamiento y enfriamiento

Elijan un deporte y discutan diferentes ideas de calentamientos que pueden hacer en relación con las actividades que requiere dicho deporte. ¿Cómo harían el ejercicio de enfriamiento antes de concluir? Preparen una presentación oral y preséntenla al resto del grupo.

Lee con atención:

*...cuanto el pequeño mexicano toca
con dedos o con alas,
hilo, plata, madera,
cuero, turquesa, barro,
se convierte en corola duradera,
cobra existencia y vuela crepitando.*



Pablo Neruda.

REFLEXIONO

Serenata de México

-¿A qué actividad, crees que se refiere el poema que acabas de leer?

YO QUIERO, YO PUEDO

Actividades para el tiempo libre

Escribe una lista de por lo menos diez actividades que crees que puedes realizar en tu tiempo libre. Incluye lo que debes conseguir y el tiempo que requieres para poderlas realizar. Elige alguna y haz un plan para que la puedas llevar a cabo. Piensa que esto es solo para parte de tu tiempo libre. Deja una parte de este sin ningún plan, deja que se te vayan ocurriendo ideas. Veamos un ejemplo para planear parte de tu tiempo: colaborar en un centro de ayuda a huérfanos: investigar qué necesidades tienen, en qué horarios recibir en la ayuda, qué materiales requiero ayudar. Veré si tengo disponible alguno de esos horarios.

PARA LA CASA

Programando...

Hago un plan semanal de ejercicio o deporte y de actividades para mi tiempo libre

Haz un plan de ejercicio semanal que incluya todas las precauciones de las que hablamos en clase e instrúmentalo a partir de esta semana. Asimismo haz un plan de actividades para parte de tu tiempo libre.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

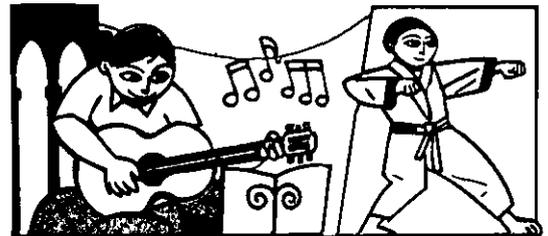
- La importancia de practicar ejercicio o deporte
- Formas de hacer correctamente ejercicio.
- La importancia de hacer un plan de actividades para llevar a cabo en parte de mi tiempo libre.

Conceptos:

- Practicar deporte y ejercicio
- Tiempo libre
- Hacer actividades físicas

Habilidades que desarrollamos...

- Tener un plan de ejercicio o deporte.
- Tener un plan de actividades para el tiempo libre.



¿SABÍAS que...?

Andar en bicicleta durante mucho tiempo a ritmo moderado y constante aumenta la resistencia cardiovascular y ayuda a desarrollar una masa muscular sin grasa.



Cuidar a los animales es la actividad útil para nuestro tiempo libre.

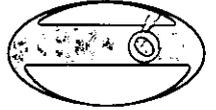
PASO FLEXIONO

- ¿Por qué es importante para tu salud tener una actitud positiva?
- ¿Cuál es la diferencia entre hacer una actividad física y practicar ejercicio o un deporte?
- ¿Qué actividades puedes hacer en tu tiempo libre?
- ¿Qué componentes incluye tu plan de actividades para parte de tu tiempo libre?

1

DEFINICIÓN, TIPOS Y CAUSAS DE LAS ADICCIONES

• DEFINICIÓN, TIPOS Y CAUSAS DE LAS ADICCIONES



¿Qué es una adicción?

Una adicción es un hábito que crea una necesidad hacia algo, de manera que se establece una dependencia. La adicción se considera una enfermedad porque causa daños físicos o psicológicos que afectan la salud integral de las personas.

Tipos de adicciones

Generalmente relacionamos las adicciones con la palabra droga y a las drogas con sustancias como el alcohol, el tabaco, la marihuana, etcétera. Sin embargo podemos desarrollar adicción hacia otras actividades o sustancias que alteran el funcionamiento de nuestro organismo. Es decir, también podemos desarrollar adicción a la comida, al trabajo, al deporte, etcétera. **Cualquier tipo de actividad realizada en exceso puede ser una adicción y**



Podemos desarrollar adicción a la comida, al trabajo o al deporte, etcétera.

significa que practicamos actividades que no son sanas, como una manera de "solucionar" nuestros problemas. De la misma forma, negarnos a realizar nuestras actividades cotidianas por las dificultades, es una forma inadecuada de resolverlas. En otras palabras, es igualmente dañino comer mucho, que no comer; no descansar nunca, o descansar todo el tiempo; hacer ejercicio todo el día, que no hacerlo bajo ninguna circunstancia o utilizar sustancias que alteren el funcionamiento de nuestro organismo.

Cómo prevenir las adicciones

Hay una serie de factores sociales y familiares que se asocian con las adicciones, pero la decisión final de caer en una adicción depende de cada persona. Aun ante las condiciones sociales y familiares más adversas podemos fortalecer nuestra manera de enfrentar las dificultades de manera sana y que nos traiga beneficios y no daños.

Algunas de las capacidades que tenemos que fortalecer son:

1. Capacidad para enfrentar sentimientos tales como la frustración, desamor, soledad y abandono.

Todas las personas nos hemos enfrentado alguna vez con situaciones que producen tensión, tristeza, frustración, soledad y abandono. El problema inicia cuando no se sabe cómo enfrentar esos sentimientos y se adquiere una adicción como un escape para "tratar" de sobrellevarlos. Esto sucede cuando las personas creen que la adicción les va a ayudar a controlar sus vidas o a escapar del problema. La realidad es que el sentimiento de control que se siente por la adicción es artificial y al huir del problema lo único que se hace es dificultar más las posibilidades de encontrarle una solución.

2. Capacidad para enfrentar la presión del grupo de amigos.

Pertenecer a un grupo es una forma de ser reconocidos por el "otro", lo cual nos da un sentido de pertenencia e identidad en diferentes etapas de la vida, principalmente en la adolescencia. En ocasiones, las personas caen en adicciones como el consumo de drogas porque creen que es "necesario" para pertenecer e identificarse con el grupo. En esos casos la persona no cuenta con las respuestas adecuadas para enfrentar la presión grupal y deja que sea el grupo quien tome las decisiones aún cuando estén en contra de lo que quiere.



Cuando una persona se conoce y se acepta desarrolla confianza en sus capacidades.

3. Capacidad para conocernos, aceptarnos y valorarnos.

Una persona que se conoce, se acepta y se valora desarrolla un sentimiento de confianza en sus capacidades y se siente capaz de tomar decisiones para enfrentar los problemas de la vida cotidiana. Cuando fortalecemos estos aspectos y nos queremos a nosotros mismos nos cuidamos evitamos riesgos para nuestra salud y asumimos una actitud responsable hacia ella.

4. Capacidad de enfrentar situaciones de cambio o de crisis.

En los períodos de cambio de las personas existen etapas de crisis en las que es necesario adaptarse a nuevas formas de vida. Estos períodos de crisis muchas veces pueden crear confusión y es cuando las personas están más predispuestas a iniciarse en el consumo de drogas, con el objeto de que la droga les proporcione una seguridad artificial. Uno de los períodos más importantes es la adolescencia, ya que es una etapa donde nos apropiamos de nuevos valores, definimos nuestra identidad e iniciamos el proceso de independencia. Es una etapa de transición a la vida adulta. Esta crisis puede llevar a algunos adolescentes a una búsqueda de nuevas experiencias que pueden conducir al inicio de adicciones.

Es importante mencionar que el inicio de alguna adicción puede ocurrir en otras etapas de la vida y no exclusivamente en la adolescencia, ya que tanto en la niñez como en la vida adulta existen períodos difíciles de manejar. Algunos cambios importantes para la vida de los sujetos podrían ser los cambios de ciudad, muerte de un ser querido, fracasos en lo que se propone, dificultades dentro de la familia, etcétera.

¿Y sí...?

Aprendamos a manejar situaciones difíciles

Reúnanse en equipos de seis a ocho personas y enlisten una serie de actividades alternativas que pueden realizar para fortalecer cada uno de los cuatro aspectos mencionados, que ayudan a manejar las situaciones difíciles. Comparen los listados de los equipos y den un aplauso al equipo que haya propuesto más alternativas.

YO QUIERO, YO PUEDO

Practicando mis alternativas

Una vez más, divídanse en equipos y practiquen cada una de las alternativas que sugirieron. Pueden hacerlo actuando cada una de ellas ante el resto del grupo.

Glosario

Frustración:

Sentimiento al no lograr o recibir lo esperado.



Qué hacer ante situaciones difíciles

Copia este cuadro en tu cuaderno y piensa en situaciones donde hayas experimentado los siguientes sentimientos. Recuerda qué hiciste y aplica las alternativas del ejercicio anterior para llenar el cuadro de ¿qué harías?

Situación	Qué hiciste	Qué harías ahora
•Presión para hacer algo que no querías		
•Tristeza por haber perdido algo o alguien a quien querías		
•Insatisfacción por no haber logrado lo que deseabas		
•Angustia por un cambio en tu vida o en tu familia que no supiste cómo enfrentar		

Es de gran importancia que los adolescentes contemos con las habilidades necesarias para enfrentar adecuadamente los riesgos que nos pueden llevar a las adicciones.

Algunas de las estrategias personales que se pueden practicar son las siguientes:

Ante la presión grupal:

-Defender los valores y posturas personales sin importar que la mayoría no esté de acuerdo con nosotros.

-Evitar hacer lo que no queremos; para ello existen algunas estrategias que podemos llevar a cabo como: irnos, ignorar los comentarios o agresiones, dar una excusa por no poder hacer lo que otros quieren.

-Si no funcionan estas opciones, alejarse de ese grupo o persona.

Ante la autoestima baja:

-Reflexionar sobre cuáles son mis cualidades y tratar de utilizarlas al máximo.

-Conocer mis defectos.

-Tratar de mejorar algunos de los defectos que se pueden cambiar.

-Aceptar nuestros defectos no cambiables como parte nuestra y no angustiarnos por ellos. Todas las personas tenemos cualidades y todas tenemos defectos.

Ante problemas y conflictos cotidianos:

-Manejar y controlar la tensión y estrés que pueda generar la situación.

-Identificar cuáles son las cosas que nos hacen sentir así.

-Identificar los cambios físicos y psicológicos que nos genera esa situación.

-Aprender a expresar nuestras emociones: expresándolas, escribiéndolas o pidiendo ayuda.



La práctica hace al maestro

Revisen las estrategias que diseñaron entre todos y las que se acaban de proponer. Practiquen en equipos, si lo desean, actuando cada una de las que no estaban en su lista anterior. Así, por ejemplo, para autoestima pueden pasearse por el salón reflexionando sobre sus cualidades.

Obstáculos para resolver situaciones difíciles y formas de superarlos

Pregunta a tu papá o a tu mamá cuál ha sido una situación difícil dentro de la familia y cómo la resolvieron. Investiga qué apoyos tuvieron, cuántas opciones tenían para resolverla y los obstáculos a los que se enfrentaron. Compáralas con las que tú aprendiste.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El significado de adicción y los tipos que hay.
- Capacidades que tenemos que fortalecer para prevenir las adicciones.
- Independientemente de los problemas que se tengan que enfrentar en última instancia cada quien es responsable de decidir si quiere o no caer en una adicción.

Conceptos:

- Adicción
- Fortalecer capacidades

Habilidades que hemos desarrollado...

- Fortalecimiento de capacidades para prevenir adicciones.

¿Qué son las drogas?



Juan Carlos consumió crack por última vez hace dos años, pero todavía se acuerda cómo se sintió cuando la utilizó. A pesar del tiempo que ha pasado no se le ha olvidado ese sentimiento de bienestar artificial. Una día, Juan Carlos le vendió \$500.00 de crack a un amigo. Una vez que se le acabó su propia reserva de crack, le pagó \$1,000.00 a su amigo para que le vendiera el crack que él le había vendido a \$500.00. Simplemente necesitaba la droga a cualquier precio.

Este es solo un ejemplo de los efectos que pueden tener las drogas.

Juan Carlos se sentía cansado cuando no consumía la droga y además no podía dormir. Necesitaba cada vez más crack para poder llevar a cabo sus actividades cotidianas, además de que estaba perjudicando su salud. Juan Carlos también tuvo problemas con sus amigos y con su familia; tomó dinero que no era suyo y tuvo problemas en la escuela. Desde hace dos años Juan Carlos ha estado en tratamiento con el fin de no regresar a la droga.

SE ME OCURRE...



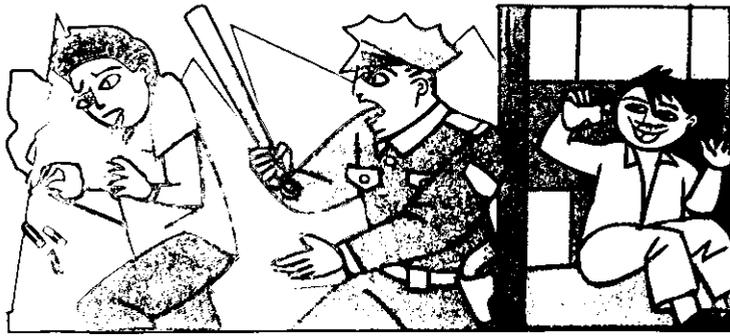
No se necesitan drogas para sentirse bien

Escribe en tu cuaderno las maneras en que un adolescente sin necesidad de recurrir a las drogas se puede sentir bien.

El concepto droga se define como cualquier sustancia química o natural que afecta a una persona, de manera tal que le origina cambios fisiológicos, emocionales y/o de comportamiento.

Este término ha sido utilizado por la mayoría de las personas para referirse exclusivamente a aquellas sustancias que no son socialmente aceptadas o "ilegales" (marihuana, inhalables, cocaína, heroína, etcétera), creando un prejuicio mayor hacia este tipo de consumidores que hacia aquellos que consumen drogas con "utilidad médica" (tranquilizantes, estimulantes, etcétera) o de carácter "legal" (alcohol y tabaco).





El consumo de **drogas legales (alcohol y tabaco)** es aquel que es permitido por las leyes de una sociedad, por lo que **su utilización no es castigada por ley**; más aún, su uso es parte importante de un sinnúmero de rituales de convivencia social, como los bautizos, primeras comuniones, quince años, bodas, cumpleaños, funerales, etcétera. El consumo de este tipo de drogas es incluso fomentado socialmente; por ejemplo por los medios de comunicación que promocionan el consumo de alcohol y tabaco,

haciendo uso de imágenes que asocian su consumo con la moda, la belleza, el poder, el dinero, etcétera.

Las drogas ilegales se caracterizan porque **su consumo viola las leyes establecidas** por la sociedad y por esta razón se enfrenta el riesgo de **ser sancionado por la ley**. Algunas de las drogas que entran en esta categoría son: la marihuana, la cocaína, la heroína y el LSD. Es importante señalar que aun cuando algunas sustancias inhalables no son drogas ilegales, en tanto su venta no es sancionada (se venden en cualquier tlapalería) su consumo sí lo es, por lo cual se clasifican en este rubro.

Finalmente, las drogas de uso médico son aquellas sustancias que se pueden conseguir en las farmacias, con receta médica, y su uso debe darse bajo prescripción médica. Su utilización puede **ser peligrosa** cuando se da por **automedicación** o para fines completamente diferentes al tratamiento de una enfermedad. Las drogas más utilizadas dentro de esta categoría son los estimulantes y los tranquilizantes.

Muchas veces, **las creencias y actitudes de la sociedad hacia los consumidores dependen de la clasificación a la que pertenece la droga**: legal, ilegal o de uso médico. Por ejemplo, el hecho de que una persona tenga que tomar tranquilizantes todos los días (sin previa prescripción médica), ya sea para poder dormir o para sentirse tranquila, generalmente no es percibido como un problema cuando en realidad sí lo es. Este tipo de consumo casi siempre se mantiene en la privacidad del hogar, por lo que es poco visible a los ojos de los demás e incluso de quienes que viven en la misma casa. Sin embargo, aun cuando este consumo pudiera ser más observable, difícilmente sería considerado como un problema de adicción.

Causas de las adicciones

La aparición del consumo de drogas data desde los inicios de la historia del hombre, sin embargo su significado ha variado en cada periodo histórico y contexto geográfico-cultural. Por ejemplo, en México los disolventes inhalables son drogas que han predominado en las ciudades industrializadas. Su consumo se ha presentado principalmente en adolescentes con escasos recursos económicos, y su uso, entre otras razones, se vincula con la necesidad de las personas para inhibir las sensaciones de hambre y frío.

Cabe señalar que independientemente del uso que se le dé a las drogas, su carácter problemático surge cuando **su abuso genera una serie de comportamientos que afectan las relaciones familiares, de pareja, de amistad, laborales y provocan daños en la salud física de quien las consume**.

El abuso de drogas representa un complejo mecanismo por medio del cual las personas intentan compensar alguna carencia, incapacidad o necesidad. Para que esto ocurra es necesario que se conjuguen una serie de factores sociales, familiares e individuales, ya que un solo factor no es suficiente para el surgimiento del problema. Bajo esta perspectiva, el consumo de drogas se convierte en un problema social que es necesario prevenir, por lo que se hace necesario actuar sobre sus causas, sobre los factores que facilitan su aparición. A estos factores se les denomina "factores de riesgo".

¿SABÍAS que...?

En México, el consumo de bebidas alcohólicas es alto, principalmente entre la población masculina, debido a que su uso es aceptado y promovido como parte de los hábitos sociales y culturales. El tipo de droga más consumida por las mujeres es de "uso médico", como son los estimulantes y tranquilizantes. (Dirección General de Epidemiología, 1990).



Los tranquilizantes pueden causar adicción.



Conociendo las concepciones relacionadas con el problema del abuso de drogas

Formen grupos de tres o cuatro personas. Necesitan recortes de revistas o periódico y una cartulina para poner las ideas que los adolescentes tienen con respecto al consumo de drogas, incluyendo las causas que llevan a su abuso.

Dividan la cartulina o el periódico en dos; en la primera división peguen las imágenes que reflejen las opiniones relacionadas con el consumo de drogas y en la segunda, los distintos motivos por los que se da el abuso de drogas. Expliquen al resto del grupo el significado que tienen los recortes elegidos. Al finalizar las exposiciones respondan individualmente a las siguientes preguntas, anotando las respuestas en su cuaderno.

1. ¿Cuáles son las ideas que las personas tienen respecto al consumo de drogas?
2. ¿Estás de acuerdo con esas ideas? ¿Por qué?
3. ¿Cuáles fueron los motivos más mencionados para iniciar el consumo de drogas?
4. ¿Qué tipo de drogas se ejemplificaron en los carteles? ¿Por qué?
5. ¿Qué riesgos crees que puede tener usar las drogas legales?
6. ¿Qué riesgos crees que puede tener usar las drogas ilegales?
7. ¿Qué riesgos crees que puede tener usar drogas de uso médico?

Razones para consumir drogas

Se agrupan bajo tres rubros: el experimental, el ocasional y de dependencia.

Consumo experimental: Se refiere al consumo de droga que se hace por curiosidad, es decir, para probar sus efectos. Las razones para experimentar pueden ser varias, por ejemplo:

1. Por presión de grupo. Muchas veces los adolescentes experimentan para sentirse que pertenecen a un grupo, para diferenciarse de otros grupos, o para conocer sus propios límites.
2. Para imitar a adultos que toman alcohol, tabaco, tranquilizantes, y de esta manera sentirse "grandes".
3. Por tener curiosidad sobre los efectos de la droga.
4. Por no tener algo que hacer y no querer buscar otras opciones para aprovechar su tiempo libre.
5. Por la gran oferta que existe en la actualidad.

Es importante mencionar que la experimentación no necesariamente lleva al abuso de drogas, pero todas las personas que abusan de las drogas tuvieron que pasar por la experimentación.

Consumo ocasional: Se refiere a las personas que consumen la droga sólo cuando están en un grupo o realizando alguna actividad social. Es posible que lo hagan para tratar de:

1. Reducir la ansiedad y la tensión de la vida cotidiana.
2. Seguir una moda que creen que los hará sentirse importantes.
3. Para rebelarse contra las normas, valores y autoridad de los padres u otros adultos.

Este tipo de consumo ocasional se caracteriza por ser el límite entre el uso y el abuso de drogas.

Consumo por dependencia: Estos consumidores son los que necesitan drogas poder realizar alguna actividad o interactuar socialmente. Se trata de personas que han creado una dependencia física y psicológica tal que no son capaces de realizar sus actividades si no la consumen. Este tipo de consumo presenta las características del abuso y la principal razón es:

1. Para evadir realidades o situaciones adversas, ante las cuales han perdido la capacidad de control y manejo.



Los consumidores de disolventes inhalables predominan en las ciudades industrializadas.

Glosario

Capacidad de control y manejo:

Aptitud para intervenir y dirigir una cosa.



¿SABÍAS que...?

La persona que fuma tiene mayor probabilidad de contraer distintos tipos de cáncer, como el de pulmón, laringe, faringe y bronquios. Asimismo, las personas que están expuestas al humo de cigarro (aunque no fumen) corren el riesgo de presentar problemas de salud, como cáncer de pulmón o enfermedades del corazón.

Hagamos un reglamento

Formen equipos en los cuales hagan un reglamento para evitar el uso de cualquier tipo de drogas en la escuela y en reuniones sociales fuera de la escuela. Comparen los reglamentos de los diferentes equipos y elaboren un documento final. Preséntelo al director o directora de la escuela para su aprobación y soliciten presentárselo a toda la escuela.

PARA EN CASA

Políticas de otros países

¿Qué políticas se han instrumentado en otros países para reducir el consumo de las drogas legales?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Que son las drogas. Diferencias entre las legales e ilegales. Implicaciones de esta clasificación.
- Causas de las adicciones.
- Razones para consumir drogas.

PASO FLE ONO

- ◆ ¿A qué se refiere el término adicción?
- ◆ Da algunos ejemplos de tipos de adicciones y razones por las que podemos caer en ellas.
- ◆ ¿Qué haces tú cuando sientes tristeza, frustración, estrés, para tratar de salir de esos estados? ¿Qué has aprendido en estas lecciones que te va a permitir salir de estados negativos que podrían llevar al uso de drogas u otras adicciones?
- ◆ ¿Qué consecuencias nos puede traer el uso de drogas?
- ◆ ¿De qué maneras puede afectar el hecho de que las drogas se clasifiquen en legales e ilegales?
- ◆ ¿Qué razones hay para usar drogas? Da un ejemplo de cada una y de cómo enfrentar cada una.

La adolescencia y el tabaco

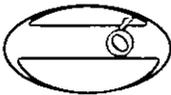
La adicción al tabaco es un problema de salud que afecta a un gran número de personas de diferente edad, género, estado civil, nacionalidad y religión, por lo que es importante realizar acciones preventivas en la familia, la escuela y la comunidad.

El tabaquismo es un fenómeno muy complejo debido a que es causado por varios factores: la historia personal, los antecedentes familiares y la influencia del contexto social en el que se desenvuelve la persona. **La manera en que se adquiere el vicio del tabaco no puede explicarse por un solo factor, ya que generalmente influyen varias causas.**

La persona que fuma tiene mayor probabilidad de contraer distintos tipos de cáncer, como de pulmón, laringe, faringe y bronquios. Asimismo, las personas que están expuestas al humo de cigarro (aunque no fumen), corren el riesgo de presentar problemas de salud, como enfermedades respiratorias, cáncer de pulmón o enfermedades del corazón.

Algunos factores que pueden promover el consumo de tabaco en la gente joven son:

- Convivencia con familiares que fuman.
- Presión social por parte del grupo de amistades (que aceptamos con tal de pertenecer a un grupo).



Si evitamos fumar tendremos menos probabilidades de enfermarnos del sistema respiratorio.

-Curiosidad de experimentar los efectos del tabaco.

-Imagen social de que fumar es signo de juventud. Los medios masivos de comunicación, como la televisión, las revistas y la radio, ejercen una influencia negativa, motivándonos a imitar las conductas y estilos de vida de los protagonistas. Un ejemplo de un mensaje negativo que dan los medios de comunicación es "un joven fumando aparenta elegancia y una vida alegre en la que parece que no existen problemas cotidianos".

Lee con atención:

Las propiedades adictivas del tabaco ocasionan que muchas personas no puedan dejar de fumar fácilmente, por eso es más sencillo prevenir su uso, es decir, no empezar, que tratar de abandonar el hábito.

La sustancia que causa adicción a los cigarros se llama nicotina, la cual estimula el sistema nervioso central. Se absorbe rápidamente por los pulmones y llega al cerebro en tan sólo 10 segundos; desde ahí se distribuye a los demás órganos para ejercer sus efectos de deterioro.

El consumo de nicotina puede producir:

- Aumento en la tensión arterial.
- Problemas cardiovasculares (de corazón, arterias y venas)
- Infecciones en las vías respiratorias.
- Descenso en la resistencia física, debido a la menor capacidad de los pulmones para renovar el oxígeno.

SE ME OCURRE...



Como se deteriora el cuerpo por el uso del tabaco

Expresa a través de dibujos, collages, fotos, poemas o cualquier otra manera, la forma en que el cuerpo va deteriorándose por el consumo del cigarro.

Tolerancia y dependencia al tabaco

Cuando alguien fuma, comúnmente experimenta un efecto llamado tolerancia al tabaco, es decir, cada vez necesita consumir un mayor número de cigarrillos para sentir los mismos efectos que antes obtenía con una cantidad menor. Cuando las personas fuman por primera vez, sienten náuseas, dolor de cabeza o mareo, sin embargo muy pronto desarrollan tolerancia completa a estas sensaciones.

Existen dos tipos de dependencia: la física y la psicológica.

La dependencia física se manifiesta cuando el organismo se altera porque la sustancia ya no está presente en él. De esta manera, cuando una persona no ha fumado, tiene una urgencia física de hacerlo; puede sentirse ansiosa, nerviosa o irritable, pueden sudarle las manos y aumentarle el apetito. Este conjunto de síntomas se llama síndrome de abstinencia y constituye la forma en que el cuerpo responde a la ausencia de nicotina. El acto de fumar, por sí mismo no produce placer o tranquilidad en las personas. El significado y las características que cada quien da a la experiencia de fumar lo que brinda esas sensaciones.

La dependencia psicológica es el deseo irresistible e incontrolable de fumar para evitar sensaciones desagradables, o para buscar sensaciones placenteras. Las personas que fuman lo hacen para sentirse bien, reducir tensiones o por la presión social que el medio ejerce sobre ellos.

Recuerda:

No te dejes engañar: Lo que hace que tomes las riendas de tu vida en tus manos es que la asumas con responsabilidad, no que tengas que "aparentar cosas" que no son; no que "tengas que hacer" como que puedes, a través de "muestras externas" como

¿SABÍAS que...?

En 1993 se encontró que entre la población de 12 a 65 años que vive en zonas urbanas de México, una de cada cuatro personas son fumadoras (25.1%). Uno de cada cuatro estudiantes de secundaria o bachillerato (29%), habían consumido tabaco en 1992. La mayoría de los estudiantes fumadores se iniciaron en el consumo de tabaco durante la adolescencia. 74% de los hombres y 69% de las mujeres empezaron a fumar antes de cumplir 15 años. Fuente: Encuesta Nacional de adicciones. Dirección General de Epidemiología. Secretaría de Salud, 1993.



Los medios de comunicación nos dan la imagen equivocada de que las personas que fuman son guapas y exitosas.



El consumo de nicotina produce adicción.



Campaña de prevención del consumo de tabaco

Formen cinco equipos que se encargarán de realizar una "Campaña de prevención del consumo de tabaco", que difunda lo que han aprendido. Utilicen recortes de revistas o periódicos, dibujos, peguen objetos o, tal vez, combinen todo. Cada equipo se encargará de uno de los temas siguientes

- Daños en la salud física ocasionados por el consumo de tabaco.
- Factores familiares, sociales e individuales que pueden influir para empezar a consumir tabaco.
- Alternativas para prevenir el consumo de tabaco en los adolescentes.
- Alternativas familiares para prevenir el consumo de tabaco.
- El papel de la escuela en la prevención del consumo de tabaco.

Lee con atención:

Los no fumadores no han logrado imponer límites más estrictos para su protección y por lo tanto, los espacios cerrados suelen ser invadidos por fumadores, poniendo en riesgo la salud de todos. Aún cuando los restaurantes y otros lugares públicos se han dividido en secciones de fumar y no fumar, hay una falta de divisiones físicas concretas, que impidan la filtración del humo tóxico del tabaco. Este es un ejemplo más de la falta de apoyo social para aquellos que escogen no consumir tabaco y de la facilidad que se les brinda a aquellos que no sólo afectan su salud sino la de las personas que les rodean.

PARA LA CASA

Cómo afecta el tabaco en mi localidad

En el camino a casa, observa cuáles son los espacios en donde se pueden encontrar personas fumando tabaco. Calcula el número de personas que se pueden ver afectadas por ese fumador. En tu cuaderno haz la tabla de acuerdo con tus observaciones:

Lugar en donde se encuentra el fumador.

Número de personas afectadas por el humo del cigarro.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El tabaquismo es causado por varios factores.
- Las personas que fuman y las que están en contacto con el humo tienen una alta probabilidad de contraer diversos problemas de salud.
- La sustancia que causa adicción al cigarro es la nicotina.
- El uso del tabaco produce dependencia física y psicológica.
- Papel de los medios de comunicación en el uso del tabaco.

Conceptos:

- Tabaquismo
- Tolerancia al tabaco
- Dependencia física
- Dependencia psicológica
- Tomar las riendas de tu vida en tus manos
- Aparentar cosas
- Muestras externas

PASO FLEONO

¿Por qué es importante evitar el uso del tabaco?

¿Qué significados puedo darle al tabaco para evitar su uso?

¿Qué mensajes se pueden dar en mi comunidad para evitar el uso del tabaco?



Los fumadores pasivos sufren graves daños en su salud.

El Alcohol Antecedentes



El abuso del alcohol provoca dependencia física y psicológica. La primera se da cuando el cuerpo requiere de esta sustancia para funcionar adecuadamente, y la segunda, cuando se necesita para convivir o interactuar con los que nos rodean.

Lee con atención:

Según la Encuesta Nacional de Adicciones (1993) de todas las personas que beben, casi la mitad iniciaron entre los 15 y 18 años (46.6 %); alrededor de un 15 % inició entre los 11 y 14 años y un 4.4 % antes de los 10 años de edad.

Encuesta Nacional de Adicciones, Tomo 1 "Alcohol", México: Secretaría de Salud, Dirección General de Epidemiología, p. 237, 1993.

Cabe mencionar que entre los consumidores de entre 12 y 18 años, las bebidas más consumidas son la cerveza, los destilados, los vinos con sabor a frutas y el vino de mesa. Una de las razones por las que la cerveza y los vinos con sabor a frutas se consumen tanto es porque se consideran bebidas con bajo porcentaje de alcohol.

El problema del consumo de alcohol entre los adolescentes se centra en la intoxicación aguda (congestión alcohólica), es decir, en el consumo de grandes cantidades de alcohol en un solo día, que puede causar un estado de coma o muerte. En la edad adulta, entre 35 y 44 años, se ha encontrado que es más frecuente la embriaguez diaria, la cual va deteriorando la salud poco a poco.

Además de los problemas de salud que el alcohol provoca en los adolescentes, también es el principal responsable de accidentes y violencia.

Las consecuencias provocadas por el abuso del alcohol no se limitan a las personas que lo consumen, sino que también afectan a las personas con las que se convive, ya que el alcohol influye de manera negativa sobre las relaciones afectivas y sociales. A este respecto, es importante crear una mayor conciencia del peligro que implica llevar a cabo algunas actividades bajo los efectos del alcohol, tales como manejar un vehículo, ya que en estos casos **el riesgo no sólo incluye al consumidor sino también a las personas que le rodean**. Asimismo, vale la pena mencionar que la familia se constituye en uno de los espacios en donde se experimentan las consecuencias negativas provocadas por el abuso del alcohol, afectando las relaciones entre sus miembros.

Lee con atención:

Juan José es estudiante de primer año de secundaria. Al salir de la escuela le gusta juntarse con sus amigos a platicar y a planear lo que van a hacer en la tarde o el fin de semana.

Hoy es un día especial porque es viernes y, además, porque el sábado va a ser el cumpleaños de David, uno de sus mejores amigos. Ya llevan más de una hora platicando acerca de los preparativos de la fiesta, y aún quieren seguir conversando.

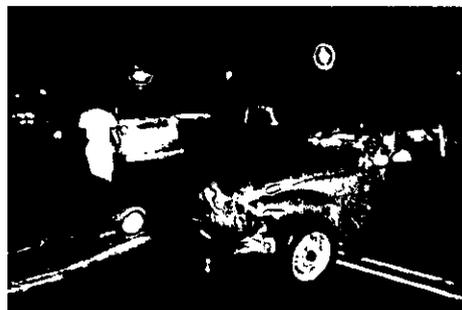
Juan José no quiere perderse ni un momento de la fiesta por eso organizó muy bien sus actividades del sábado, para poder ser el primero en llegar. Efectivamente es el primero en llegar a la fiesta.

Cuando David lo ve se pone muy contento y le cuenta la buena noticia. Se trata de que sus papás irán a una reunión familiar y llegarán tarde. David cree que se la pasará mejor si sus papás no están, sobre todo porque decidió comprar unas botellas de tequila y ron para festejar con sus amigos.

Como a las 11:00, muchos ya se empiezan a ir. David se queda con sus mejores amigos, entre los cuales se encuentra Juan José. Entonces David decide sacar las

¿SABÍAS que...?

El alcohol es la sustancia tóxica de mayor uso en nuestro país. 65% de los consumidores inició el consumo de alcohol antes de los 18 años de edad. El 29.9% de las defunciones por accidentes (principalmente automovilísticos), el 25.9% de los homicidios, y el 44.4% de los suicidios se dan bajo los efectos del alcohol. (Secretaría de Salud, Secretaría de Planeación, INEGI, Anuario estadístico (1995), "Tabaco o Salud", Situación en las Américas, un informe de la Organización Panamericana de la Salud, Publicación Científica (1992), p. 536.)



Los accidentes automovilísticos provocan un alto índice de muertos.



botellas.

A David se le ocurre que pueden hacer un concurso de "a ver quién aguanta más". El concurso empieza. Cuando Juan José da el primer sorbo le arde la garganta y ya no tiene deseos de seguir tomando. Se siente presionado por David quien empieza a decirle, "pareces niño, ¿qué no eres hombre?" A Juan José no le gusta que sus amigos lo molesten, pero no sabe qué hacer porque no quiere perder su amistad.

ASI NO SE VALE

Reflexiono sobre alternativas para Juan José y David

En tu cuaderno contesta las siguientes preguntas de manera individual.

1. ¿Por qué David cree que el alcohol hace más divertida la fiesta?
2. ¿Cómo te sentirías si tu mejor amigo o amiga te molestara por no querer tomar alcohol?
3. ¿Si tú fueras Juan José, qué harías:, ¿tomarías alcohol o no? ¿Por qué?
4. ¿Qué harías para evitarlo?
5. ¿De qué manera se puede hacer divertida la fiesta sin necesidad de que haya alcohol?

La presión social y qué hacer ante ella

La mayoría de los bebedores identifican la presión de grupo y la curiosidad como razones para empezar a beber (92.8%). Esto nos muestra que el consumo de alcohol está estrechamente asociado con las relaciones sociales e interpersonales.

El alcohol es una droga legal, es decir, su consumo no es castigado socialmente. Sin embargo, existen limitaciones al respecto, como no vender bebidas alcohólicas a menores de edad, no beber en lugares restringidos, como en el trabajo o en la calle, y no ingerir alcohol antes de manejar un vehículo.

Desde la adolescencia, o incluso antes, existen fuertes influencias sociales para iniciar el consumo de alcohol. Un ejemplo de esto se observa en el espacio familiar, con las pequeñas "probaditas" que se le dan a los menores de edad, especialmente varones, para festejar cumpleaños y celebraciones. En estos contextos, el alcohol se ubica casi siempre como el medio para poder divertirse, platicar e interactuar con los otros ahí presentes. La integración del alcohol en rituales sociales y su gran aceptación ha hecho que muchas personas perciban su consumo como "natural" y por tanto les es difícil cuestionarlo.

Lee con atención:

Hay estereotipos y valores negativos relacionados con no beber, es decir, con abstenerse de beber, sobre todo para el caso de los hombres, que están asociados, por ejemplo, con no tener valor, coraje, audacia, poder. Se trata de características frecuentemente vinculadas con la condición de ser hombre en nuestra sociedad.

Lo anterior cobra significado si consideramos que según la Encuesta Nacional de Adicciones (1993), existen más hombres que mujeres que inician el consumo en edad temprana (menor de 14 años), al igual que existen más bebedores hombres que mujeres.



El consumo de alcohol es aceptado socialmente.

REFLEXIONO

Los estereotipos

Escribe en tu cuaderno.

- ¿Cómo se podrían cambiar los estereotipos?
- ¿Por qué otras ideas se podrían sustituir?

La presión social puede ser tan fuerte que resulte difícil decir, “no gracias, yo no tomo”. Sin embargo, podremos ejercitar algunas estrategias para enfrentar esta presión.

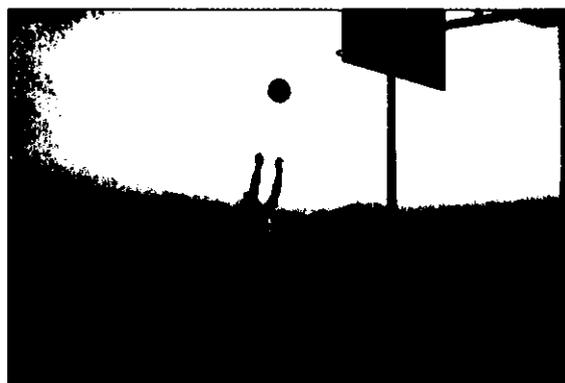
En primer lugar, podemos identificar cuando alguien nos está presionando para hacer algo que no queremos. Las formas en las que nos presionan se expresan de manera diferente, con miradas, tonos de voz o mensajes que llegan a herirnos. Algunas de las frases que se utilizan como presión son las siguientes: “pareces niño(a)”, “nos vamos a divertir mucho, te lo aseguro”, “no seas cobarde”, “es algo que todos hacen, no sé por qué no quieres”.

Darnos cuenta de que nos están presionando es el primer paso para tomar una decisión propia y no dejarnos llevar por lo que los demás quieren que hagamos.

No dejarnos presionar es algo difícil de lograr, aunque no imposible. Es importante identificar qué hace que nos sintamos presionados a hacer algo que no queremos. Por ejemplo, la presión nos fuerza a no dejar de pertenecer a un grupo en el cual nos sentimos importantes.

El que los miembros de un grupo compartan normas, valores, actitudes y comportamientos, es decir, que exista una identificación no, significa que yo siempre vaya a estar de acuerdo con lo que todos los miembros del grupo hacen. Cuando empezamos a sentir que nuestros valores, actitudes y comportamientos comienzan a ser un problema es tiempo de cambiar de grupo. En ese proceso de darnos cuenta de que empezamos a ser diferentes al grupo, tenemos que aprender estrategias para decir “No” a las cosas que no queremos.

Es más fácil hacer lo que queremos cuando hemos anticipado las situaciones nuevas las cuales nos podemos enfrentar, por ejemplo, en relación al uso del alcohol.



Con los miembros de un grupo compartimos normas, valores, actitudes y comportamientos.

YO QUIERO, YO PUEDO



Cómo enfrento situaciones de presión a usar alcohol

Escribe en tu cuaderno qué harías tú en cada una de las siguientes situaciones:

1. Javier está en una fiesta y sus amigos se están burlando de él porque no quiere tomar. Le están diciendo: “No pareces hombre”, “¿no quieres tomar porque tu mamá te regañaría?”
2. María Luisa se fue de pinta con sus amigas a la casa de otra amiga, porque su papá y mamá no iban a estar en la casa. Se quieren divertir haciendo cosas que no han hecho antes, por lo que deciden abrir una botella de ron y tomársela. Empiezan a competir a ver quién toma más copas en menos tiempo. María Luisa probó la primera copa y no le gustó, por lo que ya no quiere seguir tomando. No sabe cómo decirlo a sus amigas porque tiene miedo de que se vayan a burlar de ella o dejen de hablarle.

Hay contextos en donde es más factible que se dé la presión hacia el consumo de alcohol. Estar alerta y preparado nos ayudará a defendernos. Las fiestas y las reuniones entre amigos son los lugares en donde esto se facilita. Generalmente, la presión se da por parte de amigos cercanos o personas importantes para nosotros.

Cuando nos sentimos presionados podemos llevar a cabo estrategias como: las que aprendemos en la lección “tomo conciencia de la presión social”. Asimismo, podemos decir que preferimos hacer otra cosa por ejemplo: “No gracias. Estoy muy divertida bailando”, “no gracias, ya me voy, necesito descansar”.



Debemos estar atentos a las bebidas que nos sirven, sobre todo en lugares públicos.

Otra estrategia importante para proteger tu salud es que sepas qué es lo que vas a tomar, ya que en ocasiones alguien nos puede ofrecer una bebida ya preparada, que no sabemos cómo fue elaborada. La bebida podría estar preparada con una sustancia que afecta nuestro estado de conciencia de una manera inmediata.

SE ME OCURRE...

Ayudo a otros jóvenes a enfrentar el reto

En grupos de cuatro construyan un mensaje dirigido a jóvenes sobre cómo enfrentar la presión de ingerir alcohol. Puedes utilizar recortes de revistas o dibujos para elaborar este mensaje.

Explica por qué decidieron hacer este mensaje

¿Cuáles son los valores y conceptos que decidieron utilizar?

¿En dónde harían la promoción de este mensaje?

PARA LA CASA

La promoción de alcohol en mi localidad

En el camino de la escuela a tu casa, ve anotando el número de anuncios espectaculares que veas en la calle que promuevan el uso de alguna bebida alcohólica.

Anota el número de espectaculares que viste.

¿Qué tipo de bebidas se están promocionando?

¿A qué tipo de población van dirigidos los mensajes?

¿Cuáles son los valores que se relacionan con el consumo de alcohol?

¿Consideras atractivos los mensajes? ¿Por qué?

¿De qué manera el hecho de que sean atractivos influye en que se consuma alcohol?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

EN ESTA LECCIÓN APRENDIMOS...

- Los tipos de intoxicación más frecuentes de hombres y mujeres.
- Hay mucha presión social a usar el alcohol y muchas formas de controlarla.
- Hay una estrecha relación entre la presencia de mensajes publicitarios y el uso del alcohol.
- La importancia de anticipar situaciones.

CONCEPTOS:

- Unidad de alcohol
- Intoxicación aguda
- Embriaguez
- Anticipar situaciones

HABILIDADES QUE DESARROLLAMOS...

- Como enfrentar la presión social para beber.

PASO FLEONO

¿A quiénes afecta el abuso del alcohol, además de los que abusan de él? ¿De qué manera(s)?

¿Qué dificultades hay para enfrentar las presiones que hay para usar y abusar del alcohol?

¿Qué harías ante una situación de presión a usar o abusar de alcohol?

Haciendo conciencia para fijar límites personales



Frecuentemente, nuestras amistades son las primeras personas que nos invitan a consumir sustancias como alcohol o tabaco. Algunas veces nos da pena o miedo negarnos, porque no queremos sentirnos excluidos o anticuados. Aún cuando ya hemos hablado de diferentes alternativas para prevenir las adicciones, es importante reflexionar sobre los siguientes puntos:

1. Con nuestras amistades compartimos los mismos gustos e inquietudes, pero también podemos expresar libremente lo que pensamos. El respeto a las ideas, valores y diferencias debe prevalecer en las relaciones de amistad.
2. Expresar nuestros pensamientos con libertad y escuchar con respeto las ideas de las otras personas es una acción que ayuda a construir una relación interpersonal profunda.
3. Si un amigo o una amiga nos invita a fumar o a beber podemos decirle que no queremos, que no nos gusta y que nos sentimos bien sin hacerlo. Si insisten podemos decirles clara y abiertamente que no necesitamos fumar o beber para sentir que tenemos el control de nuestra vida.



Tenemos el derecho a decir NO a una invitación a fumar.

SE ME OCURRE...



Buscando caminos

Entre todo el grupo, elijan cuatro personas para que hagan una representación. Las personas elegidas tendrán cinco minutos para ponerse de acuerdo en los papeles que actuará cada quien, según la situación que se enuncia a continuación:

Tres adolescentes (hombres y mujeres) que están en una fiesta invitan a otra persona a fumar o a beber. Esta última no desea hacerlo. Las tres personas intentarán convencerla de distintas formas. El o la adolescente buscará maneras para rechazar la invitación.

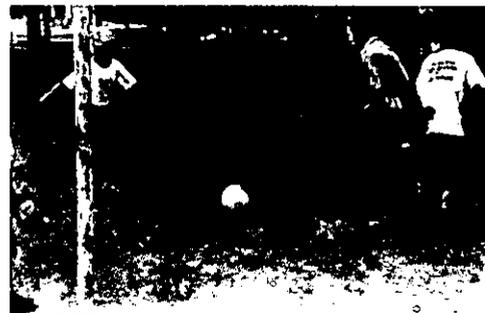
Al terminar la presentación las personas que participaron expresarán cómo se sintieron. Entre todo el grupo hagan una conclusión sobre los medios para tratar de convencer al cuarto amigo y las relaciones que observaron en éste. Por su parte, la persona que fue presionada expresará al grupo cuáles fueron sus sensaciones y la forma en que resolvió la situación.

Un voluntario anotará en el pizarrón las observaciones y opiniones de los integrantes del grupo, respecto a los siguientes puntos:

- a) Tipos de presión que pueden ejercer nuestros amigos y amigas para que fumemos o bebamos.
- b) Las reacciones y respuestas más comunes en los adolescentes cuando las amistades nos invitan a fumar o a beber.
- c) Alternativas para enfrentar eficazmente las presiones de nuestras amistades cuando nos inviten a fumar o a beber.

A continuación te presentamos algunas estrategias que ayudan a prevenir los riesgos de una adicción. Cada una de ellas es una forma de ponerse límites, de autocontrolarse. Hay muchas otras formas, cada quien diseña las suyas.

-Respecto al tabaco, una manera de convivir con personas fumadoras cercanas a ti es que llegues a un acuerdo con ellas, estableciendo horarios y lugares de la casa en donde está permitido fumar.



El ejercicio te ayuda a mantenerte lejos del tabaco.

-Las personas jóvenes aprendemos a desarrollar ciertas actividades que nos permiten mantener nuestra salud. Podemos hacer cosas que disminuyan el estrés o la tensión, como el ejercicio o hablar de nuestros sentimientos con una persona de confianza, en lugar de recurrir al uso de tabaco o alcohol para obtener tranquilidad.

-Aprendemos a tener control sobre nosotros mismos, aunque a veces pensemos que nuestros problemas no tienen solución.

REFLEXIONO

Establezco límites



De acuerdo con lo que hemos aprendido sobre adicciones y su prevención, reflexiona durante algunos minutos acerca de los límites que te quieres poner a ti mismo para prevenir alguna adicción. ¿De qué manera lo vas a hacer? ¿Cuándo empiezas?

Aclaremos algunas dudas sobre las adicciones:

¿Quién puede convertirse en adicto o adicta?

Cualquier persona que pierde el control sobre alguna actividad. Por ejemplo, las cantidades que come, las horas que trabaja, su consumo de una sustancia adictiva (alcohol, nicotina, etcétera,) sin importar edad, sexo, nivel socioeconómico, ni religión.

¿Cuáles son los factores de riesgo para convertirse en adicto o adicta?

No saber anticipar situaciones que nos conduzcan a una adicción.

Que algún pariente de hasta tres generaciones atrás haya tenido un problema de adicción.

Que nuestras amistades fumen, beban o tengan alguna adicción.

Que usemos sustancias adictivas por creer que así superaremos

sentimientos desagradables.

¿Cuánto tiempo se necesita para que una persona se vuelva adicta?

Depende de la droga utilizada. Algunas sustancias causan adicción desde la primera vez que se ingieren. La nicotina es una de las sustancias que causan adicción más rápidamente.

¿Ser adicto o adicta significa usar una sustancia diariamente?

No necesariamente. Hay personas que dejan pasar largos períodos de tiempo (meses) entre una y otra ingestión de la sustancia. Si el consumo lleva al usuario a tener problemas interpersonales, laborales o sociales, seguramente esa persona ya es adicta.

¿Qué pasa con una persona que tiene adicción?

Una persona adicta puede dejar de serlo aprendiendo a estar a gusto y contenta sin la sustancia adictiva. El tratamiento de una persona adicta tiene tres fases:

1. Suspender el uso de la sustancia.
2. Conocer y aceptar la forma en que la sustancia afecta la propia vida.
3. Aprender a evitar el uso de la sustancia.

Una persona adicta necesita apoyo para superar la adicción, pero no se puede ayudar a quien no lo desea.

Un concepto que nos ayuda a entender el abuso a las drogas es el síndrome de abstinencia, que hace referencia al conjunto de síntomas físicos que se presentan cuando ya se ha desarrollado la dependencia física y se suspende bruscamente el consumo de la droga. Las características de la abstinencia varían según las diferentes drogas y según los hábitos de consumo.



Una persona adicta puede dejar de serlo aprendiendo a estar a gusto consigo misma.

¿A qué te suena?

Explica en tus propias palabras el concepto de síndrome de abstinencia. Escríbelo en tu cuaderno.

SE ME OCURRE...



Cambiándole el sentido a un mensaje publicitario

Elige cualquier mensaje publicitario relacionado con consumo de alcohol, tabaco, o automedicación y, utilizando la misma estructura (tonada, verso, imagen, etcétera), modifícale el sentido para dar un mensaje en contra del consumo.

Independientemente de las razones por las cuales los jóvenes acceden a las drogas, es importante señalar que las consecuencias psicológicas, familiares y el deterioro físico es un problema que se expresa después de algún tiempo.

Consecuencias personales: Las consecuencias personales de la dependencia son, en un primer nivel, las relacionadas con la incapacidad para controlar la propia vida y para enfrentar adecuadamente las dificultades del medio ambiente, y en un segundo nivel, los riesgos que conlleva la adicción en la salud para el caso de cualquier tipo de droga.

La adicción hacia cualquier tipo de droga (excepto al tabaco) suele colocar a las personas en riesgos adicionales, como es el caso de accidentes automovilísticos, pleitos, agresiones verbales y físicas dentro y fuera de la familia. En general el consumo de drogas se asocia con el riesgo de involucrarse más fácilmente en situaciones problemáticas, al no tener plena conciencia debido a los efectos producidos por la droga.

Consecuencias familiares: Con respecto a las consecuencias familiares, es común que se presenten conflictos constantes que la convivencia, en particular con la persona que consume drogas dentro de la familia. Generalmente, estas personas son rechazadas por la familia, la cual aísla y enfrenta a momentos de mayor estrés sin que se solucione el problema.

Estas familias creen que la solución a sus problemas depende de que el miembro adicto se cure depositan en él o ella toda la responsabilidad. Esto, en lugar de ayudar a la recuperación del hijo que tiene problemas, aumenta la tensión familiar y disminuye la autoestima y la autoconfianza de la persona adicta.

Consecuencias sociales: En el nivel comunitario, el uso de drogas ocasiona problemas de inseguridad social, accidentes automovilísticos, riñas callejeras y un alto costo social o por la atención y rehabilitación de los adictos.

Otra consecuencia social del consumo de drogas tiene que ver con los graves trastornos mentales que genera el abuso, lo cual ha provocado un aumento en los ingresos a hospitales psiquiátricos de personas con dependencia de las drogas. Este hecho representa un problema social por el alto costo de la atención a las personas adictas, sobre todo si consideramos que se trata en su mayoría de jóvenes, que por sus niveles de adicción se encuentran incapacitados para continuar sus estudios o trabajar.



El consumo de drogas tiene efectos negativos en los adictos y en sus familiares.

¿SABÍAS que...?

El uso de drogas se asocia con mayor vulnerabilidad para adquirir enfermedades de transmisión sexual, al dejar de utilizar protección durante las relaciones sexuales.

SE ME OCURRE...



Consecuencias del uso de drogas

Divídanse en diez grupos y hagan una representación de cada una de las consecuencias de experimentar una droga. Si quieren pueden hacerlo actuando y disfrazándose de estatuas.



Consecuencias laborales del uso de drogas

Formen equipos de tres o cuatro personas. Reflexionen sobre las posibles consecuencias que tendría el hecho de que las siguientes personas se encontraran bajo los efectos de alguna droga mientras están desempeñando su trabajo. Escríbanlas en su cuaderno.

- ◇ Albañil
- ◇ Dentista
- ◇ Policía
- ◇ Chofer
- ◇ Maestra
- ◇ Cirujana

PARA LA CASA

Problemas de consumo de drogas en mi localidad

Investiga cuáles son los problemas de consumo de droga en tu comunidad y sus consecuencias. Puedes visitar la delegación, el centro de salud, la presidencia municipal, los bomberos, la policía, etcétera.

Reporta qué encontraste y qué soluciones puede haber a estos problemas.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

EN ESTA LECCIÓN APRENDIMOS...

La importancia de poner límites personales y formas de hacerlo.

- Razones para consumir drogas.
- Consecuencias del consumo de drogas.
- Algunos de los riesgos adicionales de consumir drogas.

CONCEPTOS:

- Límites personales
- Síndrome de abstinencia

PASO FLEONO

- ¿Cuál es la importancia de fijar límites personales? Da ejemplos de algunos que tú usas para ti.
- ¿Cuáles son las consecuencias de las adicciones? Ejemplifica cada una.
- ¿Qué otros riesgos, además de los inherentes al consumo mismo, puede tener el uso y abuso de drogas?

Juventud y proyectos

TEMA V

1

DESARROLLO DE PERSPECTIVAS INDIVIDUALES Y REALIZACIÓN PERSONAL

2

POTENCIAL HUMANO Y DIFERENTES CAMPOS DEL DESARROLLO

3

IDENTIFICACIÓN DE GUSTOS, ASPIRACIONES Y PROYECTOS EN LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA

- **DESARROLLO DE PERSPECTIVAS INDIVIDUALES Y REALIZACIÓN PERSONAL**



Ciclo de vida y proyecto de vida

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta, durante la cual buscamos nuestra propia identidad. Durante esta época comenzamos a tomar decisiones que serán determinantes para nuestro futuro. Para que las decisiones que tomemos sean las correctas, necesitamos primero plantearnos metas a corto y largo plazo. Esto nos permitirá planear, organizar y controlar nuestras actividades. De este modo, si las decisiones están bien pensadas y planeadas, nos permitirán escoger lo que es mejor para cada uno de nosotros y llevarlo a cabo exitosamente.



Los derechos y las obligaciones han cambiado a lo largo de la historia.

COMPARO



Antes y después

Cuando el promedio de vida era más corto y la gente se moría más joven, ¿cómo crees que era la adolescencia y juventud, y qué obligaciones y derechos había diferentes a los que tú tienes? Escribe la respuesta en tu cuaderno. Hazlo en forma de un cuadro comparativo: antes-después.



En la adolescencia experimentamos nuevas emociones.

¿SABÍAS que...?

Los jóvenes representan el 29.4% de la población total del país. De éstos, el 48.3% son hombres y el 51.7% mujeres XI Censo General de Población y Vivienda, INEGI, 1990.

Glosario

Drástico:
Rápido, enérgico, severo.



No soy de aquí, ni de allá

Recuerda alguna situación reciente en la que sentiste que no pertenecías al grupo de las personas adultas, y otra en la que sentiste que no pertenecías al grupo de niños y niñas. Reflexiona sobre la manera en la que esto te ayuda a entender qué significa ser adolescente.

En la adolescencia muchas veces cambia la idea que tenemos de las personas adultas. Antes las veíamos perfectas y las admirábamos, y de pronto nos sorprende la variedad de sentimientos encontrados que tenemos hacia ellas: gusto y desagrado, aceptación y rechazo, todo al mismo tiempo. La adolescencia es una etapa de mucha inseguridad y dudas, en la que experimentamos nuevas emociones. Es común que en ocasiones nos sintamos con temores y sin saber qué hacer.

En esta etapa también se da la búsqueda y cuestionamiento de valores y por eso es frecuente que se presenten conflictos entre los valores propios y los de nuestros padres, amigos y maestros.

Para los padres y las madres, nuestra adolescencia representa un cambio muy drástico. No les resulta fácil aceptar que ya no respondemos de igual manera a sus consejos, que necesitamos adaptar las anteriores reglas o que ponemos en duda sus opiniones. Posiblemente dudan de nuestra capacidad para cuidarnos solos y se sienten llenos de temores de que no tomemos lo que ellos y ellas consideran una buena decisión.

Durante este período reorganizamos y volvemos a definir nuestras relaciones. Encontramos nuevos amigos y amigas con quienes establecemos lazos diferentes a los que estamos acostumbrados y nos relacionamos de manera diferente con nuestra familia.



Por aquí, por allá...

Algunas cosas que me gustan y que no me gustan de los adultos

- ◊ Escribe en tu cuaderno cinco características que te gusten de personas adultas hombres y mujeres con las que convives.
- ◊ Escribe en tu cuaderno cinco características que no te gustan de personas adultas con las que convives.
- ◊ Formen equipos de ocho a diez personas y discutan lo que escribieron. ¿Existen características en común? ¿A qué creen que se deba?

Una de las características de la adolescencia es la búsqueda de nuestra identidad, por ello no es raro que surjan preguntas como: ¿quién soy?, ¿a qué me voy a dedicar?, ¿en dónde voy a estudiar? En otras palabras, empezamos a reflexionar más sobre nosotros mismos y nuestro papel en la sociedad.

Se trata entonces de una etapa en la que se ponen en juego inquietudes y cuestionamientos que más tarde nos ayudarán a definir más claramente nuestros gustos, deseos y tendencias.

En esta etapa es importante la presencia del juicio crítico, es decir, la capacidad crítica que nos permitirá analizarnos mejor a nosotros mismos y al mundo que nos

rodea, y desarrollar una identidad más autónoma y una fundamentación más sólida de nuestros valores y pensamientos.

Reconocer cómo nos sentimos al compartir nuestras experiencias con las personas con quienes convivimos, nos ayudará a aclarar nuestros pensamientos y a conocernos mejor.



En la adolescencia empezamos a dejar la niñez y buscar nuestra identidad.

REFLEXIONO



Un buzón de inquietudes

Escribe alguna situación reciente que quieras compartir, en la que te hayas sentido distraído o distraída, inseguro o insegura, torpe o incómodo o incómoda y deposítalo en el buzón de inquietudes (una caja o bolsa de papel en el centro del salón). Cuando todos hayan depositado su papel elige al azar un papelito de la caja, léelo y piensa en algunas ideas de cómo puede solucionarse esa situación. De manera voluntaria, compartan en el grupo el problema que leyeron y las soluciones que proponen.

PARA LA CASA



Anota en tu cuaderno las respuestas a las preguntas siguientes. Reflexiona sobre las respuestas.

- ◊ ¿Cómo me describían cuando yo era niña o niño?
- ◊ ¿Cómo me describen ahora las personas con las que convivo?
- ◊ ¿Cómo me describo yo?
- ◊ ¿Qué aspectos he cambiado?
- ◊ ¿Qué aspectos conservo?
- ◊ ¿Qué persona o personas han influido en mi vida y de qué forma?
- ◊ ¿Qué acontecimientos importantes han ocurrido en mi vida. En qué han influido esos acontecimientos en cómo soy ahora?
- ◊ ¿Cómo me gustaría ser?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La adolescencia es una etapa de transición. En ella se dan muchos cambios a los que, tanto jóvenes como adultos, vamos aprendiendo a adaptarnos. No siempre es fácil.
- A través de la capacidad crítica podemos ir conociéndonos mejor

Concepto:

- Juicio crítico

POTENCIAL HUMANO Y DIFERENTES CAMPOS DE DESARROLLO



Podemos aprender

Todos los seres humanos tenemos potencialidades, es decir, la capacidad de poder desarrollar habilidades, gustos, intereses y preferencias a partir de optimizar nuestros recursos personales y los externos. En la adolescencia y en la juventud generalmente iniciamos la búsqueda de nuestras potencialidades, ya que es en esta etapa cuando tenemos que elegir a qué nos vamos a dedicar en el futuro. Podemos elegir lo que queremos a partir de lo que más nos gusta, pero también a partir de lo que creemos que se nos facilita más hacer.

Existen dos condiciones fundamentales para el desarrollo de nuestras potencialidades; una de ellas puede responderse con la pregunta: ¿cuáles son nuestros talentos?, es decir para qué tenemos habilidades, y la otra es: ¿cuáles son nuestros intereses?, es decir, qué nos gustaría aprender, aún cuando sabemos que nos va a costar trabajo. Ambas alternativas son válidas; podemos invertir nuestro tiempo y esfuerzos en optimizar una habilidad que ya tenemos y que hemos detectado desde la infancia o podemos decidir aprender algo para lo que no tenemos mucho "talento". En cada caso el esfuerzo puede ser distinto, pero **la constancia y la motivación que tengamos para llegar a nuestra meta es una pieza clave para lograrlo.**

REFLEXIONO

Mis talentos y mis deseos

Copia la siguiente lista, en tu cuaderno. Pon el número 1 en el que consideres tu principal talento y así sucesivamente hasta el 10, en el que consideres que no es un talento tuyo. En la otra columna, pon el número 1 en el tipo de actividades que te gustaría aprender y así sucesivamente hasta el 10 en el que no te interesa.

Area	Talentos	Ganas de aprender
Música		
Literatura		
Matemáticas		
Biología		
Dibujo y Actividades manuales		
Historia y Ciencias Sociales		
Computación		
Mecánica		
Física y Química		
Deportes		

Uno de los aspectos que contribuyen a que desarrollemos nuestros talentos de la mejor manera o que aprendamos cualquier actividad que nos interese es la creatividad. Hombres y mujeres tenemos un potencial creativo que aunque está determinado genéticamente también podremos llegar a desarrollar. Nuestra capacidad creativa nos ayuda a buscar alternativas, a vencer obstáculos y a crear y aprovechar situaciones que contribuyen a lograr nuestras metas. Además, de esta manera se favorece nuestra autoestima, ya que sentiremos mayor satisfacción con lo que estamos haciendo. Muchas veces no nos detenemos a pensar en que podemos ver las cosas de diferente manera y experimentar sentimientos o tener ideas que no imaginábamos. El siguiente ejercicio es un ejemplo de cómo una imagen o situación novedosa nos puede llevar a conocer más de nosotros mismos.

¿A qué te suena?

El Guernica. Pablo Picasso



Este cuadro es de Picasso y se titula "El Guernica".

- ¿Qué crees que tengan que ver las figuras con el nombre del cuadro?
- ¿Qué sientes cuando ves el cuadro?
- ¿Qué te recuerdan las formas?

La creatividad es un aspecto que podemos poner en práctica en casi cualquier ocupación que vayamos a elegir y se caracteriza por tener una condición dinámica, activa, y en constante construcción. **Ser personas creativas también representa una actitud, o sea, tener ganas de buscar soluciones, de crear y desarrollar proyectos.** Es una forma de pensar, de resolver los problemas, de jugar, de innovar y de deslumbrarse por lo nunca visto en las cosas diarias de la vida. Esto puede dar sentido a las cosas que estamos haciendo y motivarnos para buscar nuevas alternativas de desarrollo.

Cualquiera que sea la ocupación que desempeñemos, haremos uso de una combinación de nuestras habilidades y sensibilidades; ya sea que elijamos una actividad científica o una técnica, estarán matizadas por todo lo que nos constituye como personas.

“Hacer investigación científica dentro del terreno de la matemática es comparable, por un lado, al trabajo de un artesano en cuanto a la minuciosidad con la que hay que cuidar los detalles finos y, por otro, al de un poeta al escribir poesía o un músico al componer una sinfonía, en cuanto a creatividad”.

Sánchez Valenzuela, Adolfo, *“La Matemática es un oficio que todos podemos aprender”*, Revista de la Universidad Nacional Autónoma de México, Número 578-579, Marzo-Abril, p.71.

Diferentes campos de desarrollo

Además de conocernos a nosotros mismos y decidir qué es lo que más deseamos aprender a desarrollar, necesitamos saber cuáles son los campos de desarrollo que tenemos. En nuestro país, existe un sinnúmero de actividades y ocupaciones, y a medida que vamos avanzando en nuestros estudios vamos conociendo nuevas materias y nos vamos dando cuenta de que existen diversos campos de desarrollo.

Conforme los vamos explorando, sabremos si corresponden a actividades que nos interesaría hacer en el futuro. Probablemente, a estas alturas de la adolescencia aún nos es difícil saber cuál es la actividad a la que nos quisiéramos dedicar en nuestra vida adulta, pero podemos reflexionar acerca de algunas de nuestras preferencias y poco a poco vamos a saber qué tipo de ocupación es la que deseamos desempeñar y qué tipo de preparación necesitamos para desempeñarla con éxito.

Por el momento, podríamos elegir lo que nos gusta a partir de identificar las condiciones en las que nos gustaría trabajar. Por ejemplo podríamos tener interés por realizar:

Actividades al aire libre

Algunos prefieren actividades relacionadas con la agricultura, o con la construcción de caminos y carreteras; o tal vez les gusta estar en la calle entrevistando a personas o vendiendo cosas, o manejar algún transporte, etcétera.

Trabajar en espacios cerrados

A otras personas les gusta llegar a un lugar y permanecer allí hasta que concluyen su trabajo, sin tener que salir a la calle. Por ejemplo, secretarías y secretarios, dentistas, administradoras y administradores, despachadoras y despachadores de una tienda, etcétera.

Trabajar individualmente

Aunque todas las personas necesitamos de otras para realizar nuestro trabajo, hay quienes prefieren realizarlo solas la mayoría del tiempo. Ejemplos de personas que trabajan individualmente son las que se dedican a las artesanías, a la pintura, a la poesía, a las matemáticas, a determinadas áreas de la música, etcétera.

Trabajar en grupo

A otras personas les agrada trabajar en conjunto, es decir, en coordinación o interrelación con otros como a los integrantes de equipos deportivos, a quienes se dedican a trabajar en el campo, en la docencia, en trabajos de construcción, etcétera.



Algunas personas prefieren las actividades al aire libre.



Otras prefieren los espacios cerrados para desarrollarse.



Hay a quien le gusta trabajar individualmente.



En otras actividades, el trabajo es en equipo.



Existen carreras donde la opción es el campo científico.



Cuanto más opciones conozcamos mejor podemos elegir.

Actividades variadas

Hay quienes para sentirse bien necesitan de una actividad variada donde, por ejemplo, tengan que hacer actividades al aire libre pero también regresar a trabajar a su oficina; o tratar con muchas personas y en otros momentos trabajar a solas, o realizar actividades manuales, musicales y también leer y documentarse para preparar material. Un ejemplo son las educadoras y educadores de jardín de niños, las personas que trabajan en los medios de comunicación, en el cine, en el teatro y en áreas como la antropología y la psicología, más algunas áreas de la medicina que requieren de trabajo teórico y de habilidades manuales, como la cirugía.

Actividades poco variadas

Para algunas personas es molesto cambiar mucho de actividades y prefieren realizar siempre algo semejante, en el mismo lugar. Por ejemplo, obreras y obreros en una fábrica, contadoras y contadores que trabajan en una oficina, laboratoristas que todo el tiempo analizan muestras a través del microscopio, etcétera.

Tareas de tipo científico o teórico

Las personas que tienen interés en este campo casi siempre estudian carreras largas. Les interesan los aspectos científicos y tienen un gran interés por la lectura. Por ejemplo, quienes se dedican a la física a la filosofía, a la historia o a la investigación y áreas como la biología, la medicina o la astronomía.

Tareas de tipo manual

Aunque la mayoría de las actividades requieren de algún tipo de actividad manual, aún cuando se acompañen de aspectos teóricos —como la cirugía, la ingeniería, la arquitectura, etcétera—, existen múltiples tareas donde lo fundamental es tener habilidad manual. Entre éstas se puede hablar de las relacionadas con la confección de ropa y de muebles; las actividades de mantenimiento a casas, como plomería y carpintería o las artísticas, como pintura y escultura.

En la medida en que profundicemos en las opciones que tenemos, podremos elegir de manera más precisa aquello que nos gusta y desarrollar nuestras potencialidades.

Otras características que son necesarias para llevar a cabo diferentes tipos de actividades se relacionan con habilidades que aprendemos durante nuestra formación. Algunas de ellas son:

Tomar decisiones de manera responsable, comunicarse claramente, expresar sentimientos, ser puntual, ser organizado, saber planear, tener un pensamiento crítico, leer con rapidez y precisión, saber redactar, tener buena ortografía, tener facilidad para relacionarse con otras personas, saber investigar en documentos, adaptarse a situaciones nuevas, saber desplazarse en una ciudad, saber leer mapas, hablar diferentes idiomas, etcétera.

YO QUIERO YO PUEDO



Lo que más me gusta es...

Elige una de las actividades que se han mencionado y dibújate realizándola dentro de 10 años.

SE ME OCURRE...



Las posibilidades son limitadas. Se solicita...

Elijan diez trabajos y hagan una lista de las habilidades, intereses, condiciones y características personales que se requieren para realizarlas. Pueden elegir de las que se han mencionado o de otras que ustedes conozcan. Redáctenlo en forma de anuncio de periódico, solicitando a una persona para cubrir el puesto.

¿Has pensado en qué quieres trabajar cuando seas grande? Casi todos pensamos en profesiones conocidas, pero existen muchos tipos de actividades de las que seguramente no has oído hablar jamás.

Por ejemplo: el biólogo Robert Drummond se dedica a contar el número de veces que tosen unos peces mientras nadan en diferentes muestras de agua. La tos indica que el líquido está contaminado. Los peces deben mantener sus branquias abiertas ya que si les entra basura o veneno, no pueden respirar. Al tratar de deshacerse de las sustancias extrañas, agitan el agua y Drummond mide este movimiento con la ayuda de instrumentos especiales. Los peces empiezan a toser y a respirar con mayor rapidez si su entorno tiene una mínima cantidad de químicos dañinos, por lo que Drummond se da cuenta de que algo anda mal en el agua cuando aumenta el número de veces que los peces tosen.

Charles Gunn es detective. Estudia pistas y resuelve misterios usando semillas. El Dr. Gunn identifica semillas misteriosas comparándolas con otras de una colección enorme (tiene unas 90,000 diferentes, de todas partes del mundo). Las conoce casi todas y puede decir el nombre de muchas con sólo con mirarlas. Los arqueólogos le piden que identifique semillas que encuentran en excavaciones de ciudades antiguas; la policía lo busca para saber si algunas semillas encontradas en la ropa de los sospechosos son iguales a las que se hallaron en la escena del crimen. Su trabajo policiaco ha ayudado a salvar vidas: una vez descubrió que ciertas semillas de color rojo y negro que se usaban para hacer collares ¡eran venenosas! También salvó la vida de un niño al identificar unas semillas venenosas que éste había tragado. La información ayudó a los médicos a elegir el tratamiento adecuado.

PARA LA CASA

¿Cómo me gusta trabajar?

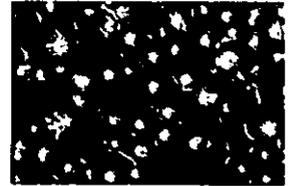
Tomando en cuenta cada una de las áreas de interés que te mencionamos en el texto, analiza cuáles son las condiciones en que te gustaría trabajar. Escríbelas y coméntalas con algunos adultos de tu confianza. Pídeles su opinión sobre lo que otras personas creen que son tus talentos e intereses y pregúntales por qué. Escúchalos con atención y analiza en que medida coinciden con lo que tú piensas. ¿Aprendiste algo nuevo sobre ti?

○ IDENTIFICACIÓN DE GUSTOS, ASPIRACIONES Y PROYECTOS EN LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA

¿Qué es un proyecto de vida?

Aunque desde la infancia comenzamos a tomar decisiones, es generalmente durante la adolescencia cuando lo que elegimos es determinante para nuestro futuro. Muchas veces estas decisiones se relacionan con nuestra salud, como en el caso del tabaquismo, la drogadicción o las enfermedades de transmisión sexual; otras veces pueden acarrear grandes responsabilidades, como un embarazo. Algunas más se relacionan con nuestro proyecto de vida, porque se refieren a nuestros estudios o a nuestras actividades para los próximos años.

Los proyectos de vida los empezamos a construir desde el momento en que hacemos preguntas como ¿quién soy?, ¿cómo quiero ser?, ¿cómo voy a lograrlo?, ¿quiero



Hay personas que se dedican a descubrir los misterios de la naturaleza.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Todas las personas tenemos diferentes tipos de habilidades y de intereses.
- Podemos mejorar las habilidades que tenemos y desarrollar otras nuevas para lograr nuestras metas.
- Existe una amplia variedad de ocupaciones y muchas combinaciones de habilidades y características requeridas para realizarlas.
- A medida que avancemos en nuestra preparación académica conoceremos más campos de trabajo.

Conceptos:

- Talento
- Intereses

Habilidades que desarrollamos...

- Autoconocimiento respecto a nuestras características e intereses, relacionados con la ocupación que deseamos desempeñar en el futuro.





El éxito de nuestro proyecto de vida depende en parte del esfuerzo que hagamos para lograrlo.



casarme?, ¿quiero ser abogado o abogada?, ¿quiero trabajar en una oficina?, ¿cómo quiero que sea mi casa?

A veces pensamos que no vale la pena planear las actividades, que es mejor que las cosas “vayan saliendo solitas”, que es más divertido dejarnos llevar por las circunstancias que se nos presenten, y que es mejor vivir el presente sin preocuparnos por lo demás. Quienes viven de esta manera no controlan lo que les sucede, no saben bien qué quieren y andan sin rumbo fijo durante gran parte de su vida. Conforme el tiempo pasa se convierten en personas insatisfechas que cambian de opinión cada día sobre lo que quieren para su futuro. Es decir, no saben lo que quieren, ni cómo lograrlo.

Para lograr lo que queremos necesitamos planear, esto es, saber lo que tenemos que hacer, los pasos que tenemos que dar en un determinado tiempo, para llegar a la meta que queremos. Cuando planeamos y sabemos hacia dónde vamos nos es más fácil escoger lo que es mejor para cada uno de nosotros y hacerlo. Por supuesto, los planes van cambiando conforme el tiempo pasa y nuevas oportunidades aparecen, o a veces surgirán problemas y contratiempos, pero si tenemos un plan general de lo que deseamos, tendremos una **guía** de acción que nos ayuda a saber hacia dónde nos dirigimos.

Tener un proyecto de vida es importante porque:

Nos permite **dirigir nuestra vida**, tomando en cuenta lo que necesitamos y lo que nos interesa.

Le da sentido a nuestra vida.

Nos da la oportunidad de evaluar si estamos dirigiéndonos hacia donde queremos. Si sabemos qué es lo que queremos, podemos saber si vamos por buen camino, y cuánto nos falta para lograr lo que nos propusimos. Podremos lograr lo que nos hemos propuesto y esto nos dará satisfacción a nosotros mismos.

Lee con atención:

Nuestro proyecto de vida dependerá de las posibilidades que el medio externo, familiar y social nos ofrezca y el esfuerzo que nosotros hagamos para que este proyecto tenga éxito. Para que el proyecto sea exitoso debemos investigar las opciones que tenemos, tanto en el plano individual como en el social. Para saber cuáles a son posibles, debemos fijarnos metas concretas y programar actividades específicas consecuentes con las metas.

Para poder desarrollar nuestro proyecto de vida es importante tomar en cuenta los siguientes aspectos:

1. Pensar quiénes y de qué forma han influido en nuestra vida, así podremos incorporar no solo cuestiones nuevas en nuestra identidad sino también muchos aspectos de lo que hemos aprendido.
2. Recordar cuáles han sido los intereses que hemos tenido desde temprana edad.
3. **Recapitular** qué acontecimientos importantes nos han influido de manera decisiva y positiva en lo que ahora somos.
4. Recordar éxitos y fracasos, así como las decisiones que han sido significativas en nuestra vida.
5. Entender rasgos de nuestra personalidad y aprender a sacar el mayor provecho de ellos, por ejemplo:
 - cómo me muestro a los demás (mi aspecto físico).
 - cómo son mis relaciones sociales
 - cómo enfrento las dificultades de la vida, etc.
6. Investigar qué condiciones nos obstaculizan y cuáles facilitan nuestro desarrollo personal.
7. Analizar si es posible cambiar, cómo vamos a lograrlo y cómo vamos a afrontar este cambio.
8. Dentro de este proyecto de vida es importante soñar y ver qué realidades favorecen nuestros sueños; cómo superar los impedimentos y cómo confrontarlos.

Glosario

Guía:

Norma, orientación, línea de acción.

Recapitular:

Resumir muy brevemente una historia.



Paso a paso...

Traten de hacer un esquema de proyecto de vida teniendo en cuenta los aspectos mencionados anteriormente. Compártanlo con su compañero, o compañera para que les dé su opinión.

REFLEXIONO



Sobre un pensamiento de Amado Nervo

Reflexiona sobre el siguiente pensamiento del escritor mexicano Amado Nervo y comenta con tus compañeros las reflexiones:

“Cada persona es el arquitecto de su propio destino”

SE ME OCURRE...



Un plan de vida

Elabora en tu cuaderno un plan de vida tomando en cuenta las edades que se marcan a continuación y cuando termines coméntalo con tus compañeros.

EDAD	META	EDAD	META
15 años		35 años	
18 años		40 años	
20 años		45 años	
23 años		50 años	
25 años		60 años	
30 años		70 años	

PARA LA CASA

Conversa con algún adulto de tu confianza sobre cómo fue planeando su vida, qué tomó en cuenta. Si no hizo planes, de qué manera crees que le afectó. Pregúntale su opinión acerca de lo aprendido en clase el día de hoy.

Criterios para la evaluación de nuestros proyectos.



Durante la adolescencia empezamos a reflexionar más sobre nuestra forma de ser. Poco a poco vamos esclareciendo nuestros intereses, gustos y aspiraciones. Integrar lo que hemos aprendido de otras personas con nuestra forma de ser, con nuevas ideas y formas de relacionarnos, nos va a ayudar a conocernos más y a sentirnos mejor. De esta forma, la decisión sobre lo que queremos hacer dependerá principalmente de nosotros.

Antes de proponernos metas, necesitamos analizarlas a fondo, para que podamos llevarlas a cabo y para que sean útiles para nuestro futuro. Las metas propuestas, tanto a corto como a largo plazo, las debemos evaluar para saber si las estamos alcanzando o no, o para saber si necesitamos modificarlas.

¿SABÍAS que...?

Tener un proyecto de vida también nos sirve para:

- Fijarnos metas en la vida y cumplirlas.
- Conocer nuestras deficiencias y superarlas.



El proyecto de vida nos ayuda a planear.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La importancia de tener un proyecto de vida.
- Aspectos que se necesitan tomar en cuenta para instrumentar un proyecto de vida.

Concepto:

- Proyecto de vida

Habilidades que desarrollamos:

- Cómo hacer un proyecto de vida.

Glosario

Esclareciendo: Aclarando.

“El que persevera alcanza”.

Platica con tu grupo sobre la frase anterior y lo que creen que quiere decir. Den algunos ejemplos de cómo la pueden aplicar.



Las metas deben ser claras y realistas.

Tipos de metas

Para fijar metas que realmente sean útiles es necesario reflexionar acerca de algunos aspectos:

1. Que sean metas realistas. Combinar nuestras ideas con situaciones realistas. No nos propongamos algo que es muy difícil o imposible de alcanzar, por ejemplo, "Sacaré el primer lugar de mi clase", (aunque sé que no he estudiado y ya estamos en el último mes, nos producirá frustración y un sentimiento de fracaso).

Una meta realista sería:

"Voy a estudiar tres horas diarias para salir entre los primeros lugares."

2. Que sean metas mensurables. Es decir, que la meta tenga un criterio de evaluación que nos permita saber, con objetividad, si la alcanzamos o no.

Un ejemplo de una meta que no puede medirse es: "Voy a aprender Historia". Es una meta tan amplia que no especifica qué, ni cuánto, ni cuándo. Si queremos hacer una meta mensurable que tenga el mismo

objetivo que la anterior, sería conveniente decir, por ejemplo: "Voy a leer en mi libro de Historia todo el capítulo que se refiere a la Primera Guerra Mundial".

3. Que sean modificables. Las metas pueden cambiarse según las situaciones que se nos vayan presentando.

Por ejemplo: "Una de mis metas era ganar dinero y comprarme unos zapatos. Para ello empecé a trabajar en la tienda de mi tía. Antes de que pudiera ahorrar lo necesario, el negocio cambió de domicilio y si sigo en la tienda no llegaré a tiempo a la escuela". Es necesario modificar las metas que ya no se ajustan a nuestras necesidades. Tal vez podamos negociar las condiciones necesarias para lograrlas.

4. Las metas deben ser claras. Definir tareas específicas de lo que queremos lograr. Una meta poco clara es: "Quiero hacer algo diferente en las vacaciones". ¿Pero entonces, qué voy a hacer? Una meta más clara sería:

"Voy a hacer ejercicio tres veces a la semana durante las vacaciones"

5. Que sean controlables. Lograr las metas depende de nosotros. Cuando se necesita la cooperación de las demás personas se les puede invitar a que nos ayuden, o podemos poner una meta común. Por ejemplo: Si queremos hacer ejercicio y nuestro mejor amigo, que lo practica, nos motiva, podemos ponernos de acuerdo para hacerlo a la misma hora. Si nuestro amigo tampoco hace ejercicio, podemos invitarlo a que se lo proponga junto con nosotros y así tener una meta común. Sin embargo, el cumplimiento de la meta no debe depender de sí él lo hace o no.

Un ejemplo de una meta no controlable es: "Mi mejor amiga va a hacer ejercicio conmigo".

El cumplimiento de esta meta no depende de nuestra voluntad, pues no podemos controlar las actividades de nuestra amiga.

Una meta controlable sería: "Voy a hacer ejercicio todos los días de 6 a 7 de la tarde y voy a invitar a María para que también lo haga. Yo lo haré aunque ella decida no hacerlo."

Es importante ser perseverantes, esto es, que al decidir hacer algo luchamos por conseguirlo, sin permitir que se nos atraviesen situaciones que nos obliguen a desechar nuestra meta.

¿SABÍAS que...?

Un obstáculo no es un problema, es un reto que necesitamos resolver.

Glosario

Mensurables:

Medibles; reflexionar sobre ventajas y desventajas o inconvenientes de algo.

Utilizar el tiempo no significa que no tengamos tiempo para descansar, escuchar música o dormir. Significa organizar cada una de nuestras actividades para que hagamos las cosas con concentración y tranquilidad. De esta forma nos sentiremos bien y posteriormente tendremos tiempo para reunirnos con nuestros amigos y amigas a platicar o hacer cualquier otra cosa.

Lo mejor para organizarse es hacer un plan semanal. Probablemente éste tenga que irse modificando, por ejemplo cuando estamos en exámenes o tiempos de siembra o cosecha.

REFLEXIONO

Llegando a mi meta

Forma equipo con cuatro o cinco personas y discute qué características tienen las siguientes metas: si son idealistas, realistas, mensurables, modificables, claras y controlables. Elaboren una que cumpla con todos los requisitos necesarios.

Ejemplo:

- ◆ "Voy a sobresalir en matemáticas" (no es mensurable y es poco clara)
- ◆ "Voy a sacarme por lo menos un 8 en el próximo examen de matemáticas" (es mensurable y clara)

Haz lo mismo con las siguientes metas:

- ◆ "Cuando salga de la carrera voy a ser presidente de la República Mexicana"
- ◆ "Si el médico me ayuda... me curaré".
- ◆ "Seré la ingeniera más solicitada".
- ◆ "Voy a negociar el permiso para ir a la fiesta del viernes".
- ◆ "Trataré de terminar mi tarea antes de las 2:00 p.m.".
- ◆ "Este año no se echará a perder mi cosecha de maíz".
- ◆ "Voy a sacarme la lotería".
- ◆ "Si se puede participaré algún día en esas cosas maravillosas".
- ◆ "Trataré que mi mejor amiga se cambie a la misma escuela que yo".

YO QUIERO, YO PUEDO

Una meta entre todo el grupo

Entre todo el salón planeen cómo cumplir la meta "Ayudar a los niños de un orfanatorio". En este caso, ¿cuál sería una meta realista?, ¿cuál sería una meta no realista? Elaboren una meta que cumpla con todo lo necesario y completen los demás pasos.

Meta no realista:

Meta realista:

Pasos a seguir:

Obstáculos:

Soluciones a los obstáculos:

Actividades necesarias:

Personas que realizarán cada actividad:

¿Cómo hacer un plan cada semana?

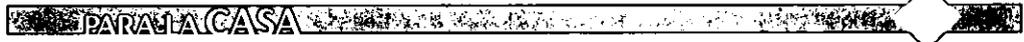
Para hacer un plan semanal podemos empezar haciendo una lista de las actividades que realizamos cada día. Probablemente nos demos cuenta, por ejemplo, de que los

lunes tenemos muchas cosas que hacer y vamos a acostarnos tarde, pero que los jueves nos sobran horas y estamos buscando qué hacer. ¿Se pueden balancear las labores?

Podemos practicar algún deporte o ir a fiestas, pertenecer a alguna asociación juvenil, a un grupo de teatro o tocar algún instrumento. También podemos disfrutar de actividades que se realizan a solas, como leer, pintar, cocinar. Pasar tiempo a solas nos ayuda a conocernos mejor y a crecer como personas.

Analicemos nuestras actividades y distribuyámoslas en diferentes días y horarios hasta encontrar el que mejor se adapta a lo que necesitamos. Toma en cuenta las actividades escolares, las obligaciones en la casa y un tiempo para diversión y descanso.

Si planeamos nuestras actividades será muy difícil que nos olvidemos de realizarlas o que tengamos que hacer dos cosas el mismo día y a la misma hora. No olvides el tiempo que necesitas para transportarte de un lugar a otro.



Mis actividades semanales

Haz un horario como este en tu cuaderno y escribe en él las actividades que realizas durante el tiempo que no asistes a la escuela. Anota las horas y las actividades.

Horas	Por la mañana	A mediodía	Por la tarde	En la noche
LUNES				
MARTES				
MIÉRCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SÁBADO				
DOMINGO				

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La importancia de plantear metas mensurables, modificables, claras y controlables.
- La forma de hacer un plan semanal.

Conceptos:

- Metas
- Plan de la semana
- Proyecto de vida.

Habilidades que desarrollamos...

- Ponernos metas realistas.
- Hacer planes semanales.

Revisa el plan que hiciste para la semana. Asegúrate que sea lo más realista posible. Cuélgalo en un lugar visible y consúltalo diariamente. Ve marcándolo cuando lo cumplas. Después de cada semana, modifícalo de manera tal que realmente lo puedas seguir.

PASO FLE ONO



¿Por qué es importante tener un proyecto de vida?

¿Cuál es mi plan o proyecto de vida?

¿Qué necesito tomar en cuenta para hacer y evaluar mi proyecto de vida?



¿Qué necesito hacer para lograr mis propósitos?



Alcanzar nuestros propósitos supone el logro de algo que hemos deseado, planeado e intentado realizar. Cada uno de nosotros tiene propósitos diferentes, por ejemplo: acabar la secundaria, sembrar su propia parcela de tierra, tener una empresa propia, viajar, conocerse bien, ganar una competencia, etcétera. En el camino para poder alcanzar nuestros propósitos, muchas veces nos ponemos obstáculos con pensamientos como: "no podré hacerlo", "nunca seré tan bonita o inteligente como...", "no me lo merezco", "podría lograrlo pero..." Todas estas frases están asociadas con el fracaso y la falta de autoconfianza. Cuando pensamos así, es difícil realizar nuestros deseos.

Lee con atención:

Hay personas que tienen temor a triunfar, otras que tienen temor a fracasar. Estas personas prefieren no intentar, dejar que los temores les ganen. Estar conscientes que existen estos temores nos puede ayudar a identificarlos en nosotros y a sobreponernos a ellos. Recuerda: el que no arriesga, no gana. Necesitamos. Tal vez nos equivoquemos, pero poco a poco lo iremos haciendo mejor. **Confiar en nosotros mismos, conocer nuestras capacidades y limitaciones y tener una visión optimista de la vida, nos convierte en personas orientadas al éxito**, logrando lo que nos proponemos a través del esfuerzo, con capacidad para resistir los fracasos, para responsabilizarnos con satisfacción de nuestros logros, y para aprender de ellos.



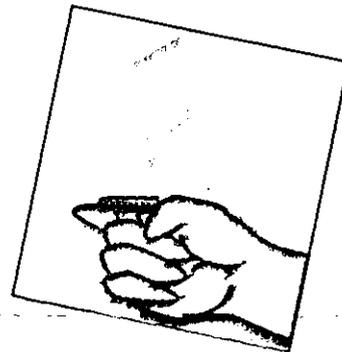
Las metas deben tener ingredientes de ilusión.

¿A qué te suena?

Escribe en tu cuaderno en tus propias palabras el párrafo anterior.

Un propósito es una meta que nos proponemos alcanzar, dentro de un determinado período de tiempo. Para **que ésta se cumpla, tenemos que enamorarnos de ella**, vencer los obstáculos que se nos presentan y perseverar hasta alcanzarla.

Aún cuando las metas deben ser realistas, también deben tener ingredientes de ilusión, de sueños, de deseos para convertirlas en los ideales a los que queremos llegar y hacer nuestro mejor esfuerzo para alcanzarlas.



Lee con atención:

En la antigüedad, las personas pensaban que la mayoría de las decisiones debían tomarlas los dioses. Por ello, inventaron formas ingeniosas de interpretación de la voluntad divina. Uno de estos métodos fue el de arrojar una moneda al aire. El que inventó esto fue Julio César, el emperador romano cuyo perfil adornaba un lado de las monedas que se usaban en el Imperio Romano. Si su "cara" quedaba hacia arriba al echarla al aire, significaba que los dioses respondían "sí" a la pregunta. De esta forma eran resueltas decisiones como matrimonios, disputas sobre territorios o asuntos acerca de la culpabilidad de los presos. Hay personas que siguen dejando las decisiones de sus vidas en manos de otros o de la suerte. Muchas otras, cada vez se dan más cuenta que tienen el derecho de decidir sobre sus acciones y sus vidas... de tomar en gran medida el control de sus vidas en sus manos.

SE ME OCURRE...



En una investigación realizada en varios estados del país, en la que se preguntó, a hombres y mujeres, quién controlaba su destino, se encontró que más hombres (66.9%) que mujeres (58%) declararon que cada persona es responsable de su propio destino.

Esta misma respuesta fue dada por el 66.6% de las personas que viven en el medio urbano y por el 51.8% de las que viven en el medio rural. Es interesante notar que el 38.7% de las personas sin escolaridad piensan que cada persona es responsable de su propio destino, mientras que el 79.9% de las personas con escolaridad de secundaria o más respondieron que pueden controlar su destino.

Representen en una gráfica los siguientes datos.

Investigación realizada en los estados de Chiapas, Guanajuato, Guerrero, Hidalgo, México, Michoacán, Oaxaca, Puebla y Veracruz por el Consejo Nacional de Población (CONAPO), Encuesta de comunicación en planificación familiar, 1996.



¿Cómo influye planear nuestro futuro en nuestras vidas.



Es importante conocer las razones internas por las que no logramos lo que nos proponemos.

REFLEXIONO



Sobre mi futuro

- ◇ ¿Qué crees que influye en que las personas empiecen a pensar que su futuro depende en gran medida de sí mismos, en vez de creer que está fuera de su control?
- ◇ ¿Qué se puede hacer en tu comunidad para aumentar el porcentaje de personas que estén dispuestas a tomar su futuro en sus manos, en vez de creer que está predeterminado y dejarlo a fuerzas externas como la suerte o el destino?

Es importante tratar de entender de qué manera contribuimos a que algo salga mal y tratar de aprender de esa situación en vez de explicar nuestros problemas con base en lo que otras personas hicieron. De esta manera estaremos asumiendo la responsabilidad de nuestras decisiones.

Cuando buscamos el problema en las demás personas no asumimos la responsabilidad y no podemos solucionarlo.

Es importante volver la mirada hacia nosotros mismos y conocer las razones por las que no logramos lo que nos propusimos. Seguramente encontraremos errores y miedos, pero también capacidades que ignorábamos o no aprovechamos. Es también importante **hacer un compromiso con nosotros mismos para lograr lo que nos propusimos**, tomando en cuenta nuestras capacidades y habilidades. Echarle la culpa a otras personas nos lleva a una de dos consecuencias:

Conformarnos porque sentimos que otras personas lo hacen igual o peor que nosotros.

Enojarnos con nosotros mismos o con quienes percibimos como mejores, lo cual puede hacer que sintamos envidia, celos o depresión.

Como dijimos antes, para lograr lo que deseamos debemos pensar en cuáles son nuestras metas, qué queremos hacer y cómo. Ello nos ayuda a fijarnos un camino a seguir. Es como estar en una carrera y saber cuál carril tenemos que tomar. Sabemos dónde está la meta y deseamos llegar a ella. Si nos detenemos a ver qué hacen los demás, no llegaremos a ella; si los vemos de reojo y nos concentramos en alcanzarla dando lo mejor de nosotros nos sentiremos satisfechos.

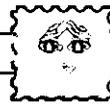
¡La constancia nos permite alcanzar nuestros objetivos!

SE ME OCURRE...



No siempre logro lo que me propongo

Piensa en alguna ocasión en la que no hayas logrado lo que te habías propuesto. No te sientas culpable, sólo date cuenta y reflexiona sobre las correcciones que debiste hacer para alcanzar tu meta. Escribe acerca de ellas en forma de una canción.



Metas y pretextos

Piensa en tres cosas que tengas o quieras hacer. En tu cuaderno escribe tus metas, pretextos que hayas usado para no llegar a ellas, obstáculos que enfrentar y habilidades que necesitas desarrollar para lograrlas. Por ejemplo:

Meta: Llegar a tiempo a la escuela

Obstáculo: No me alcanza el tiempo.

Pretextos: Es que tengo muchas cosas para hacer.

Habilidades: Disciplina para dejar listas mis cosas desde la noche anterior (ropa, zapatos, libros, etc.)

PARA LA CASA

En equipos y con material de desecho construyan un juego de mesa o de piso en el que tengas que llegar a una meta. A lo largo del camino tendrán que pasar una serie de obstáculos que incluyen problemas económicos, pretextos, miedos, problemas externos, problemas familiares, etc. Pueden usar frijoles para ir avanzando de casilla en casilla y un dado para determinar cuantas casillas avanzar en cada tirada.

¿Qué quiero yo? ¿Qué espera de mí la sociedad?

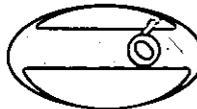


Los medios masivos de comunicación nos envían mensajes de la y el joven ideal.

tamos, etcétera. En ocasiones imitamos a alguna persona en su forma de ser, vestir o hablar y al otro día podemos conocer a otra persona y adoptamos algunas de sus ideas o imitamos otras cosas, hasta que poco a poco vamos desarrollando una identidad propia. Estas experiencias influyen en el desarrollo de nuestra imagen y autoestima.

Todo esto nos lleva a identificarnos con otros jóvenes, y a ser aceptados en un grupo determinado.

Por otro lado, los medios masivos de comunicación nos envían mensajes. Por ello podemos sentir confusión tratando de cambiar nuestros gustos y nuestra imagen para hacerla similar a lo que los mensajes nos dicen. Por esta razón es importante que desarrollemos nuestra capacidad crítica, y así poder distinguir cuáles son los valores que realmente nos importan. Ser genuinos, ser realmente nosotros, es lo que a la larga nos va a dar más satisfacciones. Eso implica conocer qué queremos y valorarnos a nosotros mismos, conocer nuestras potencialidades y limitaciones y poner nuestros planes en la práctica.



Durante la adolescencia y la juventud estamos buscando nuestra identidad y un lugar en el mundo, por lo que estamos en una etapa de experimentación constante. Podemos ver esta búsqueda en cosas cotidianas como: la ropa, la música, los lugares que frecuentamos, etcétera.

¿SABÍAS que...?

Si te equivocas puedes tener tres opciones: le echas la culpa a otras personas, dices mentiras o reconoces tus errores y vuelves a intentar.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Muchas veces nos ponemos obstáculos que nos impiden lograr lo que queremos.
- Cada uno de nosotros es responsable de nuestro destino.
- Es importante asumir la responsabilidad de nuestras decisiones.
- Identificar mis metas, obstáculos para lograrlas y cómo superarlos ayuda a lograr lo que me propongo.

Conceptos:

- Temor al éxito
- Temor al fracaso
- Propósito
- Asumir la responsabilidad de nuestras decisiones

Habilidades que desarrollamos...

- Superar obstáculos para lograr metas.

Glosario

Pretextos:

Excusa para ocultar la verdad.

Autoestima:

Aprecio o valor que una persona se tiene a sí misma.

Genuinos:

Auténticos, puros.

¿SABÍAS que...?

La influencia de los medios de comunicación hace que en ocasiones tratemos de imitar también a algunos actores, actrices, músicos, por sentir una cierta admiración por su forma de ser, de vestir, de peinarse, de comportarse, de cantar y demás. Estos personajes constituyen el grupo de referencia de muchos jóvenes, es decir, se ubican como el modelo a seguir. Los grupos de referencia dan sentido de pertenencia.



A veces imitamos a los demás.

REFLEXIONO



¿Cuáles son realmente míos?

Haz una lista de tus necesidades, deseos y aspiraciones en el área de desarrollo emocional, intelectual, económico, familiar y social. Analiza cuáles de ellos son solo para quedar bien con tus amigos, los medios de comunicación, tu familia, modas y cuáles realmente son tuyos.

COMPARO



Igual y diferente a mis amigas y amigos

En tu cuaderno haz una lista con aquellas actividades, gustos y deseos que compartes con tus mejores amigos y amigas y otra lista con las cosas que te hacen diferentes de ellos. Puedes copiar ésta.

- ◆ Actividades, gustos y deseos que comparto con mis mejores amigos y amigas
- ◆ Actividades gustos y deseos que me hacen diferente de mis amigas y amigos

Una vez que hayas terminado de escribirlas, responde:

- ◆ ¿Cuáles de las actividades y gustos del cuadro anterior son realmente mías?, ¿cuáles quiero fortalecer?

Durante esta etapa de construcción de identidad y definición de proyectos, nos enfrentamos a influencias externas o presiones que pueden llevarnos a dejar que otros tomen decisiones por nosotros, sin darnos cuenta que ya estamos en posibilidad de elegir nuestros proyectos. Es una etapa en la que empezamos a tomar decisiones sobre temas o actividades de las que no estábamos acostumbrados a participar durante nuestra infancia. Sin embargo, es ahora cuando tenemos la posibilidad de construir nuestro futuro y saber que las opciones elegidas son las que deseamos.

En el proceso de construcción de nuestra identidad podemos tomar decisiones correctas y equivocadas. En caso de equivocarnos, es importante que podamos asumir las conse-

cuencias de esas decisiones, ya que no tendría sentido responsabilizar a otros, diciendo por ejemplo: "es que nadie me ayudó", "tú me sugeriste hacer esto y yo no sabía", "es que me sentí presionado a hacerlo", etc. Por eso, cuando nos equivocamos en nuestras decisiones sería más conveniente pensar en qué hacer con las consecuencias negativas provocadas por nuestra decisión y aprender de estas decisiones para no volver a repetir los mismos errores. De nada sirve tampoco vivir diciendo "hubiera hecho" o "si hubiera sabido", en lugar de buscar nuevas formas de enfrentar y responder ante situaciones similares.

Glosario

Grupos de referencia:

Personas sobre las cuales se establece una relación o información con otra persona.

Sentido de pertenencia:

Sentimiento de formar parte de algo de corresponder.

¿Y si?



Estudio qué causa los problemas

Piensa en las cosas que te gusta hacer y con las cuales te identificas. Incluye sólo aquellas que te hayan causado problemas con tu papá, mamá, maestras y maestros. Puedes mencionar los problemas o discusiones que hayas tenido por vestirte con cierto tipo de ropa, por tu manera de hablar, por la música que escuchas, por los lugares en donde te diviertes, etcétera. Da sugerencias de qué crees que se pueda hacer para reducir las discusiones y problemas.

Lo que me gusta hacer

- ◆ ¿Quién me ha causado problemas y por qué?
- ◆ ¿Qué puedo hacer para solucionarlo? ¿provoca daños a otras personas?, ¿de qué tipo?

Cualquiera que sean nuestros deseos y aspiraciones, es importante responsabilizarnos de nuestros actos, lo cual significa que:

- ◆ Respondo por las consecuencias.
- ◆ No le echo la culpa a otros.
- ◆ Pienso qué hice para que la situación fuera de determinada manera (positiva o negativa).
- ◆ Acepto que yo tomé la decisión, y por lo tanto, se debe a mí lo que pasó.

SE ME OCURRE...



Echándole la culpa a otros

Escribe en tu cuaderno una anécdota en la cual no hayas respondido por las consecuencias de una decisión o le hayas echado la culpa a otra persona y lo que sucedió.

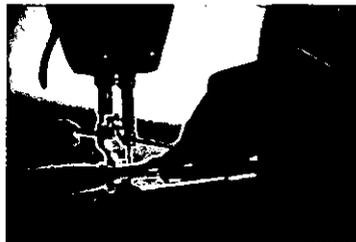
Ahora, ¿reescribelo responsabilizándote de sus consecuencias y no echándole la culpa a nadie? ¿cómo te sientes en un caso y en otro?

PARA LA CASA

Investiga qué campos de desarrollo hay en tu localidad y otras localidades cercanas y qué capacidades e intereses se necesitan para desarrollar más la región. Preséntalas en el grupo y analízalas con tus compañeros y compañeras.



Diferentes campos de desarrollo.



REPASO Y REFLEXIONO

- ¿Qué es un propósito? ¿Qué implica lograrlo?
- ¿Por qué es importante no dejar las decisiones al destino o a otras formas fuera de nuestro control?
- ¿Qué papel juegan los medios y amistades en el desarrollo de mi potencial?
- ¿Por qué es importante que conozca mis capacidades y limitaciones?

¿SABÍAS que...?

En la medida en que nos informemos más, tendremos más opciones de entre las cuales elegir, la más cercana a lo que deseamos ser. El ser humano es más libre cuando tiene mayores opciones ante las cuales elegir y menos libre cuando sólo tiene una posibilidad, ya que en esta situación no se elige sino que se toma la única opción que está a nuestro alcance.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

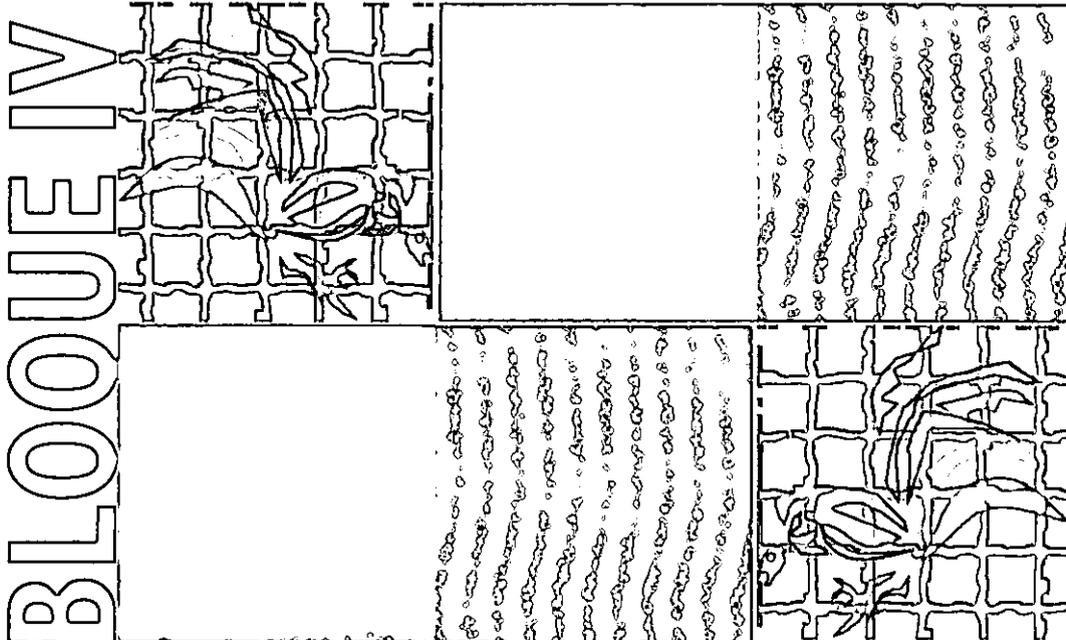
- Los medios masivos influyen en nuestra forma de ser.
- Cada quien tiene capacidades y limitaciones. Conocerlas nos ayuda a decidir en qué área(s) nos queremos desenvolver.
- Los amigos y amigas influyen en lo que queremos hacer. Saber qué quiero independientemente de lo que a ellos les gusta es importante para mi desarrollo personal.

Conceptos:

- Constitución de identidad
- Capacidades y limitaciones
- Potencial

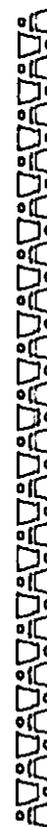
Habilidades que desarrollamos...

- A responsabilizarme por mis actos.



vivir en sociedad

- SENTIDO Y CONDICIONES DE LAS RELACIONES SOCIALES
- VALORES, FORMA, REGLAS Y POSIBILIDADES PARA LA VIDA EN SOCIEDAD
- LA SOCIEDAD COMO PROCESO HISTÓRICO Y CULTURAL



Sentido y condiciones de las relaciones sociales

TEMA I

1
INTERDEPENDENCIA

2
COMUNICACIÓN,
AFECTIVIDAD, GOZO Y
SOLIDARIDAD

3
ESPÍRITU DE SERVICIO,
CREATIVIDAD Y TRABAJO

4
PRESERVACIÓN DE LA CULTURA

INTERDEPENDENCIA



Nos necesitamos

Al hablar de los seres humanos nos viene a la mente la idea de seres sociales que viven en grupo. No es posible imaginarnos al ser humano viviendo aislado de sus semejantes y sin hacer uso de todas las comodidades, por más elementales que sean.

Cada uno de los seres humanos es diferente a los demás. Diferente en su apariencia física, en sus emociones, en sus habilidades e intereses, en sus valores, en sus gustos, en fin,

en todo. Y de alguna manera, precisamente esa diferencia es la que nos impulsa a ser independientes, a tomar nuestras propias decisiones, a hacer nuestras cosas a nuestra manera y a ser complemento de otros seres humanos.

Interdependencia significa que yo necesito a las demás personas de la misma manera que las otras personas me necesitan a mí. En una relación de interdependencia cada quien tiene responsabilidades y derechos.

Desde que nacemos somos seres dependientes de los cuidados de nuestros padres para sobrevivir. Posteriormente necesitamos que diferentes personas nos apoyen, que nos ayuden a realizar algunas actividades, que nos enseñen o que nos acompañen en algunos momentos o etapas de la vida. Eso no significa necesariamente que no hayamos madurado o que seamos débiles. Sencillamente, es que somos seres sociales y que dependemos de otros, así como otros dependen de nosotros, para poder vivir en el mundo de hoy. A esto le llamamos interdependencia (*inter* que en latín quiere decir entre, y *dependencia*, que significa estar conectada una cosa con otra; subordinada, que necesita ayuda o protección), esto es, la necesidad de apoyo y ayuda mutua entre dos o más personas.

Al vivir en sociedad, al pertenecer a un grupo, al formar parte de una comunidad estamos trabajando por un fin común, donde cada miembro del grupo tiene una función para que se logre el objetivo. Este sistema de organización social se repite en múltiples actividades humanas. Por ejemplo: nos dividimos las posiciones en un equipo



La relación con los demás nos da experiencias positivas y negativas.

deportivo y cada cual tiene una función, a la vez que coopera para que otros logren sus funciones; o sea, nos dividimos el trabajo para realizar determinada tarea.

La interdependencia no solamente se lleva a cabo entre un grupo de personas, entre países o en una comunidad. Puede existir interdependencia en una relación de dos personas, por ejemplo en el caso de una persona que requiere y depende del servicio o de la experiencia de otra para resolver un problema de cualquier tipo. A su vez, la persona que presta sus servicios requiere de una remuneración o de un reconocimiento de la persona que lo solicitó.

Por ejemplo, el personal que trabaja en los hospitales realiza un trabajo interdisciplinario y colabora con especialistas de diferentes ramas de la medicina para el beneficio del paciente. Además, en el mismo hospital hay división del trabajo entre el personal de salud, el personal de limpieza, las personas que toman las muestras para el laboratorio, etcétera; el personal de un restaurante se divide las funciones de compra, preparación de alimentos, atención a los clientes, para así poder dar un buen servicio final.



En un hospital, las labores de todo el personal son interdependientes.

¿Y si...?



Importancia de la interdependencia

◆ ¿Qué pasaría si hombres y mujeres no fuéramos seres sociales? ¿Crees que la humanidad hubiera sobrevivido?

◆ ¿Qué hubiera pasado si no se hubiera logrado la comunicación e interacción entre los primeros seres humanos?

Escribe las respuestas en tu cuaderno o haz un dibujo que ilustre qué hubiera sucedido.

Al hablar de interdependencia estamos hablando de un intercambio. Esto se refiere a la acción de dar y recibir. No necesariamente es un intercambio persona a persona, como en el saludo diario; puede ser un intercambio en el que cada persona de un grupo aporta algo y recibe el resultado final del producto de todo el grupo, o una relación de dos personas donde se establece un acuerdo y ambas obtienen un beneficio.

A nivel gubernamental existe una división de trabajo de acuerdo a las diferentes necesidades de la sociedad. Esta división se hace a través de Secretarías que se van dividiendo en subsecretarías, en departamentos y en los servicios que llegan a la población. Cuando los diferentes servicios llegan directamente a la población de personas que los reciben responden ante ellos formándose así una interacción entre lo que se da y lo que se recibe. De esta manera existe una relación de interdependencia entre las Secretarías, dentro de ellas y con la población.

Por otro lado, se crea una dependencia de unas personas con otras, es decir, cada persona espera y depende de que las demás asistan y cumplan con su responsabilidad, para así tener un resultado final en beneficio de todo el grupo.

Tratemos de entenderlo a través del siguiente ejemplo:

Imaginemos una orquesta sinfónica como la Orquesta Filarmónica del estado de Chihuahua. Está integrada por 41 personas que se han dividido las funciones de la siguiente manera: ○

En la orquesta cada una de las personas que toca un instrumento tiene varias responsabilidades. La primera es ejecutar su instrumento lo mejor que pueda; la segunda, es colaborar con el grupo de instrumentos con el que toca, —por ejemplo si es un violín debe entrar en acción cuando entran los demás instrumentos de cuerda, como las violas, los violoncellos y los contrabajos—, y finalmente, tiene que sentirse parte de toda la orquesta y dar un producto final que es una sinfonía, es decir, todos depende entre sí.

¿SABÍAS que...?

Para hacer este libro trabajaron de manera coordinada más de 40 personas entre ellas: un filósofo, un literato, tres psicólogas, tres asistentes de investigación, dos maestras, un sociólogo, tres ilustradores, tres fotógrafas, cuatro diseñadoras, un mensajero, tres secretarías y cuatro adolescentes.

6 primeros violines
6 segundos violines
4 violas
4 violoncellos
4 contrabajos
2 flautas
1 oboe
2 clarinetes
1 fagot
3 cornos
1 timbal
3 percusiones
2 trompetas
2 trombones

¿SABÍAS que...?

En abril de 1999 se hizo una convocatoria "Descubriendo los valores de nuestra juventud" en la cual se coordinaron una serie de instituciones públicas y privadas para hacer un concurso a nivel nacional para que jóvenes entre 12 y 16 años respondieran ¿Qué alternativas tenemos las jóvenes y los jóvenes para ejercer nuestra sexualidad en forma responsable?". Unas aportaron la idea, otras el contenido de la convocatoria, otras la infraestructura para su diseminación, otros fondos económicos. Tenía varias categorías en las que se podía concursar: cuento, dibujo, cartel, juego de mesa y presentación multimedia.

Organizaciones participantes:

- Comisión de Equidad y Género de la Cámara de Diputados
- Comisión Nacional de la Mujer
- Secretaría de Educación Pública (SEP)
- Secretaría de Salud (SSA)
- Consejo Nacional de Población (CONAPO)
- Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP)
- Confederación Nacional de Escuelas Particulares
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)
- Instituto Mexicano de la Juventud

Si no estamos todos...

En equipos de tres o cuatro personas analicen lo siguiente:

- ◊ ¿Qué pasaría si en un concierto programado, no llegan las personas que tocan los instrumentos de viento (la flauta, el oboe, el clarinete, el fagot, el corno, la trompeta y el trombón)?
- ◊ ¿Qué se necesita para que la sinfonía se ejecute como se espera?
- ◊ ¿Cuál es la función del director de orquesta?
- ◊ ¿Qué pasaría si cada miembro de la orquesta decide hacer algo contrario a lo acordado en los ensayos?

REFLEXIONO

Interactuamos

Formen grupos de seis a ocho personas. Cada persona piense en las actividades que realizan su papá o su mamá. Comenten al resto del grupo a qué se dedican y con qué otras personas de la comunidad interactúan. Discutan si podrían realizar sus actividades sin tener estas interacciones y los efectos que esto tendría.

INVESTIGO

Relaciones de Interdependencia en el sector salud

Escribe en tu cuaderno:

- ◊ ¿De qué manera crees que hay interdependencia entre las diferentes personas que trabajan en un centro de salud (trabajador social, médica o médico, sección de enfermería, limpieza y personal administrativo) y de éstos con los pacientes?
- ◊ ¿Qué hace cada quien y de qué manera depende el trabajo de unos con otros?
- ◊ ¿Qué papel tienen los pacientes?
- ◊ ¿De qué manera los pacientes pueden ayudar a hacer mas eficiente el trabajo del personal de este centro?

PARA LA CASA

Qué recibo y qué doy, "El gobierno de mi estado y yo"

Piensa en los diferentes servicios que recibes en tu comunidad. Anota en los cuadros las diferentes formas de interdependencia que identificas, así:

Mi estado me da:

1. Agua y alcantarillado
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Yo le doy a mi país:

- 1 Buen uso al agua, protejo la naturaleza, no contamina.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La diferencia entre las personas nos impulsa a ser, al mismo tiempo, independientes e interdependientes.
- Interdependencia quiere decir que otras personas me necesitan de la misma manera en que yo las necesito a ellas.
- Cada miembro y cada institución de una organización social tienen una función para lograr un fin común.
- Interdependencia implica intercambio y cumplimiento de responsabilidades.

Conceptos:

- Interdependencia
- Función

• Fin común

• Intercambio

REPAÑO Y REFLEXIONO

-
-
-
-

- ¿Qué se requiere para que haya una relación de interdependencia?
- ¿Por qué es importante la interdependencia a nivel personal y a nivel social?
- Da un ejemplo de cada una.
- ¿De qué manera se puede aclarar lo que se espera de cada quien en una reflexión de interdependencia? Explícalo con detalles.

-
-
-
-

● COMUNICACIÓN, AFECTIVIDAD, GOZO Y SOLIDARIDAD

Practicando la comunicación



Relacionarnos con otras personas nos permite compartir experiencias. Para relacionarnos con otras personas necesitamos la comunicación. Las experiencias que tenemos con otras personas pueden ser tanto positivas como negativas. Sin embargo, **la mayoría de las experiencias son positivas porque aún los errores nos enseñan más sobre nosotros mismos y sobre la manera como nos relacionamos con la gente.** Uno de los mecanismos que lleva a que las experiencias en las relaciones interpersonales sean positivas es tener una comunicación clara y directa.

Los seres humanos tenemos la necesidad de comunicarnos. A lo largo de la historia, a través de la observación y la investigación, sobre las características y tipos de comunicación, hemos identificado algunos de los obstáculos para comunicarnos. También sabemos cuáles son las actitudes, valores y habilidades que favorecen el proceso de comunicación. Hemos aprendido algunas fórmulas que facilitan la comunicación, como la utilización de los "mensajes yo".

En esta lección, trataremos de aplicar las habilidades que se relacionan con la comunicación. Practicaremos un estilo de comunicación efectiva y también pondremos en práctica algunas de las habilidades relacionadas con nuestra capacidad de pensar críticamente, para evitar que se difundan rumores e ideas erróneas, que dañan las relaciones interpersonales y a la comunidad.

Al igual que cuando ejecutamos un instrumento musical, cuando practicamos algún deporte o cuando realizamos razonamientos matemáticos, la única manera de adquirir mayor habilidad para entender lo que otras personas nos comunican y para comunicarnos, es practicando.

SE ME OCURRE...

Teléfono descompuesto

¡Necesitamos siete personas voluntarias! Una de estas personas voluntarias le contará a otra una anécdota o cuento mientras las otras cinco esperan fuera del salón. Cuando la primera haya acabado de narrar su historia, llamarán a una de las personas que estaban fuera del salón. Esta escuchará la anécdota por conducto de la segunda persona; cuando termine, llamarán a la siguiente persona y así sucesivamente. El resto del grupo irá escuchando y anotando las variaciones y omisiones en que se vaya incurriendo en cada versión. Dos personas escribirán la última versión. Compárenla con la primera.

¿SABÍAS que...?

La comunicación al igual que otras muchas habilidades requiere de la práctica.

El famoso violinista Yehudi Menuhin que falleció a los 82 años en 1999 escribió en un libro titulado *El arte de practicar: Una guía para hacer música desde el corazón*: "Día a día nos damos cuenta de que la práctica no debe ser un trabajo forzado, cada vez más nos damos cuenta de que es un arte refinado en el que toman parte la intuición, la inspiración, la paciencia, la claridad, el balance, todo esto con el fin de buscar el gozo en la expresión. A esto es a lo que se refiere la práctica".



Los rumores son una forma errónea de obtener información.

Discutan en grupos de cuatro personas, cuidando que todas las personas participen con su opinión y sean escuchadas.

- ◆ ¿Qué fue lo que sucedió?
- ◆ ¿Por qué se distorsiona la información que pasa de boca en boca?
- ◆ ¿Qué podemos hacer para prevenir estas situaciones?

Un problema de comunicación: los rumores

Cotidianamente corren rumores en nuestra escuela, en nuestra comunidad, en nuestro país y nos enteramos de rumores de lo que sucede en otros países. De esta manera muchas veces obtenemos información errónea o nos formamos ideas distorsionadas sobre algunos temas. En ocasiones estas ideas se convierten en mitos que finalmente empezamos a considerar realidades.

Así como hay mitos basados en hechos históricos que se han ido modificando al pasar de generación en generación, y se han convertido en leyendas, existen mitos y rumores que se relacionan con los acontecimientos diarios y otros que se inventan y transmiten ideas o valores contrarios a los que tenemos. **Obtener información por diversas fuentes, pedir opiniones y utilizar nuestra capacidad de pensamiento crítico, son algunas de las alternativas que nos ayudan a aclarar nuestras ideas,** antes de seguir divulgando mensajes que generan rumores y que promueven la ignorancia en vez de la construcción del conocimiento.

Lee con atención:

"Señoras, señores, distinguido público. ¡Pasen, pasen a ver el fenómeno más extraordinario del mundo: La mujer que se volvió serpiente por desobediente! Señora, muéstrela usted este ejemplo a su hija, para que se enseñe a ser dócil. Joven, pase usted a mirarse en este espejo de cuerpo entero. Distinguido público: éste es un espectáculo para toda la familia, un espectáculo recomendado por las autoridades, tanto eclesiásticas como civiles. Un espectáculo en el que se combinan la diversión y la enseñanza de los sagrados principios morales. Diviértase y haga patria ayudando a preservar las sacrosantas tradiciones de las que se nutre nuestra idiosincrasia. Por un peso, ¡fíjese usted bien, por un solo peso!, usted lo consigue todo: Distracción sana y protección segura contra las ideas exóticas. ¿Cuántos boletos?, ¿cuántos?, ¿quién dijo yo?"

Tomado de Castellanos, Rosario, *Obras Il Poesía, Teatro y Ensayo* (compilación y notas de Eduardo Mejía), México, Fondo de Cultura Económica, 1998, p. 388.

¿Y si...?

Habla el merolico

Contesta en tu cuaderno:

- ◆ ¿Qué pasaría si creyéramos todo lo que dice el merolico de la lectura anterior y además comunicáramos esta información como verídica a las personas que nos rodean?
- ◆ ¿Qué mensajes erróneos le transmitirían?
- ◆ ¿Cómo podemos evitar transmitir rumores, chismes e información que puede dañar a nuestra comunidad?

ASÍ NO SE VALE...

Difundiendo un rumor

Entre todo el grupo pónganse de acuerdo para difundir un rumor por toda la escuela, por ejemplo: que el Presidente Municipal va a visitar el colegio, que en la tiendita de la cooperativa van a regalar dulces el viernes, que el grupo ganó un concurso de ortografía, etcétera. Pueden transmitir cualquier rumor siempre y cuando no vaya a alarmar a los

Glosario

Distorsionadas:

Deformación.

Eclesiásticas:

Relacionadas con la iglesia.

Sacrosantas:

Que es al mismo tiempo sagrado y santo.

Idiosincrasia:

Manera de ser.

Exóticas:

Extraño, singular.

Merolico:

Vendedor de la calle que llama la atención de los paseantes con su voz.

profesores y alumnos de la escuela, ni vaya a lastimar de ninguna manera a alguien. Una vez elegida la información encárguese de que se entere la mayor cantidad de gente posible. Coméntenla en los pasillos y en los descansos. Pongan atención y observen cómo se empieza a difundir la información en unos días. Antes de llegar el día esperado pongan un aviso de que se trataba de un experimento e inviten a sus compañeros y compañeras a difundir información que sea de utilidad.

Finalmente, recordemos algunos aspectos que hemos aprendido sobre la comunicación a lo largo de este curso:

Los seres humanos tenemos muchas y variadas maneras de comunicarnos.

El lenguaje no verbal, la escritura y el habla son nuestras principales herramientas de comunicación.

Hombres y mujeres necesitamos aprender a identificar nuestros sentimientos y comunicarlos de manera abierta y clara.

El 50% de la comunicación radica en la capacidad de escuchar.

Para cerrar el círculo de la comunicación es necesario darle una respuesta a la persona que se está comunicando con nosotros.

Los problemas de comunicación tanto entre dos personas, como en un grupo o en una comunidad, pueden ser resueltos si decimos de manera clara y directa lo que pensamos y lo que queremos.

Ponernos en el lugar de las otras personas para entender su punto de vista y establecer un acercamiento contribuye a que se dé un verdadero contacto humano.

La información que se transmite persona a persona puede ser distorsionada cuando los mensajes no son claros. Es importante aprovechar la capacidad de los seres humanos para difundir la información y utilizarla en difundir mensajes que contribuyan al beneficio de las personas.



El lenguaje no verbal es una de las formas que tenemos para comunicarnos

YO QUIERO, YO PUEDO



Práctico mis habilidades

Ejemplifica cada uno de los puntos anteriores. Escríbelos en tu cuaderno.

SE ME OCURRE...



Para comunicarte efectivamente debes escuchar.

Maratón de comunicación

Numérense del 1 al último número del grupo. Formen parejas siguiendo la secuencia de los números. Es decir 1 y 2, 3 y 4, etcétera... para hacer un maratón de comunicación. Los números ones piensen algo que le quieran comunicar a su pareja. Pueden ser sentimientos, anécdotas, órdenes, algo que no le hayan dicho, etcétera. Pasen al frente del grupo y díganse, los números pares escuchen con atención y respondan al mensaje. Analicen en el grupo qué ingredientes

tuvieron que tomar en cuenta para que la comunicación fuera clara. ¿Incluyeron todo lo que hemos aprendido sobre comunicación?, ¿qué faltó?, ¿cómo pueden mejorar su comunicación?

PARA LA CASA

Una leyenda

Pide a alguna persona adulta que te narre alguna leyenda sobre el lugar donde vives, pregunta si sabe de dónde surgió y si se ha mantenido la versión original.

Procura practicar lo aprendido y observarte cuando lo haces y cuando no. Ve aprendiendo de tus errores de comunicación y mejorándolos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Necesitamos la comunicación para relacionarnos con otras personas.
- Cuanto más practicamos la comunicación mejor la podremos llevar a cabo.
- A través de los rumores se distorsiona la información.
- Hay una serie de aspectos de la comunicación que si se practican llevan a una comunicación clara y directa.

Conceptos:

- Rumor
- Practicar

Habilidad que desarrollamos:

- Análisis de nuestra comunicación para poder hacerla más clara y directa.



Demostramos cariño

Gracias en gran medida a las relaciones sociales podemos saber quiénes somos. Esto no quiere decir que sean los demás quienes decidan nuestra existencia. Sin embargo, cuando nos damos cuenta de que hay otras personas a nuestro alrededor podemos separarnos de éstas y distinguir quiénes son las demás y quién soy yo.

Nuestra relación con otras personas nos ayuda a observar y vivir nuestras reacciones, nuestros sentimientos y pensamientos; nos ayuda a conocernos.

Una vez que tenemos una idea de quiénes somos y qué queremos, empezamos también a darle valor a las personas con las que compartimos nuestra vida: algunas nos gustan, otras no; con algunas queremos pasar más tiempo, con otras preferimos relaciones más superficiales, con algunas queremos compartir nuestros intereses y con otras preferimos mantener nuestra privacidad. Y así, a medida que vamos creciendo vamos experimentando mayor variedad de sentimientos y diferentes formas de vincularnos afectivamente con todo lo que nos rodea.

El afecto es un como un puente que nos lleva de un lugar a otro y que tiene, en cada lugar, diferentes profundidades. Imaginemos que en un extremo está el odio o el rechazo y en el otro el amor. En



Aprendemos a conocernos en la relación con otras personas.

lugares intermedios podríamos poner términos como "me cae bien", "me produce ternura", "le tengo cariño", "le quiero", "me gusta", "es mi amigo", "es mi amiga", "estoy enamorado", "lo amo". Igual podemos poner diferentes categorías negativas como "no me agrada", "no comparto sus ideas", "no puedo relacionarme con esa persona", "estoy resentido", "me trató mal", "me da miedo", etcétera. Además cada uno de los sentimientos está situado en lugares diferentes sobre el río cuyo fondo tiene diferente profundidad.

Como seres humanos no sólo desarrollamos nuestra afectividad hacia otros seres humanos, también nos encariñamos con el lugar donde vivimos, con nuestros objetos personales, con nuestra escuela, con libros que hemos leído y con ideas de otras personas que nos han enseñado a reflexionar sobre lo que es importante para nosotros y sobre la manera en la que queremos vivir.

Como hemos mencionado, la gama de afectos de los seres humanos es muy amplia y aun cada afecto tiene diferentes matices de acuerdo con las experiencias de cada persona. Los afectos no solo viven en nuestro presente, también se relacionan con nuestros recuerdos y podemos evocar afectos con tan solo recordar situaciones o personas. Esta capacidad de los seres humanos es maravillosa, nos permite revivir situaciones agradables y emocionarnos con planes futuros; los afectos también viajan en el tiempo al igual que nuestra imaginación.

Los afectos tienen otras cualidades como la durabilidad y la resistencia. Seguramente podemos recordar alguna situación, lugar o persona que aún cuando ya no exista nos provocó un sentimiento que permanece en nosotros y que seguramente podremos seguir sintiéndolo cuando seamos viejitos. Asimismo los seres humanos tendemos a olvidar o a modificar los recuerdos de las situaciones desagradables o dolorosas y a conservar las que nos han hecho felices.



Podemos evocar los sentimientos que nos han hecho felices.

Glosario

Vincularnos:

Unirnos o acercarnos a personas o cosas.

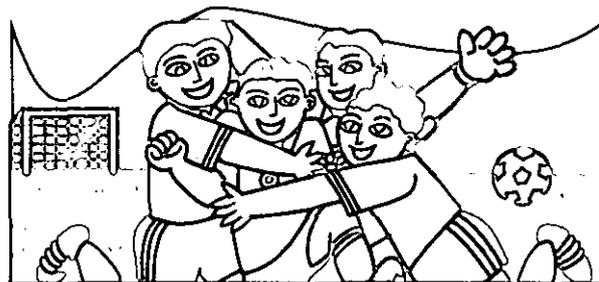


Niveles de afecto

Construye o dibuja en tu cuaderno tu puente y asigna tus diferentes niveles y profundidad de afecto a personas, a lugares, a objetos o a actividades. Puedes elegir del pasado, del presente o de los que te causen emociones para el futuro. Ahora responde:

- ◊ ¿Cómo hiciste para asignar más o menos afecto? ¿En qué cosas te basaste?
- ◊ ¿Reflexiona sobre los sentimientos te movieron a tomar esas decisiones?
- ◊ ¿Te fue fácil clasificar tus sentimientos?, ¿por qué?

Cuando conocemos nuestros sentimientos y la intensidad de cada uno de ellos nos es más fácil establecer prioridades. Además de que es importante analizar las ventajas y desventajas de las situaciones, también son los afectos y las emociones las que nos guían hacia nuestras metas. En los afectos, al igual que en los diferentes tipos de relaciones que establecemos los seres humanos, hay un balance entre el dar y el recibir. Muchas veces tenemos que ceder, es decir, renunciar a ciertas situaciones que desearíamos a cambio de posponer una mejor recompensa a futuro y que tener paciencia. Por ejemplo, puede ser que desee ir al cine con mi mejor amiga hoy en la tarde, pero tal vez deba renunciar a esta idea porque mañana tengo examen y pospondré ir al cine hasta que haya terminado el período de exámenes. Entonces recibiré una mejor recompensa: iré al cine con mi mejor amiga y sentiré mayor tranquilidad y alegría porque ya terminé de estudiar.



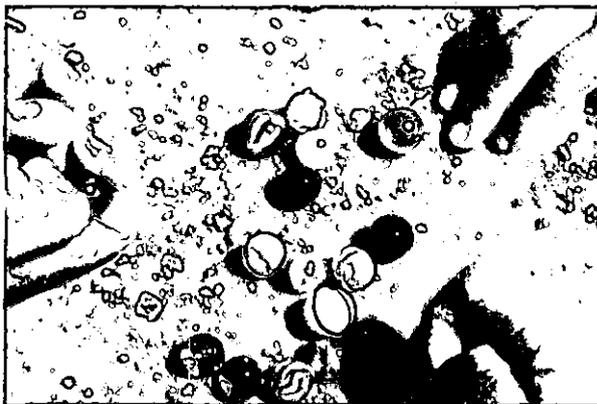
¿A qué te suena?

En tu cuaderno escribe qué quiere decir y da un ejemplo de:

- ◊ Dar afecto
- ◊ Recibir afecto

Así como hemos dicho que en el afecto hay un intercambio de dar y recibir, puede haber otras situaciones donde sólo damos afecto o donde irradiamos sentimientos positivos y no necesariamente estamos recibiendo afecto sino bienestar. Por ejemplo cuando vamos a un río podemos sentir paz, alegría; cuando leemos una carta de alguien que extrañamos, sentimos tranquilidad o emoción; cuando encontramos algo que habíamos

perdido desde hace mucho tiempo, etcétera. Lo que recibimos de estas situaciones es una sensación de bienestar. Lo mismo nos sucede si leemos algo que nos agrada, si arreglamos un cuarto o si nos dedicamos un rato a cuidarnos a nosotros mismos, a hacer ejercicio, a cortarnos las uñas, a arreglar nuestro cabello o a coleccionar cosas que nos agradan o que nos traen recuerdos agradables.



Dar y recibir se hace de distintas formas.

¿SABÍAS que...?

“Para la formación de la voluntad es necesario enfrentar contrastes y contrariedades: no siempre se van a cumplir todos nuestros deseos. La mitad del amor es recibir, la otra mitad es dar. Parte esencial del afecto es darse, sentir con el otro, y por ese camino recibir a su vez.

Adaptado de Prekop, Jirina, *Si me hubieras sujetado...* España, Editorial Herder, 1991, p. 104.

Glosario

Intensidad:

Grado de energía o entusiasmo de una cualidad. Cantidad y calidad de una emoción.

Prioridades:

Orden que le asignamos a las cosas.

Contrastes:

Oposición o diferencia entre dos o más personas o cosas.

Contrariedades:

Contratiempos, disgustos, aflicciones.

REFLEXIONO

Diferentes formas de expresar el afecto

Reúnete con cinco compañeros y compañeras y escojan una película de cine o televisión o una radionovela que hayan visto u oído últimamente. Discutan entre todos los diferentes tipos de afecto que vieron en ella y la intensidad de los afectos.

Respondan a los siguientes puntos:

◆ ¿Cómo vivieron el proceso de identificar sentimientos?, ¿los sentimientos que se despertaron eran hacia personas, situaciones u objetos?, ¿cuáles eran los sentimientos más intensos?, ¿es igual la percepción de todos los miembros del grupo en cuanto a la calificación de los afectos?, ¿qué diferencias hay?



Demostremos afecto a alguien que queremos.

SE ME OCURRE...

Mis sentimientos

Escribe en 10 minutos los sentimientos que has experimentado con mayor frecuencia esta semana. Frente a cada sentimiento escribe algún color, clima, actividad o evento con los que lo asocias, así como lo que necesitarías hacer cuando te sientes así. Por ejemplo: Tristeza -Color azul, día nublado, último día de clases, caminar a solas.

PARA LA CASA

Demuestro afecto... y esos recuerdos...

◆ ¿Demuestras afecto a alguien o a algo que te rodea? Ve... hazlo.
- Inicia una colección de objetos de un mismo tipo que te agraden o de objetos personales que te traen recuerdos agradables. Clasifícala y búscale un lugar especial.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Las relaciones con otras personas nos ayudan a conocernos mejor.
- Con la edad vamos experimentando otros sentimientos y diferentes formas de vincularnos afectivamente.
- Los afectos nos relacionan con nuestro presente y nuestro pasado.
- Diferentes personas demostramos afecto de diferentes maneras.
- Amor es dar y recibir.

Concepto:

- Intensidades y profundidades del afecto

Habilidad que desarrollamos...

- Expresión de afecto.

REPASO Y REFLEXIONO

- ¿Por qué es importante demostrar afecto?
- ¿Qué aprendí que me ayudará a demostrarlo más frecuentemente?
- ¿Cómo podemos utilizar la facilidad con la que se difunde la información para transmitir mensajes de utilidad en nuestra comunidad?
- ¿Cómo podemos distinguir los rumores de las verdades?
- ¿Cómo puede mejorar mi calidad de vida si me comunico mejor?



Espíritu de servicio

REFLEXIONO

No todos tenemos espíritu de servicio

En ocasiones escuchamos que se hacen campañas para prestar ayuda a personas que han sufrido alguna desgracia: que se les cayó su casa con una tormenta o un temblor, para juntar libros y materiales para alguna escuela o para un orfanatorio, o que hay cerca una institución para ciegos y necesitan personas que cubran algunos turnos para ayudarlos a pasar una avenida.

¿Cómo reaccionamos a esto? Algunos diremos que no nos interesa y que no vamos a perder nuestro tiempo en esas cosas, que no es nuestro problema. Otros sentiremos pesar por las personas, pero no buscaremos la forma de ayudar. Y otros nos sentiremos comprometidos y nos acercaremos a pedir informes sobre la forma de participar y lo haremos con gusto y lo mejor posible. Cuando nos preocupamos no sólo por el bienestar de nosotros mismos sino por el de la localidad en la que vivimos, y además hacemos algo para su beneficio, decimos que tenemos espíritu de servicio.

¿Cómo reaccionarías tú?, ¿por qué?

Lee con atención:

AURORA: ¿Para qué quiero el tiempo?

MATILDE: Tienes tu carrera, tu porvenir.

AURORA: Renunciaría a ella para servirla. Es mucho más importante lo que usted hace que lo que yo sea capaz de hacer nunca.

MATILDE: Eso no podemos saberlo. Además tú estás empezando. Yo he terminado.

AURORA: No diga usted eso. Ahora se repondrá usted, sanará.

MATILDE: No me refiero a mi salud. Quiero decir que mi obra está ya hecha, cuajada.

Tú tienes que hacerla. Y si te quedas conmigo no podrás. Pesará demasiado sobre ti mi sombra. Cuando busques tus palabras hallarás las mías.

AURORA: No quiero verla a usted sola, desamparada, sin quién la proteja.

MATILDE: Todos quieren protegerme. Pero yo no necesito protección.

AURORA: Usted no se da cuenta. Pero no es capaz de valerse por sí misma ni para las cosas más insignificantes. Necesita hasta que le enciendan un cigarrillo.

MATILDE: ¿Y eso qué importancia tiene?

AURORA: No se lo estoy reprochando. Pero me duele verla con el cigarrillo en la mano y nadie cerca para darle lumbre.

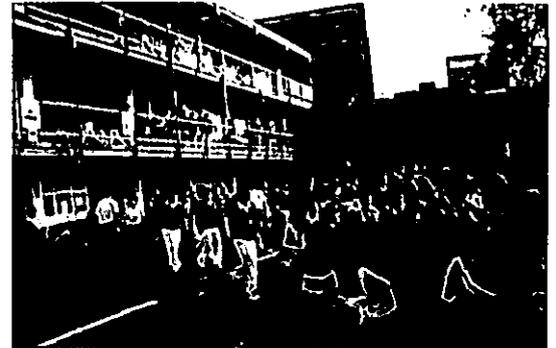
MATILDE: ¿Y ese alguien quieres ser tú?

AURORA: Sí.

MATILDE: ¿Qué recompensa esperas de mí si te permito servirme?

AURORA: Ninguna. No lo haría por dinero.

Castellanos, Rosario, "Tablero de damas; pieza en tres actos", revista América, número 68, 1952.



Tener espíritu de servicio es importante.

Glosario

Campañas:

Conjunto de actividades o esfuerzos para lograr un fin.

Comprometido:

Persona responsable de sus obligaciones.

Cuajada:

Sólida, con consistencia.



Todos fuéramos como Aurora...

Responde en tu cuaderno:

- ◊ ¿Qué problema(s) ves con la forma en la que quiere servir Aurora?
- ◊ ¿Cómo le puede afectar en su desarrollo personal?
- ◊ ¿Qué valor(es) en ella ves como constructivo(s)?, ¿cuál(es) ves como problemático(s)?
- ◊ ¿Qué le sugerirías para que pueda mantener un espíritu de servicio de manera constructiva y equilibrada?

Lee con atención:

A veces llevamos el espíritu de servicio a un extremo y a veces se da una confusión entre amar y servir. En muchos grupos sociales existe todavía esa confusión. De hecho, en algunos de ellos se cree que unos tienen el derecho de exigir sin límite que se les sirva en todo lo que desean. Frecuentemente, en esos casos no se toman en cuenta las necesidades o deseos de la persona a la que se le exige. Ese grado de exigencia puede deberse a una confusión entre espíritu de servicio y ser un sirviente que obedece ciegamente, inclusive a costa de su propia salud y desarrollo personal.

Es importante que cada uno de nosotros, hombres y mujeres, jóvenes y viejos, tenga clara la diferencia entre servir ciegamente a costa de nuestro bienestar y tener un verdadero espíritu de servicio que nos permitirá apoyar a quienes lo necesitan, como parte de nuestro propio desarrollo, no en vez de él. Mientras la primera nos puede hacer daño, la segunda nos ayuda a crecer tanto en lo personal como en familia y en nuestra comunidad; asimismo, nos ayuda a sentir compromiso con una causa, con una persona, con una institución.



El espíritu de servicio requiere de un compromiso.

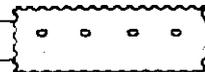
COMPARO



Algunas formas de entender lo que es espíritu de servicio pueden ser perjudiciales

Imaginate que estás viendo a través de una ventana del pasado, otra del presente y una más del futuro, lo que alguna persona de tu comunidad, que conozcas o de la que hayas oído, entiende por espíritu de servicio. Imita en silencio a cada una de ellas. ¿Qué diferencias ves? ¿A qué se deben? Discútanlo en el grupo.

SE ME OCURRE...



Libre asociación de ideas

Una persona del grupo dirá una palabra cualquiera, luego otra, luego otra, y así sucesivamente...muy rápido. No piensen. Simplemente digan lo primero que se les venga a la mente que tenga que ver con tener espíritu de servicio. Al finalizar comenten por qué creen que dijeron esa palabra y con qué la asociaron. ¿Se dan cuenta que hay muchas formas de desarrollar un espíritu de servicio? Analicenlas en el grupo.

REFLEXIONO



Diferencias en expectativas de espíritu de servicio para diferentes grupos

¿Es diferente lo que se espera de hombres y mujeres, de niños y niñas, de jóvenes y viejos en cuanto a tener este espíritu? ¿En qué consisten esas diferencias?

¿SABÍAS que...?

No sólo las personas tienen espíritu de servicio. Las instituciones también pueden tenerlo. Algunas instituciones tienen como misión y objetivo el servir a la comunidad; fueron creadas para eso.

INVESTIGO



Instituciones con espíritu de servicio

En tu cuaderno haz una lista de instituciones que tienen espíritu de servicio y los servicios que crees que dan. ¿En qué tipo de situaciones acudirías a cada una de ellas?

Anota:

Nombre de la institución

Servicios que ofrece

Situaciones en las que acudiría a ellas

PARA LA CASA



Un directorio de instituciones con espíritu de servicio

Haz un directorio de instituciones con espíritu de servicio. Incluye los datos (dirección, teléfono, horarios, servicios que dan, requisitos) de las instituciones con espíritu de servicio que hay en tu localidad y cerca de ella. En equipo, hagan un directorio con esta información y pónganla a disposición de toda la escuela.

REPASO Y REFLEXIÓN

- ¿Qué es solidaridad?
- ¿En qué situaciones puedo ser solidario con otras personas de mi comunidad o mi localidad?
- ¿Cuál es la diferencia entre espíritu de servicio y ser un sirviente?
- ¿Por qué es importante que todos: hombres y mujeres, jóvenes y viejos, desarrollemos un espíritu de servicio?
- Desde tu perspectiva, hay diferencias a través del tiempo o entre géneros en lo que se entiende por espíritu de servicio? Ejemplifica.

El sentido del humor, imaginación y gozo



"Más importante que el conocimiento es la imaginación". Albert Einstein.

El poder de la imaginación es una de las grandes fuerzas del universo, decía el científico Albert Einstein. El progreso de la humanidad ha sido posible gracias a la imaginación. Formar imágenes mentales de cosas originales o raras, así como crear situaciones divertidas, es una habilidad que nos permite crear, jugar, sentirnos bien y reírnos. Todos podemos ser creativos, todos podemos usar nuestra imaginación y pasarla bien, pero no siempre lo hacemos. Necesitamos **esmerarnos** en desarrollar esa habilidad al máximo. ¿Todo lo que hacemos y decimos puede tener una parte divertida! ¿En todo lo que hacemos podemos usar la imaginación!

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El espíritu de servicio implica compromiso, deseo y conductas.
- Es diferente amar y servir.
- El desconocimiento de la diferencia lleva a malos entendidos respecto a tener un espíritu de servicio.
- Hay instituciones que tienen un alto espíritu de servicio.

Conceptos:

- Espíritu de servicio
- Compromiso

Habilidades que desarrollamos...

- Bases para desarrollar un espíritu de servicio.

Glosario

Esmerarnos:

Es hacer algo con mucho empeño para que salga bien.

REFLEXIONO

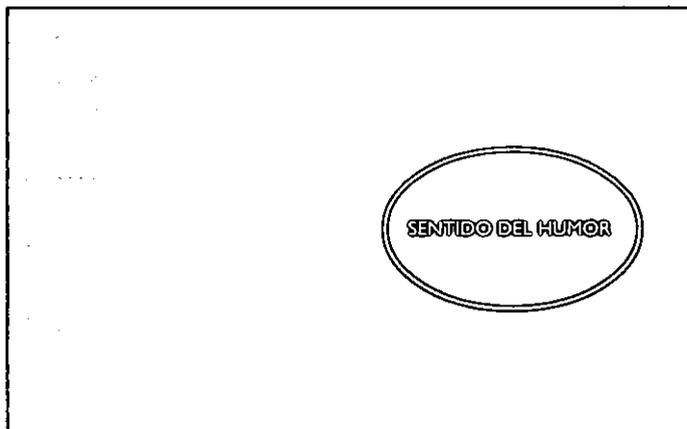


Los componentes del sentido del humor

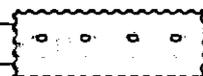
¿De cuántos ingredientes crees que se componga el sentido del humor? Une con líneas "sentido del humor" y las palabras listadas en la columna, si consideras que tienen relación. Si quieres, puedes agregar más palabras a la lista.



En muchos juegos usamos nuestra imaginación y creatividad.



Comparte tus respuestas con tus compañeros y compañeras.



¿SABÍAS que...?

Los niños de seis años se ríen aproximadamente trescientas veces al día, mientras que los adultos lo hacen más o menos diecisiete veces.

Aprendiendo a jugar, ¡Qué chistosos!

Formen equipos de cinco personas. Cada integrante platicará una situación chistosa que haya vivido.

Lee con atención:

El sentido del humor es la capacidad que tenemos los seres humanos para disfrutar de la vida con alegría. Es poder disfrutar de hacer un chiste a los demás y poder recibirlo de otros. Es poder reírnos de nosotros mismos. Es disfrutar de los juegos sin importarnos si ganamos o no. Es verle el lado positivo a las cosas que vivimos.

¿Cómo se puede desarrollar el sentido del humor?

Una manera es a través del juego. Además, el juego tiene muchas otras funciones. Es una vía para expresar emociones, una expresión cultural, un medio para aliviar la tensión, y un canal que favorece el aprendizaje. También es un medio que fomenta tu imaginación, concentración y creatividad, una forma de tener nuevas experiencias, una vía para divertirse y un medio por el cual podemos practicar diferentes actividades sin temor a equivocarnos.

COMPARO



Reconozco las dos partes

Forma equipo con cuatro o cinco personas y escriban las ventajas y las desventajas de:

- ◊ Los juegos hechos por ustedes, o comprados.
- ◊ Los juegos y entretenimientos ya elaborados como son la televisión y los video juegos.
- ◊ Los juegos que requieren imaginación, creatividad y entretenimiento.
- ◊ Los juegos y entretenimientos ya elaborados.

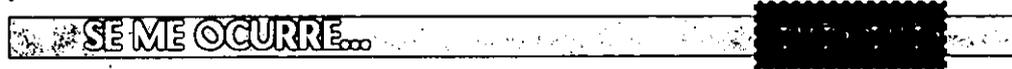
Comenten sus análisis con los demás equipos y den su opinión sobre los siguientes mitos relacionados con el juego.

Mitos relacionados con el juego

Sólo los niños y las niñas juegan. Las personas maduras no juegan. Los adultos que juegan pierden el tiempo. Lo importante del juego es ganar. Hay juegos exclusivos de niños y otros de niñas. El juego es una actividad que sólo se realiza en el tiempo libre. Cuando hablamos de tiempo libre, nos referimos a aquel que nos sobra después de haber cumplido con todas las obligaciones que tenemos, incluyendo el cuidado de nuestra casa, las responsabilidades escolares y el cuidado e higiene de nuestro cuerpo.

Lee con atención:

El juego de ajedrez nos permite conocer la organización social en la Edad Media. Se empezó a jugar en la India, Persia y China. A Europa llegó gracias a los árabes, quienes lo llevaron a ese continente cuando invadieron España. Esto ocurrió hace aproximadamente novecientos años. Es un juego para pasarla bien y aprender a pensar y a concentrarse. Las piezas que conforman el ajedrez son: los peones, que representan a los siervos medievales, ellos constituían el grupo más humilde de la sociedad y conforman la mayoría. Son ocho y con frecuencia deben sacrificarse para proteger a las piezas más valiosas. Las dos torres representan la fortaleza y el hogar. Los dos caballos representan al soldado que defiende su reino. Los dos alfiles representan a la Iglesia que en la Edad Media era muy importante en la vida de las personas; estos y las torres funcionan muy bien juntos. Dama o reina sólo hay una, y al combinar sus movimientos con los de las torres y los alfiles es la pieza más fuerte y poderosa del tablero. El rey es la pieza más alta e importante en el juego, aunque no la más poderosa. Todos lo defienden, pues su captura significa la pérdida del reino y el final de la partida.



A jugar creando

Divídense en grupos de cuatro o cinco personas e inventen dos juegos divertidos. Uno que pueda realizarse individualmente o por parejas y otro que sea en grupo.



Todo tiene su lado amable

Investiga los efectos de la risa y plátalos a tus amigos y amigas.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

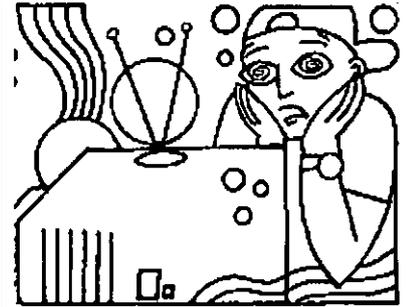
- La imaginación es una fuente importante de creatividad, alegría y bienestar.
- La risa ayuda a liberar tensiones y a gozar.
- El sentido del humor nos ayuda a disfrutar la vida.
- Hay varias formas de desarrollar el sentido del humor.
- Hay una serie de creencias equivocadas asociadas con el juego.
- Cada quien puede inventar juegos.

Concepto:

- Sentido del humor.

Habilidades que desarrollamos...

- Aprender los beneficios del sentido del humor, la risa, la imaginación y el gozar.



Debemos valorar las ventajas y desventajas de cada tipo de diversión.



El ajedrez nos ayuda a desarrollar las habilidades de estrategia y planeación.

¿SABÍAS que...?

Los avances médicos han sugerido que mientras más alegres y risueñas sean las personas más años viven.



No todas las personas somos creativas de la misma forma.



En México son comunes las acciones solidarias.

¿SABÍAS QUE...?

Recientemente, en Estados Unidos, ocurrió el caso de un niño de once años enfermo de cáncer. Debido al tratamiento para esta enfermedad perdió todo el cabello. Se sentía avergonzado de volver a la escuela y que lo vieran así.

Al volver se encontró con una sorpresa: algunos compañeros, sus mejores amigos, estaban completamente calvos. Habían decidido raparse para acompañarlo. Fueron solidarios con él.

Glosario

Abasto social:

Provisión de alimentos básicos para zonas de bajos recursos.

Subsidio:

Ayuda de carácter oficial que se le concede a una persona o grupo poblacional.

Somos personas solidarias



Solidaridad es un estado entre los seres humanos que hace que "no puedan ser felices si no son felices los demás".

¿Qué es y qué no es?

Escribe tres sinónimos de la palabra solidaridad:

Escribe tres conceptos que pueden confundirse con solidaridad o que no son solidaridad.

Explica por qué.

Seguramente has escuchado muchas veces la palabra solidaridad. Es una palabra y una acción que se lleva a cabo en muchos países de maneras muy diferentes. En México es muy común que ocurran acciones de solidaridad.

¿Qué es solidaridad?

Es ayudar a una persona o a un grupo de personas. Es darse cuenta de sus dificultades, poder ponerse en su lugar y de manera voluntaria y espontánea ayudar, cooperar y apoyar en lo que sea necesario para que se resuelva determinado problema o para alcanzar un fin que nos beneficia.

La solidaridad implica darnos cuenta de que no estamos solos, de que vivimos en una sociedad con otros seres humanos que, si bien son diferentes, también son similares a nosotros. Esto nos permite, de alguna forma, compartir lo que les ocurre a las demás personas y entenderlo. "Nada de lo humano me es ajeno".

Ahora bien, no basta compartir y entender lo que ocurre a otros. Solidaridad implica, sobre todo, HACER, y no solo pensar y sentir. La solidaridad nos lleva a realizar acciones concretas en beneficio de los demás y de nosotros mismos.

Somos solidarios cuando además de comprender a los otros, hacemos algo para demostrarlo. Sin embargo, es importante aclarar que la solidaridad no se reduce a dar recursos materiales y permanecer ajeno a la situación. Tampoco se trata de resolver el problema a los demás. La solidaridad se hace realidad cuando colaboramos, nos comprometemos y formamos parte, JUNTO A LOS DEMÁS, de la solución o de la prevención de un problema.

En la solidaridad crecemos CON LOS OTROS y les permitimos crecer.

Es un proceso a través del cual las personas actúan en beneficio de sus necesidades y de otras personas, muchas veces a nivel de la comunidad.

Ahora bien, no basta compartir y entender lo que ocurre a otros.

Para ser una persona solidaria, espontánea y decidirse a ayudar a otra persona es necesario tener ciertas habilidades que de varias maneras se promueven en nuestra cultura. Por ejemplo, en México somos personas sociables que con frecuencia nos relacionamos con personas desconocidas. Cuando vemos que otra persona está en un aprieto es común que tratemos de ayudar. Por ejemplo: cuando dos personas platican en el mercado es fácil que otra participe en la conversación y opine, ofrezca orientación y que hasta surja de una conversación espontánea una relación de amistad. Asimismo, cuando se convoca a través de los medios masivos de comunicación a que existan acciones de apoyo ante situaciones de emergencia o ante desastres naturales, la respuesta de la gente es inmediata y cada persona, de acuerdo con sus posibilidades, trata de ayudar y hacer algo por los demás.

Actuar de manera solidaria es algo que hemos aprendido desde la infancia viendo modelos de solidaridad a nuestro alrededor. La solidaridad ha llegado a ser una característica de los mexicanos, que nos hace sentirnos orgullosos de ello. Sin embargo, no basta ser solidarios en los desastres ni en las situaciones de emergencia. Es necesario realizar acciones y desarrollar e instrumentar programas de solidaridad que actúen de manera permanente en beneficio de las personas que más lo necesitan. De esta manera estaremos usando la solidaridad para prevenir problemas, no sólo para ayudar a solucionarlos.

En México uno de los organismos que se dedica a atender problemas que requieren de acciones de solidaridad es SEDESOL (Secretaría de Desarrollo Social). Dicha institución cuenta con una serie de programas dirigidos a ayudar en las que participan otros organismos para apoyar a las comunidades más necesitadas. Entre estos están:

Para la superación de la pobreza:

- Abasto social:** Diconsa
- Subsidio a la tortilla:** Fidelist
- Subsidio a la leche:** Liconsa

Para fortalecer el capital Humano: Programa de educación, salud y alimentación "Progresas", Sistema Nacional de Información de precios para la edificación de la Vivienda Popular.

Para el desarrollo productivo y generación de empleos:

- Producción, ahorro y crédito para el desarrollo:** Fonaes
 - Apoyo a la actividad artesanal:** Fonart
 - Apoyo a zonas áridas:** Conaza
 - Programas de crédito a la palabra:** cajas de ahorro
- Adaptado de; Secretaría de Desarrollo Social, Internet. <http://www.sedesol.gob.mx/index1.htm>.



Ejemplo de apoyo solidario.

SE ME OCURRE...

Un acróstico

Escribe en tu cuaderno un acróstico significativo con la palabra solidaridad.

Lee con atención:

Algunas instituciones como el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) contemplan entre sus leyes acciones que reflejan solidaridad y apoyo. Un ejemplo de ley que ha sido instituida para asegurar el apoyo a las personas es la Ley del Instituto Mexicano del Seguro Social. Veamos algunos de sus artículos:

Artículo 201. Mediante una serie de prestaciones el ramo de guarderías cubre el riesgo de la mujer trabajadora y del trabajador viudo o divorciado para que conserve la custodia de los hijos que se encuentren en la primera infancia y que no pueda proporcionarles cuidados durante su jornada de trabajo.

Artículo 215. El Instituto organizará, establecerá y operará unidades médicas destinadas a los servicios de solidaridad social, los que serán proporcionados exclusivamente en favor de los núcleos de población que por el propio estado de desarrollo del país, constituyan polos de profunda marginación rural, suburbana y urbana, y que el Poder Ejecutivo Federal determine como sujetos de solidaridad social.

S
O
L
I
D
A
R
I
D
A
D



Muchas instituciones públicas ofrecen apoyo a la población.

¿A qué te suena?

Escribe en tu cuaderno cómo muestran solidaridad estas leyes, ¿A quiénes apoyan?

REFLEXIONO

Acciones solidarias

Reúnanse en equipos de seis a ocho personas y narren situaciones que conozcan donde haya habido acciones de solidaridad. Analicen cómo se sintieron las personas que ayudaron y cómo se sintieron las personas ayudadas.

Glosario

Acróstico:

Composición en forma de poema cuyas letras iniciales en cada renglón forman una palabra o enunciado.

Custodia:

Vigilar, proteger con cuidado.



RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El significado y la importancia de la solidaridad.
- En nuestra cultura se promueven muchos de los valores y habilidades que se necesitan para actuar solidariamente.
- Hay una serie de instituciones que promueven acciones y leyes en apoyo a conductas solidarias en y con la población.

Concepto:

- Acciones de solidaridad

Habilidades que desarrollamos...

- Reflexionar sobre la solidaridad.

Glosario

Martirice:

Que haga sufrir, atormente o cause dolor a alguien.

Perplejos:

Confusos, indecisos, sorprendidos.

Cuneta:

Zanja o canal existente a cada lado de las carreteras para recoger el agua de lluvia.

ASÍ NO SE VALE...



Hacia el futuro

Analiza los siguientes datos, haz una gráfica que los ilustre de manera clara y propon acciones de solidaridad que podrían ayudar a solucionar estos problemas en el futuro inmediato. Indica qué apoyos (por ejemplo de educación, de higiene, de servicios de salud, seguridad social y/o comunicaciones) se requerirían por parte de individuos, instituciones públicas y privadas para lograr esos cambios.

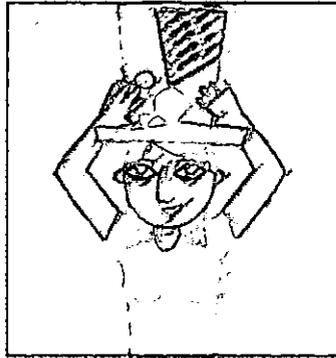
En los países industrializados hay como promedio un médico por cada 400 habitantes, pero en los países subdesarrollados hay uno por cada 7000 habitantes (en el África al sur del desierto del Sahara la cifra es de 1 cada 36,000).

En los países subdesarrollados la mortalidad materna es 18 veces mayor que en los países desarrollados, la tasa de mortalidad infantil es más de 5 veces mayor, y la tasa de mortalidad entre lactantes es 12 veces mayor.

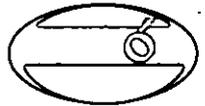
PARA LA CASA

Programas de solidaridad en mi localidad

Investiga en tu localidad qué programas se ofrecen como acciones de solidaridad hacia las personas con problemas de salud, personas con muy bajos ingresos, discapacitadas o de la tercera edad.



Fortaleciendo la creatividad



—No os podéis ir al océano Pacífico sin ver antes nuestra estación experimental —dijo. Y echaron a andar lentamente por un prado azul grisáceo. Pero, de repente, empezó a llover.

—Debería haber dejado el bastón en casa —dijo Ringelhuth—. El paraguas nos hubiera sido más útil.

—¡No se martirice por eso! —replicó el presidente Seidelbast—. ¡Fíjese en las comodidades que ofrece nuestro país, y tenía toda la razón. Apenas habían caído las primeras gotas, cuando empezaron a crecer docenas de paraguas en el prado. Si se quería, se podía uno quedar debajo de un paraguas. Pero, también, se podían arrancar y seguir caminando protegidos de la lluvia.

Los tres cogieron un paraguas y siguieron adelante.

—Cuando termine de llover, los paraguas se marchitarán —dijo Seidelbast, alegremente. Y esto dejó perplejos a los visitantes. Dejó de llover y, en efecto, los paraguas se curvaron como flores marchitas. El presidente tiró su paraguas marchito a la cuneta y los huéspedes hicieron lo mismo.

—La estación experimental que yo he creado —contó Seidelbast—, tiene el objeto de mantener ocupados a los habitantes de carácter inquieto y ayudarlos a tener una imaginación despierta, sin que ellos hagan el menor esfuerzo.

Adaptado de Kaestner, Erich, *El 35 de mayo*, Madrid, Alfaguara, 1979, p. 34-35.

¿Y sí...?



Yo también puedo inventar formas de entretenimiento

Desarrolla de la manera que quieras formas de entretener a diferentes personas (personas con amplia imaginación, personas mayores que sean muy serias y niños sordos). Esto lo puedes hacer actuando, escribiendo, pintando, recortando, juntando cosas raras...lo que quieras. Deja volar tu imaginación.

Lee con atención:

Mi padre me trajo tubos de pintura y poco a poco fui pasando del esbozo al color. El color se me hizo indispensable. Quizá era simbólico, en esa sombra en medio de la cual mi vida, lucecita vacilante, trataba de abrirse todavía un camino. El color fue un auténtico descubrimiento, una alegría absoluta. El mundo se iluminaba. Mi tiempo adquiría otra dimensión. Rauda Jamis, *Frida Kahlo*, Barcelona, Circe Bolsillo, 1994, p. 108

REFLEXIONO



¿Por qué es importante el color?

Imagínate que estás en un restaurante en el cual todo está en tonos de gris: las paredes, los platos, las sillas, las personas, la comida. ¿Cómo influiría esto en tu deseo de probar o de saborear la comida?, ¿cómo en el deseo de estar allí, de platicar con las personas?

La creatividad es una posibilidad del ser humano que puede ser promovida y fortalecida desde la infancia. Es un componente importante de la mente de las personas que nos permite entender y ubicar conceptos que no están aún a nuestro alcance; nos amplía la fantasía y la imaginación. Es también una habilidad que podemos ejercitar para nuestro desarrollo personal, escolar, social y laboral.

Una persona creativa es aquella que puede dar respuestas a preguntas o problemas de manera novedosa, poco usual, y aquella que no se deja abrumar por lo desconocido sino que se ingenia la forma para usar las cosas que tiene a su alcance y salir adelante. Una persona creativa es aquella que puede dar respuestas a preguntas o problemas de acuerdo con la situación.

SE ME OCURRE...



Resolviendo más preguntas divertidas

◊ La bolsa

Hay seis bolillos y una bolsa. Le das un bolillo a cada uno de seis niños y encuentras que no te quedas con una bolsa vacía. ¿Por qué no?

◊ Los elefantes

¿Qué tienen los elefantes que no tiene ningún otro animal?

SE ME OCURRE...



Más allá de su uso habitual

Escribe qué usos diferentes le puedes dar a:

- ◊ Un hilo
- ◊ Una flor
- ◊ Un día libre
- ◊ Un listón
- ◊ Un basurero
- ◊ Una rueda vieja
- ◊ Una chamarra vieja
- ◊ Una canasta
- ◊ Un jabón
- ◊ Un bote de pintura

Glosario

Esbozo:

Bosquejo, idea vaga de algo.

Abrumar:

Causar molestia, agobiar.



¿SABÍAS que...?

Un saborista es la persona que combina de manera creativa sus conocimientos científicos y su sentido del gusto y el olfato para crear sabores y aromas. Su trabajo se aplica en el arte y la tecnología de alimentos.

Respuesta: porque le diste al último niño el bolillo dentro de la bolsa.
Respuesta: bebes elefantes.

Glosario

Desdénio:

Indiferencia, desapego.

Innovadora:

Que introduce cosas nuevas.

El investigador Roberto Sternberg comenta que las personas creativas generan ideas que inicialmente no son valoradas socialmente. De hecho se ven como que van en contra de las normas, que no son productivas...a veces hasta tontas. El resultado es que muchas ideas creativas son rechazadas y a la persona que las propone se le ve con sospecha, inclusive desdénio. "La persona innovadora va en contra de la mayoría". Con frecuencia ésta no se da cuenta —ya sea porque no quiere o porque no puede— que las nuevas ideas representan una forma válida y muchas veces son la mejor alternativa a la forma usual de pensar o de hacer las cosas.

Sternberg, Robert, *El desarrollo de la creatividad en estudiantes y maestros*, Psicología Contemporánea Europea, Seattle: Hogrefe y Huber, 1996, p. 212.

Algunas ideas para promover la creatividad:

Pregunta, pregunta, pregunta; trata de ver las cosas desde diferentes puntos de vista, dales la vuelta, de adentro para afuera, sentado, de pie, volando, en el piso, abierto, cerrado.

Date la oportunidad de cometer errores... el que hace errores está haciendo...el que no comete errores tampoco comete aciertos.

Tómate tu tiempo; date cuenta de que habrá obstáculos...no toda la gente aprecia a las personas con ideas originales.

PARA LA CASA

Ejercitando mi pensamiento creativo

Resuelve los siguientes acertijos:

◆ **Bueno y malo**

La familia Bueno tiene tres niños, Tomás, Diego y Juan. La familia Malo también tiene tres niños, Tomás, Diego y Juan.

La familia Bueno siempre dice la verdad, la familia Malo siempre miente.

Tres de los niños están jugando juntos. Dos de ellos son Malo, y el otro es Bueno. Los nombres de los niños son Tomás, Diego y Juan... pero ¿a qué familia pertenecen?

Trata de averiguarlo según esta información:

El niño 1 dijo que su nombre no era Diego.

El niño 2 dijo que su nombre no era Tomás

El niño 3 dijo que su nombre era Tomás.

◆ **¿Qué sigue?**

Usando los números 3, 4, 6 y 8 y sin repetir un número usado, ¿puedes decidir qué número debe aparecer en el último espacio?

4638	6843	3864	4863
6483	8364	3648	6348
4386	6438	8643	3486
4368	3468	6834	4683
6384	8634	4836	8463
3846	8436	8346	X

◆ **Letras y cuadros**

Toma CUATRO letras A

Toma TRES letras B

Toma TRES letras C

Toma TRES letras D

Toma TRES letras E

Ahora colócalas en la caja de letras de manera que las letras iguales no estén juntas ni vertical, horizontal ni diagonalmente. Hay cuatro letras ya puestas para ayudarte.

B		E	
C			
D			

◆ Jabonoso...

La señora Misterios es encargada de asegurarse que siempre haya jabón en los baños de las niñas y niños. Se ha dado cuenta de que las niñas y los niños siempre dejan un pedazo pequeño de jabón cuando piden un jabón nuevo. La astuta de la señora Misterios empezó a coleccionar los pedazos y se dio cuenta que se podían juntar y hacer una nueva barra de jabón. Cada siete pedacitos hacen una barra nueva de jabón. Ella compra un paquete que contiene 49 barras nuevas de jabón. Contando las barras que ella va a juntar, ¿cuántas barras tendrá en total?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La creatividad puede ser promovida y desarrollada a partir de los primeros años de vida.
- Diferentes formas de desarrollar la creatividad.
- Una persona creativa puede responder de maneras novedosas, ver las cosas desde diferentes perspectivas para poderles buscar solución.

Habilidades que desarrollamos...

- Fortalecimiento de la capacidad creativa.

Respuesta: el niño 1 es Juan Bueno, el niño 2 es Tomás Malo y el niño 3 es Diego Malo.
Respuesta: 3684
Respuesta: ACD, CDBA, AECD, DBAE
Respuesta: 57. Los 49 van a hacer 7 barras nuevas, y esas barras dejarán restos para hacer una barra más.

Me gusta trabajar



En su concepto más amplio, trabajo se refiere a la actividad humana que se realiza con el fin de ganarse la vida. La palabra "trabajo" tiene también otros sentidos. **Todos nosotros realizamos trabajos en los que no nos estamos ganando la vida, es decir que son remunerados económicamente.** Así, por ejemplo, cada uno de nosotros realiza su trabajo al estudiar, cada una de las personas que se encarga de cocinar y mantener el orden y limpieza de un hogar realiza un trabajo, quienes organizan actividades de apoyo a la comunidad de manera voluntaria realizan un trabajo.

¿A qué te suena?

¿Qué obligaciones implica un trabajo remunerado y uno no remunerado? ¿Cuál es la principal diferencia? ¿Qué derechos implica un trabajo remunerado y uno no remunerado? ¿Cuál es la principal diferencia?

Mediante el trabajo satisfacemos no sólo necesidades económicas sino de varios tipos. Es una actividad que exige esfuerzo y que puede o no ser placentera. Si es placentera se hará con mayor gusto y por lo tanto se hará con más eficacia.

¿SABÍAS que...?

Silvestre Revueltas es uno de los compositores mexicanos más destacados. En todas sus composiciones está presente el ritmo variable, la sátira y la ironía, la melancolía y la audacia, además del color, tan propios del mexicano. Silvestre Revueltas nació en el Estado de Durango, el 31 de diciembre de 1899. Gracias a sus numerosos recitales de violín fué consagrado como uno de los virtuosos más notables nivel internacional.

Glosario

Remunerados:

Pagados o recompensados por un servicio prestado.

Sobre el trabajo remunerado

El artículo 123 de nuestra constitución establece que los trabajadores deben tener condiciones justas de trabajo. Entre estas condiciones se plantea que deberán tener una jornada de trabajo de un máximo de ocho horas, por lo menos con un día de descanso a la semana. Establece también que el trabajo se deberá llevar a cabo bajo condiciones de seguridad e higiene, con un salario suficiente para cubrir los gastos de la familia y que debe incluir el pago de vacaciones y, a fin de año, de un **aguinaldo**. En ese artículo también se dice que los trabajadores tienen el derecho a formar sindicatos y a hacer huelgas para defender sus intereses.

REFLEXIONO



¿En qué quiero trabajar?

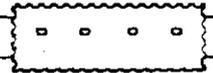
¿Has pensado en qué te gustaría trabajar?, ¿qué es lo que te gusta de ese trabajo? ¿Qué necesitas hacer para poder dedicarte a eso?

Relación entre escolaridad, ingresos y condiciones de empleo

Cuando tomamos una decisión sobre las actividades que vamos a realizar en nuestra vida, es conveniente considerar la relación que guardan el nivel escolar con el monto de dinero que podemos obtener y las condiciones de trabajo que encontraremos. Generalmente, mientras más avanzados sean nuestros estudios, habrá más posibilidades de que las condiciones laborales sean mejores y nuestra remuneración sea mayor. Por ejemplo, si terminamos una carrera técnica será más fácil que tengamos un mejor empleo que si sólo estudiamos la primaria. Asimismo, si cursamos estudios superiores, podemos tener un mejor trabajo que si sólo estudiamos preparatoria.

Hay varias formas de clasificar los tipos de trabajos remunerados. Una de las formas más sencillas de dividirlos es en: producción, comercio y servicios. La producción tiene que ver con la elaboración de alguna cosa. Ejemplos de actividades productivas son la agricultura, la fabricación de artículos electrónicos, del papel y de sus derivados. El comercio se refiere a la compra y venta de algún producto como frutas y verduras, pescado, muebles y materiales de construcción; y los servicios son aquellos trabajos en los que atendemos a otras personas, por ejemplo los hospitales, hoteles y restaurantes.

YO QUIERO, YO PUEDO



Planeando un futuro laboral

Formen tres equipos de cuatro o seis personas. El primero va a dedicarse a la rama de la producción, uno más a la del comercio y el otro a la de servicios. Cada equipo tendrá que detallar lo que hará, qué labor desempeñará cada persona, qué espera lograr y se qué manera de beneficiará su comunidad y el país.

COMPARO



Opciones de trabajo

Anota diferentes opciones de trabajo que hay en tu región. Luego en equipo clasifiquen los trabajos de acuerdo las áreas que corresponden. ¿Qué es lo que más hay en tu localidad?, ¿qué áreas de trabajo se necesitan fortalecer?



Cuanto más avanzados sean nuestros estudios, tendremos más posibilidades de obtener un mejor empleo

Glosario

Aguinaldo:

Pago extra, diferente del sueldo, que se recibe por lo general a fin de año.

YO QUIERO, YO PUEDO



Planeando mi trabajo

Haz un plan sobre qué necesitas hacer para poder trabajar en algo que te gustaría. Es muy probable que todavía vayas a cambiar. Ir pensándolo te ayudará a hacer un plan de acción más concreto una vez que lo tengas claro.

Conocimientos requeridos:

Habilidades requeridas:

Dónde se puede estudiar para tener la preparación necesaria para hacerlo:

Cuánto cuesta estudiar eso:

Cómo conseguir los recursos para hacerlo (considera obtención de becas):

PARA LA CASA

Una visita

En equipo organicen una visita a la sede de alguna actividad que brinde servicios a la comunidad, como una planta de energía eléctrica, del servicio de limpia o de agua potable, para observar cómo funciona. Entrevisten a las personas encargadas. Hagan preguntas como: ¿quiénes solicitan este servicio?, ¿qué se necesita para obtenerlo?, ¿qué beneficios le aporta a los usuarios?, ¿qué programas tienen?, ¿cuáles son sus principales problemas?, ¿qué se puede hacer para resolverlos?, ¿cómo podrían ayudar ustedes para que este servicio funcione mejor?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Hay trabajos remunerados y no remunerados económicamente.
- Si el trabajo es placentero se hace más eficiente y eficazmente.
- Hay varias formas de clasificar los trabajos remunerados. Una de ellas es en: producción, comercio y servicios.

Concepto:

- Remuneración económica

Habilidades que desarrollamos...

- Fortalecimiento de la capacidad de planeación.

REPASO Y REFLEXIÓN

-
- ¿Por qué es importante desarrollar la imaginación?
- ¿Qué puedo hacer para desarrollar el sentido del humor?
- ¿Qué diferencias hay en la forma de resolver problemas entre una persona con creatividad y una que no la ha desarrollado?
- ¿A qué problemas se enfrenta una persona creativa?
- ¿Qué podemos hacer para fortalecer nuestra creatividad?
- ¿En qué grandes rubros se pueden clasificar los trabajos?
-



Las oportunidades de trabajo varían según las diferentes regiones.

¿SABÍAS QUE...?

El trabajo de John Wilmington consiste en cuidar a los cuervos que viven en la Torre de Londres, en Inglaterra. Los cuervos viven ahí desde hace cientos de años. De acuerdo con una leyenda, ellos graznaron para avisar que soldados enemigos querían capturar la Torre en 1660. Después de esto, corrió el rumor de que Inglaterra caerá el día que estas aves abandonen ese lugar. Desde entonces, para tener a los cuervos contentos, el gobierno designa un cuidador especial que les corta las alas y los alimenta. En la noche los guarda en su jaula especial, donde están protegidos del frío.

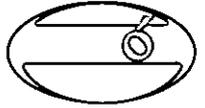
Glosario

Graznaron:

Gritaron o dijeron los cuervos. Graznido es el sonido que emiten los cuervos, patos y gansos.

Sede:

Lugar donde funciona permanentemente una entidad.



Me enorgullezco de mi cultura



En cada región del mundo han surgido diferentes culturas.

"Yo crecí al lado del fuego, oyendo historias llenas de sabiduría popular y del más alto nivel, que me proporcionaron todas las mujeres sensacionales de mi alrededor", Laura Esquivel, escritora mexicana.

Desde las primeras civilizaciones ha existido una necesidad humana básica de pertenecer a una comunidad con la cual cada individuo se identifica, comparte una lengua, un territorio, unas costumbres y unos recuerdos comunes. Todo esto en conjunto forma parte de la cultura. **La cultura puede definirse como un conjunto de actitudes y de creencias acerca del mundo.** En la cultura se comparten las necesidades, los ideales y se desarrolla la identidad de grupo.

En cada región del mundo han surgido diferentes culturas. Cada una se desarrolló cuando los seres humanos utilizaron los recursos que tenían a su alrededor para resolver sus necesidades, como

buscar alimentos, protección y abrigo en diferentes épocas del año. Poco a poco cada grupo desarrolló técnicas y estilos de vestir, de alimentarse y de vivir de acuerdo con su medio ambiente. También desarrollaron diferentes ocupaciones y formas de dividir el trabajo. Así es como poco a poco fue apareciendo la cultura de los pueblos.

La cultura es un concepto que se ha estudiado desde diferentes puntos de vista: como un fenómeno histórico; como una manera de ayudar a los seres humanos a adaptarse a su ambiente; como una serie de costumbres que tienen diferentes significados, y como una interacción en la que el ser humano recibe la cultura a la vez que la transforma. **La cultura nos permite adaptarnos, relacionarnos con las personas que nos rodean y desarrollar diferentes habilidades que nos darán a la vez la posibilidad de aportar algo a nuestra cultura.**

A través del tiempo las diferentes culturas han ido evolucionando y comunicándose. El intercambio entre las culturas ha tenido diferentes impactos relacionados con la manera en que se han dado dichos intercambios. Así, por ejemplo, cuando han sido a través de guerras o de conquistas, se han perdido algunas costumbres y lenguas y se han impuesto otras culturas. Cuando el intercambio ha sido pacífico se han favorecido el desarrollo, los avances científicos y se ha respetado la cultura de cada región. De ahí que sea necesario fomentar actitudes de tolerancia y respeto a la diversidad cultural, como una manera de favorecer el desarrollo de todos los pueblos del mundo. La preservación, el conocimiento y la difusión del patrimonio cultural son tareas muy importantes para fortalecer la identidad nacional.

REFLEXIONO



Mi cultura y mi comunidad

- ◊ ¿Cuál es la lengua que se habla en tu comunidad?
- ◊ ¿Cuál es el territorio que comparten?
- ◊ ¿Hay algún hecho histórico que la mayoría de la gente de la comunidad narre o recuerde?
- ◊ ¿Qué lugar tiene un significado especial para tu comunidad? ¿Por qué?
- ◊ Si estuvieras fuera de tu comunidad por mucho tiempo, ¿qué recordarías con más cariño?, ¿qué extrañarías? :

La preservación de una cultura se justifica en términos del bienestar de su gente, de tal manera que, cuando las costumbres de una comunidad dan beneficios a sus miembros, como sentirse integrados, felices, cuidar su salud, aprender de sus errores, tener planes comunes a futuro, se trata de preservarlas o conservarlas. Sin embargo, también puede ocurrir que existan costumbres o creencias erróneas que se consideran parte de la cultura pero que no le traen beneficios. Un ejemplo sería pensar que las mujeres de las zonas rurales no se pueden enfermar de cáncer o que, cuando niños y niñas tienen fiebre lo mejor es arroparlos y no bañarlos. Generalmente las costumbres que no traen beneficios a la comunidad tienden a desaparecer por el efecto de la educación. La educación que se da en la escuela y en los centros de salud ayuda a que se acaben estas costumbres. Como resultado de ello podría suceder que, cuando niñas y niños tengan fiebre los destapen, les pongan compresas de agua fría y los lleven a centros de salud, y mientras las mujeres aprenden que aún en el medio rural se pueden enfermar de cáncer y que hay medidas preventivas para muchas enfermedades, entre ellas el cáncer cervical.



El consejo Nacional para la Cultura y las Artes conserva y estudia el patrimonio cultural de la nación.

REFLEXIONO



Nuestras costumbres y tradiciones

Reúnanse en equipos de tres o cuatro personas y reflexionen sobre dos costumbres de su comunidad. Por ejemplo, la manera en que se tratan las enfermedades, la manera en que se trata a hombres y mujeres, las maneras en las que se celebran las diferentes fiestas, el tipo de alimentos que se preparan, entre otras. Analicen si estas costumbres acarrearán o no beneficios a las personas de la comunidad.

Las fiestas, las tradiciones y las artesanías

El Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (CNCA) es el organismo del gobierno de México que se ocupa de conservar y estudiar el patrimonio cultural de la nación, de apoyar el trabajo de los artistas, e intelectuales y de difundir nuestra cultura.

Algunas de las instituciones que agrupa el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes son:

- Biblioteca de México
- Centro Cultural Tijuana
- Centro Nacional de las Artes
- Cineteca Nacional
- Comisión Nacional para la Preservación del Patrimonio Cultural
- Coordinación Nacional de Desarrollo Cultural Infantil
- Dirección General de Culturas Populares
- Festival Internacional Cervantino
- Programa Cultural Tierra Adentro
- Radio Educación
- Sistema Nacional de Fomento Musical

En 1989 se creó la Comisión Nacional para la Preservación del Patrimonio Cultural como órgano de consulta y apoyo a las tareas de protección y preservación de los bienes considerados como patrimonio cultural de la nación. De este modo, apoya las actividades del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, a través de los Institutos Nacionales de Antropología e Historia y de Bellas Artes.

Dentro de los proyectos que actualmente se realizan, se encuentran la restauración de la antigua planta de luz de Texcotzincó —de finales del siglo XIX, en Texcoco— y la ex hacienda Monte Blanco de Fortín de las Flores en Veracruz. Recientemente se han

¿SABÍAS que...?

Un ejemplo de la unión entre las culturas tradicionales y la naturaleza es el uso del tinte del caracol púrpura panza, para teñir hilos de algodón, el cual se extrae de las costas del Pacífico. Esta es una tradición que prevalece en las costas de Oaxaca, donde las mujeres usan madejas de algodón teñido como adorno en la cabeza. Actualmente y gracias al avance de los tintes sintéticos, el tinte del caracol se reserva para prendas muy especiales. El color morado tiene un significado muy especial en esas comunidades. El rojo se asocia con virtudes de representación de poder y fertilidad, que se considera que se duplican con el morado ya que se piensa que es una manifestación más intensa del rojo. Este culto al caracol estaba ligado en la antigüedad con el ciclo lunar de 28 días y tenía relación con la fertilidad y con el ciclo femenino.

¿SABÍAS que...?

En cada estado de la República se promueven diferentes actividades para niños y niñas, los cuales se realizan en su mayoría en las casas e institutos de la cultura.

Por ejemplo: hay concursos de pintura, talleres para elaborar máscaras y antifaces, talleres de títeres, talleres para hacer veladoras o fabricar cuadros con semillas, exposiciones de los cultivos que se producen en la región, como "la feria del maíz", talleres de carpintería y juguetes mexicanos, investigaciones sobre las minas o sobre los volcanes. También hay cursos para aprender sobre los tintes naturales, extraerlos y utilizarlos para pintar. Se imparten talleres de creación literaria y periodismo, etcétera. Cada una de las actividades promueve el desarrollo o fortalecimiento de diferentes habilidades.

realizado obras de restauración en la Catedral de Santo Domingo, en Oaxaca, y en las ruinas de Tulum, en Quintana Roo. También se está elaborando un catálogo nacional que incluye edificios del siglo XX, así como inventarios de bienes e inmuebles.

Como podemos observar, el objetivo de preservar el patrimonio cultural es conservar los bienes que representan la cultura de la nación y concientizar a la población sobre el valor histórico de dichos bienes y la importancia de participar en su cuidado. Para ello, se cuenta con comisiones estatales y regionales, municipales y locales, en apoyo a tareas de vigilancia, tradiciones y costumbres.



Qué habilidades puedo desarrollar

Copia en tu cuaderno la siguiente lista y anota a un lado de la actividad qué habilidades crees que desarrollarías si la realizas:

- ◇ Escribir un cuento.
- ◇ Actuar como si fueras el volcán Popocatepetl.
- ◇ Pintar piedras con paisajes.
- ◇ Visitar un museo.
- ◇ Construir un papalote.
- ◇ Investigar sobre las zonas sísmicas.

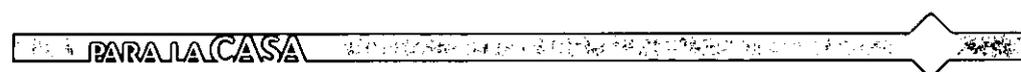


Ayudemos a conservar nuestro patrimonio cultural

Dividan al grupo en seis equipos. Cada equipo elaborará una guía para conservar diferentes patrimonios de la nación. La guía estará enfocada a lo que se debe hacer y lo que no se debe hacer ante los diferentes sitios y objetos que forman el patrimonio de nuestra nación. Incluyan lo que haríamos o diríamos si vemos a alguna persona dañándolos.

- ◇ Las ruinas.
- ◇ Los museos.
- ◇ Las playas y los ríos.
- ◇ Los monumentos que se encuentran en las ciudades.
- ◇ Las reservas ecológicas.
- ◇ Las artesanías que se producen en nuestra localidad.

Si hace falta algo para preservar el patrimonio cultural de la región donde vives repórtalo a tu delegación o a tu municipio. Es responsabilidad de todos los mexicanos cooperar para que estas medidas se lleven a cabo. Tú puedes participar activamente.



Instituciones que ayudan a preservar la cultura

Investiga qué instituciones en tu comunidad tienen la función de preservar la cultura. Menciona algunas de las acciones que realizan y los talleres que imparten para personas de tu edad.



Tulum, Quintana Roo,
parte de nuestro
patrimonio cultural.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La cultura es un conjunto de actitudes y creencias acerca del mundo.
- El que haya diferentes culturas es resultado de diferentes formas de utilizar los recursos económicos y ambientales.
- Las culturas se han estudiado desde diferentes perspectivas y se han ido comunicando entre sí.
- La preservación de una cultura ayuda a fortalecer la identidad nacional.
- Las costumbres que no traen beneficios a la comunidad tienden a desaparecer por el efecto de la educación.
- El Consejo Nacional para la Cultura y las Artes se encarga de conservar y estudiar el patrimonio cultural de la nación.

Conceptos:

- Diversidad cultural
- Patrimonio cultural

PASO FLE ONO

-
- ¿Qué es cultura? ¿Cómo se explica que haya tantas diferencias culturales?
- ¿De qué manera el tener acceso a la educación y aprovechar las oportunidades que ésta nos abre, ayuda a cambiar algunas costumbres?
- ¿Cuáles?
- ¿Por qué es importante fomentar la tolerancia y respeto a la diversidad cultural?
- ¿Qué funciones tiene el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes?
-

1

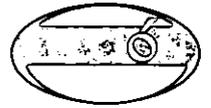
FORMAS EN LAS QUE SE ORGANIZA LA SOCIEDAD

2

VALORES, POSIBILIDADES, NORMAS Y LÍMITES

FORMAS EN LAS QUE SE ORGANIZA LA SOCIEDAD

Dependemos de la sociedad



El ser humano es un ser social. ¿Qué quiere decir esto? Quiere decir que nuestro “yo” depende en buena medida de nuestro “nosotros”, quiere decir que, incluso si nos alejamos de todos los hombres y mujeres y vivimos en la más completa soledad, como en el caso de Robinson Crusoe, aún en la isla más solitaria seguiremos siendo seres sociales. Como las hormigas o las abejas, somos animales sociales, pero a diferencia de éstas, cuyas sociedades son siempre iguales, las sociedades humanas son diversas y cambiantes. Así, con la posible excepción de los niños salvajes, hombres y mujeres hemos nacido y crecido dentro de una serie de vínculos con otras personas y vemos el mundo que millones de personas han ido construyendo mucho antes de que nacieramos. Sin ese desarrollo social, simplemente seríamos incapaces de sobrevivir, peor aún, no seríamos capaces de comprendernos como individuos. Si lo consideramos cuidadosamente, **ninguno de nosotros es primero un individuo y después un ser social, somos siempre las dos cosas a la vez.**

Veamos una definición de **sociedad** para comprender mejor nuestro carácter social. La sociología, es decir, la ciencia que estudia a la sociedad, la define como **“un grupo de individuos que ocupan un mismo territorio interactuando entre sí y compartiendo una cultura común”**. La definición cuenta con tres elementos, si falta uno no estaremos ante una sociedad:

1. El grupo vive en un mismo territorio.
2. Los individuos que lo componen se relacionan.
3. Participan de la misma cultura.

Hay que poner de relieve los dos puntos, pues mucha gente cree que vive en sociedad tan sólo porque habita el mismo lugar con otros, como diciendo “yo nací y crecí en medio de esta gente, pero yo soy yo independientemente de ellos, ellos tan sólo ocupan el mismo lugar que yo”. Quien habla así tiene toda la razón al afirmar la independencia de su “yo”, en lo que se equivoca es en no reconocer que ese “yo” se ha formado en medio de otras personas. En otras palabras, no basta con amontonar a muchos individuos en un lugar para tener una sociedad; además de compartir un territorio, la gente que vive en una determinada sociedad, comparte una cierta manera de ver el mundo y de relacionarse entre sí.

Por curioso que parezca, la constante convivencia con la sociedad hace que nos olvidemos de ella, que demos por hecho que es algo aparte de nuestra individualidad. Se habló de Robinson Crusoe, porque quizá la manera más poderosa de recordar nuestro ser social es la de imaginarnos en la posición que le tocó vivir al famoso

náufrago. En efecto, cuando Robinson Crusoe se encontró solo en una isla fue cuando descubrió que cargaba con su sociedad todo el tiempo: en su lengua, en su comprensión del mundo, en su dependencia de ciertos **artefactos** y, lo más doloroso de todo para él, en la necesidad de relacionarse con sus semejantes. Era tanta la nostalgia por la sociedad que sufría Robinson Crusoe de la primera versión, que, después de darse cuenta que no podría regresar a casa a menos que alguien lo rescatara, y aunque podía conseguir alimentos fácilmente, se las arregló para cultivar arroz y trigo, fabricó su horno para hacer pan y hasta escribió una constitución para el gobierno de la isla donde sólo él vivía. Robinson creía estar trabajando por su supervivencia cuando en realidad, y sin saberlo, no hacía más que trabajar por la supervivencia de su ser social. Después llegaría Viernes a hacerle compañía y, eventualmente, cuando la isla estaba ya civilizada, un barco que los llevaría a Inglaterra. En la segunda versión, la de Michel Tournier, después de años de hacer cosas similares a las del primer Robinson, cosas como cultivar y legislar sobre la isla, Robinson sí se da cuenta de que, aunque está completamente solo en la isla, lo acompaña a años y kilómetros de distancia la sociedad que dejó.

Lee con atención:

El primer día yo transitaba entre dos sociedades humanas igualmente imaginarias: la tripulación desaparecida y los habitantes de la isla, pues yo la creía entonces habitada. Estaba aún poseído por mis contactos con mis compañeros de barco. Continuaba imaginariamente el diálogo interrumpido por la catástrofe. Fue entonces cuando la isla se reveló desierta. Detrás de mí, el grupo de desafortunados compañeros se hundía en la noche. Sus voces se habían ya callado hacía tiempo cuando la mía apenas empezaba a cansarse. Desde entonces sigo con una horrible fascinación el proceso de deshumanización.

Yo sé ahora que cada hombre lleva dentro de sí, y como por encima de sí, un frágil y complejo **andamiaje** de costumbres, respuestas, reflejos, mecanismos, preocupaciones, sueños e implicaciones que se ha formado y continúa transformándose por los retoques **perpetuos** de sus semejantes. Privada de esa **savia**, esa delicada **florescencia** se marchita y se desarma.

Adaptado de Tournier, Michel, *Viernes o los Limbos del Pacífico*, México, Alfaguara, 1987.



¿SABÍAS que...?

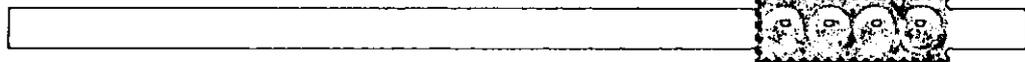
La versión original de *Robinson Crusoe* fue escrita en el siglo XVII por Daniel Defoe. En nuestro siglo, Michel Tournier la retomó con el título *Viernes o la Vida Salvaje*.

REFLEXIONO

Naufragué

Después de años sólo en su isla, Robinson sigue siendo un ser social. ¿Por qué?

- ◇ ¿Qué le pasaría a Robinson si perdiera el uso de la palabra?
- ◇ ¿Qué cosas bajarías del barco a la isla si fueras Robinson y sólo pudieras cargar una balsa?
- ◇ ¿Cómo organizarías tu vida en la isla de Robinson? ¿Cómo sería un día típico?
- ◇ ¿Qué cambiaría con la llegada de Viernes?
- ◇ ¿Qué pensarías cuando después de cuarenta años llegara un barco a rescatarte?
- ◇ Hay gente que vive en medio de la gente pero cree que no le debe nada a la sociedad, ¿qué crees que le diría Robinson?



La constitución, ¿Qué harías en un naufragio?

En equipos de cuatro a seis personas contesten las siguientes preguntas suponiendo que los cinco naufragan en la isla de Robinson (pueden usar algunas de las respuestas individuales para contestar).

- ◇ ¿Qué bajarían del barco si sólo pudieran cargar una balsa?
- ◇ ¿Cómo se organizarían?, ¿cómo sería un día típico?, ¿qué ventajas y desventajas habría en la vida en esa isla en comparación con su vida actual?

Redacten una constitución para la isla con un mínimo de 10 artículos indispensables para una buena convivencia.

Glosario

Náufrago:
Persona cuya embarcación se hundió en el agua.

Artefactos:
Máquinas, aparatos.

Andamiaje:
Armazón o estructura que soporta a otras.

Perpetuos:
Que son o están para siempre.

Savia:
Líquido que circula por las diferentes partes de una planta.

Florescencia:
Época de prosperidad.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Somos al mismo tiempo individuos y seres sociales.
- Las sociedades humanas son diversas y cambiantes.
- Dependemos como individuos de la sociedad en la que nacemos.
- Vemos el mundo como la sociedad en la que hemos nacido.

Conceptos:

- Sociedad
- Reglas para la convivencia



Las sociedades industriales son más complejas.

Analicen su constitución.

◇ ¿Qué artículos son distintos a los de su sociedad actual? ¿Cuáles son iguales?

◇ ¿Qué harían si llegara un barco a rescatarlos 40 años después?

Ahora comparen las respuestas de cada equipo las preguntas uno a cinco. Vuelvan a redactar una constitución de sólo 10 artículos, ahora entre todo el grupo. Esto quiere decir que cada equipo deberá convencer a los otros de adoptar algunos de los artículos de su constitución. Por cada artículo elegido para el grupo, el/los equipo/s que lo hayan redactado recibirá dos puntos. ¿Qué equipo suma más puntos?

PARA LA CASA

Reescribiendo el diario de Robinson Crusoe

Escribe el diario de Robinson en uno de los siguientes días: a) cuando Robinson se da cuenta de que no puede escapar de la isla y está solo; b) cuando encuentra a Viernes, c) cuando llegan a rescatarlo. Escribe qué pensaba y qué sentía.

Diferentes tipos de sociedad



Las sociedades actuales cambian tanto, y tan rápido, que seguramente la nuestra no será igual en unos cuantos años. Si queremos participar en los cambios sociales, en lugar de ser simplemente sus víctimas, es importante aprender a comprenderlos.

Los diferentes tipos de sociedad suelen clasificarse en función de las diversas formas de subsistencia que emplean. Así ha habido sociedades cazadoras y recolectoras, sociedades que viven del pastoreo, de la horticultura, de la agricultura y, eventualmente, sociedades industriales. En términos generales, este orden de presentación de los diferentes tipos de sociedad, representa el paso de sociedades más simples a **sociedades más complejas**, es decir, **sociedades con más variedad e interdependencia de roles, estatus, grupos e instituciones**. Por ejemplo, las sociedades cazadoras y recolectoras suelen tener pocos estatus y roles diferentes porque, siendo nómadas, casi todos sus miembros desempeñan roles similares. Por el contrario, en las sociedades que viven de la agricultura la vida es sedentaria (permanecen en un lugar) y, por lo tanto, llega un momento en que no todas las personas tienen que dedicarse a la producción de alimentos: algunas se dedican a la construcción, otras a la carpintería, o a la herrería y así sucesivamente hasta que se tiene una sociedad con muchos grupos, estatus y roles diferentes.

En virtud de las enormes consecuencias que ha generado la aparición de las sociedades industriales, hoy se suele hablar de **dos tipos básicos de sociedad: las pre-industriales y las industriales**. Se pueden hacer distinciones más finas en virtud de que hay algunas sociedades que están apenas llevando a cabo su transición hacia la industrialización y otras que ya empiezan a hablar de post-industrialización. Las sociedades industriales son tan complejas y cambian tan rápido que causan confusión, a tal punto que ni siquiera los científicos sociales han logrado comprenderlas del todo. Una aproximación es la siguiente:

Lee con atención:

En la sociedad preindustrial la estructura social es simple con pocos estatus y roles. La mayor parte de los estatus los adjudica la sociedad, por ejemplo: brujo, recolector, cazador, guerrero. **La mayoría de los grupos sociales son primarios** y las comunidades generalmente son pequeñas, como las aldeas. Existe poca división del

trabajo salvo en relación con diferencias de edad y sexo; **los valores están orientados por la tradición.** La cultura es homogénea, o sea, que la mayor parte de la gente comparte normas y valores similares. La tecnología es primitiva, basada principalmente en el poder de la fuerza humana y animal. **El cambio social es lento.**

En las **sociedades industriales la estructura social es compleja**, con muchos estatus y roles. Existen instituciones especializadas en educación, ciencias, tecnología, etcétera. **Los estatus** son adjudicados por la sociedad, pero la mayor parte de ellos son fijados y **se alcanzan a nivel individual** (pintor, doctor, deportista, etcétera). La mayoría de los grupos sociales son secundarios y las comunidades son grandes y forman ciudades. Existe mucha división y especialización del trabajo. **Los valores están orientados al futuro** y la cultura es heterogénea, es decir, hay muchas subculturas con diferentes normas y valores. La tecnología es avanzada y **el cambio social es rápido.**

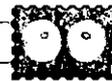


Viviendo en las junglas de Nueva Guinea.

¿SABÍAS QUE...?

Si después de nacer te hubieran llevado a las junglas de Nueva Guinea donde te hubieran criado los caníbales, habrías heredado las características físicas de tus verdaderos padres, pero no su manera de ver el mundo; los miles y miles de años que nuestra sociedad ha tardado en aprender ciertas cosas (que la Tierra es redonda y gira en torno al Sol, que nuestra sociedad y nuestra manera de comportarnos es una de tantas, etcétera) se verían sustituidas por otras cosas. Por ejemplo que hay que comerse el cerebro de los enemigos para adquirir sus poderes.

REFLEXIONO



¿Cómo es mi sociedad?

En parejas contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

¿Qué ventajas y desventajas ofrecen las sociedades industriales?

En las sociedades industriales nuestra vida diaria depende de mucha gente que no conocemos personalmente, menciona cinco ejemplos.

¿Hasta qué punto crees que la sociedad en la que vives está industrializada? Contesta retomando cada punto de la tabla anterior.



Analizando y evaluando

Debate: a favor o en contra de la sociedad industrial

Dividan al grupo en dos. Un equipo estará a favor y otro en contra de la sociedad industrial. La argumentación se hará a partir de cada uno de los puntos de la tabla. Darán argumentos a favor de la posición que les toca defender aunque no estén del todo convencidos de esa posición.

PARA LA CASA

El futuro

¿Cómo imaginas tu sociedad dentro de 10 años? y ¿dentro de 20 años? Contesta por escrito en tu cuaderno e ilustra con dibujos.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

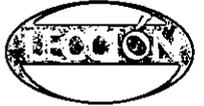
- Hay diferentes tipos de sociedades dependiendo de las diferentes formas de subsistencia que emplean.
- Hoy el mundo se divide básicamente en dos tipos de sociedad: las industriales y las preindustriales.
- La estructura de las sociedades industriales es más compleja y cambiante que la de las sociedades preindustriales.

Conceptos:

- Sociedad preindustrial
- Sociedad industrial

Habilidades que desarrollamos...

- Analizar nuestra sociedad y determinar hasta qué punto está industrializada.
- Evaluar los pros y los contras de la industrialización.
- Argumentar nuestros puntos de vista.



Diferentes valores nos llevan a actuar de diferentes maneras.

¿Cuáles son mis normas y valores?

Lo que mantiene unidos a los elementos estructurales de una sociedad son los valores. Es decir, aquellas ideas que tienen los miembros de una sociedad acerca de lo que es bueno o deseable. Dicho en otras palabras, **los valores no son cosas, sino los fines o metas que nos llevan a actuar de cierta manera y no de otra.** Por ejemplo, un campesino que trabaja arduamente en su campo en lugar de holgazanear, no lo hace tan sólo para obtener ciertas cosas como frijol, maíz o trigo, lo hace con vistas a ciertas metas como el bienestar de su familia, la tranquilidad, sentirse útil, enseñar a sus hijos e hijas, etcétera. Son esas ideas las que le dan sentido a las actividades dentro de una sociedad.

REFLEXIONO



¿Qué se valora en mi sociedad?

Analiza lo que has visto y oído en tu comunidad, ¿qué es más valioso ahí? Haz una lista de por lo menos cinco puntos y explica por qué crees que les parece valioso. ¿Crees que esos cinco valores también tienen esa importancia en el resto del país?, ¿en el resto del mundo? Recuerda que los valores no son cosas, sino ideas. Así, si encuentras que una persona le da un enorme valor a cosas como los automóviles, el dinero y la buena ropa, entonces podrás concluir que uno de sus valores más importantes es el prestigio.

Lee con atención:

Los valores de una sociedad son tan importantes que, en último término, **ninguna puede funcionar sin ellos.** Ni las mejores leyes, ni el más aguerrido cuerpo de policía pueden hacer funcionar un sistema social en el que la gente ya no cree.

A este nivel, la comparación que hacíamos unas lecciones atrás entre los árboles o automóviles y las sociedades, ya no es válida. Las partes que configuran la estructura del automóvil no necesitan creer en el fin para el cual colaboran si han de cumplir con su función, están diseñadas de antemano para cumplirla y basta. Una llanta a punto de reventarse por exceso de uso no se dice a sí misma: "si me revienta ahora podría haber un accidente, se ocasionaría mucho tráfico, los estudiantes llegarían tarde a clases y la comida que está en la cajuela se echaría a perder; debo seguir adelante". No, si la llanta está a punto de reventar, revienta y basta. De igual forma, a las raíces del árbol no les queda más remedio que enviar los jugos nutritivos hacia las ramas, al tronco no le queda más que sostener el peso de la planta y la fuerza de los vientos, a las hojas les toca transformar la energía del sol. El árbol se apega estrictamente a su naturaleza y los automóviles a las especificaciones técnicas de sus productores, pero los seres humanos no están en una sociedad como los tornillos en la máquina o las ramas en la planta. Si los seres humanos creen en un sistema el sistema funcionará, si no lo hacen, se derrumbará. **Las mujeres y hombres no podemos actuar mecánicamente, necesitamos metas o fines que le dan sentido a nuestras acciones, es decir, valores.**



¿Qué pasaría en mi sociedad sin valores?

Las siguientes actividades implican por lo menos uno o dos de los siguientes valores. Copia las siguientes dos listas en tu cuaderno y une con líneas las actividades a los valores que requieren. Luego escribe qué crees que sucedería en cada una de estas actividades si quien las lleva a cabo no creyera en ellos.

Estudiante	◇ Honestidad
Juez	◇ Progreso
Profesor	◇ Belleza
Médico	◇ Conocimiento
Banquero	◇ Salud
Político	
Artista	
Ingeniero	

No basta con decir que tengo ciertos valores, debo llevarlos a cabo. Por ejemplo, de nada me sirve decir que valoro el progreso y el conocimiento si en lugar de trabajar y estudiar flojeo todo el día; de nada me sirve decir que para mí todos los seres humanos son iguales si trato con desprecio a los que no concuerdan con mi forma de ver las cosas.

YO QUIERO, YO PUEDO



Valores y acciones

¿Cuáles son tus principales valores? ¿Qué acciones convienen a esos valores? ¿Hasta qué punto cumples con esas acciones? ¿Qué acciones concretas puedes hacer para cumplir mejor con tus valores? Escribe las respuestas a estas preguntas en tu cuaderno. Analicenlas en equipo.

Lee con atención:

Las sociedades humanas no funcionan entonces como las máquinas, las plantas o los panales de abejas. La razón es aparentemente sencilla: **los seres humanos somos libres**. Sin embargo, antes de pasar al tema de la libertad que es, sin lugar a dudas, el tema central de cualquier consideración sobre ética, debemos hablar de algo que parece contradecirnos: la existencia de normas sociales.

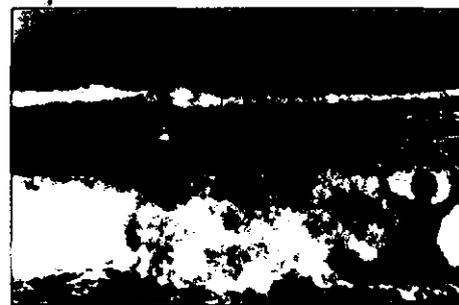
¿Por qué usamos platos cuando comemos?, ¿por qué nos ponemos ropa aún cuando hace mucho calor?, ¿por qué saludamos a los demás con la mano? La mayoría de estas preguntas no tienen muy buenas respuestas. Si le preguntamos a un hombre por qué usa pantalones en lugar de falda, probablemente la mejor respuesta que se le ocurra será "porque así se hace, los hombres usan pantalones". De hecho es muy común oír estas preguntas de parte de niños que todavía no toman por establecidas las normas de su sociedad: "mamá, ¿por qué le dices buenos días a esa señora?"; y la respuesta es simplemente: "porque así se hace, hija".

Las normas sociales son reglas compartidas que orientan y prescriben las conductas apropiadas para determinadas circunstancias. Puesto que hemos nacido y crecido dentro de estas reglas, la mayor parte del tiempo no somos conscientes de ellas, actuamos como si fueran naturales y sólo nos volvemos conscientes de ellas cuando alguien las rompe. Por ejemplo, si al saludar en lugar de darnos la mano la otra persona nos hace una reverencia o frota su nariz contra la nuestra, es probable que quedaremos sorprendidos, quizá incluso escandalizados. Pero hay sociedades en las que esos son saludos comunes, "así se hace".

Algunas normas sociales son simplemente el fruto de la costumbre y, dependiendo de la relativa libertad de la sociedad en cuestión, no es muy grave romperlas. Por

¿SABÍAS que...?

Algunas sociedades consideran importante y valioso lo que otras consideran menos importante. En algunas sociedades, por ejemplo, el honor y el valor en la guerra tienen tanta importancia que quien no ha estado a la altura muchas veces no quisiera seguir viviendo. En otras, las riquezas y la comodidad el poder y el confort son particularmente deseadas. Algunas sociedades valoran especialmente el placer, la familia y la amistad.



Los seres humanos somos libres.



Las normas son una guía para nuestra conducta.

¿SABÍAS que...?

En algunas tribus africanas cuando uno dice "sí" hay que girar la cabeza de lado a lado, cuando se dice "no" hay que moverla hacia adelante y hacia atrás.

ejemplo, si nos invitan a cenar y en lugar de comer el arroz con tenedor lo hacemos con las manos, es probable que nos miren con repugnancia y no nos vuelvan a invitar. Otras normas son consideradas más importantes, romperlas es una fuerte ofensa para la sociedad y las consecuencias más graves. Al golpear a un niño, robar o faltarle al respeto a los símbolos patrios, estaremos rompiendo normas que la mayoría de las sociedades tienen en alta estima, por lo tanto, seremos castigados de manera rigurosa. Esto quiere decir que algunos actos contrarios a las normas están prohibidos por la costumbre, otros por leyes y otros incluso por tabúes. Los tabúes prohíben actos que la sociedad en cuestión considera tan horribles e impensables que ni siquiera hay leyes para prohibirlos. Por ejemplo, comer carne humana.

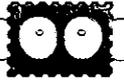
¿Cuál es la diferencia entre las normas y los valores? Mientras que **las normas nos proporcionan reglas o guías para comportarnos de cierta manera** en situaciones particulares, **los valores establecen en general lo que consideramos bueno, correcto o deseable**, son el para qué de las normas. En último término, y aunque en muchos casos hemos olvidado sus orígenes, las normas le dan expresión a los valores de una sociedad. Las normas son importantes, pero los valores lo son más, sin valores las normas son sólo cáscaras vacías.

¿A qué te suena?

"Sin valores las normas son sólo cáscaras vacías".

Escribe en tu cuaderno qué crees que quiere decir la frase anterior.

SE ME OCURRE...



Analizando una canción mexicana

Escribe una buena parte de una canción típica mexicana en tu cuaderno (El Rey, Guadalajara, Las Mañanitas, La Negra, etcétera. Analiza la letra estrofa por estrofa como si fueras un extranjero tratando de averiguar todo lo que puede sobre los valores y las normas de los mexicanos. ¿Te gusta lo que esa letra proyecta de nosotros? ¿Con qué valores y normas estás de acuerdo? ¿Con cuáles no estás de acuerdo? ¿Qué cambios le harías a una estrofa? Cántala.

¿Y sí...?

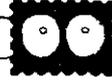


Conociendo otros valores

A donde fueres, haz lo que vieres

Divídanse en equipos de cinco o seis personas. Cada equipo elegirá una de las siguientes situaciones para dramatizarla:

- ◊ Un mexicano es invitado a comer a casa de japoneses que saludan con reverencias, y comen pescado crudo sentados en el suelo y con palillos.
- ◊ Una japonesa es invitada a comer en una casa mexicana donde se saluda con la mano, se come arroz con tenedor y tacos de escamoles con las manos.
- ◊ Un mexicano participa en una ceremonia de los aborígenes australianos, estos se saludan frotando sus narices y beben un extraño brebaje con un fuerte olor.
- ◊ Una inglesa asiste a una corrida de toros.
- ◊ Un hindú es invitado a un restaurante donde se cocina carne de res (para los hindúes las vacas son animales sagrados).



¿Son aceptables todas las normas?

Una buena regla de convivencia cuando estamos de visita en una sociedad ajena a la nuestra es hacer lo que vemos aunque sea contrario a nuestras costumbres. Sin embargo, ¿qué debo hacer si la norma que se propone no sólo es contraria a mis costumbres, sino también a mis valores? Quizá pueda renunciar a algunos valores como la comodidad, pero ¿puedo renunciar a otros como la honestidad o la igualdad? ¿Qué harías en los siguientes casos?, ¿a qué valor renunciarías o cuál defenderías? Escribe tus respuestas en tu cuaderno.

- ◊ La sociedad en la que te encuentras de visita tiene esclavos, debes usar a los esclavos que ponen a tu servicio como bestias de carga, no puedes ayudarlos o agradecerles.
- ◊ El grupo social en el que te encuentras vive del robo, también tú debes robar.
- ◊ La sociedad que visitas te ofrece una cama incómoda y no muy limpia, pero puedes ir a un hotel cercano.
- ◊ Te eligen para dirigir un trabajo que no conoces bien sin consultar a tus empleados que son expertos.

PARA LA CASA



Nuestras comunidades indígenas

Averigua acerca de alguna comunidad indígena actual en México, ¿qué normas y valores diferentes a los tuyos te llaman la atención?, ¿qué normas y valores comparten contigo?

RESUMENDE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Las sociedades humanas actúan orientadas por valores.
- Los valores no son cosas, son ideas que nos ponemos como fines o metas.
- Los valores son el "para qué" de las normas.
- Las normas sociales nos dicen cómo actuar en determinadas situaciones.
- Algunas normas son más obligatorias y se convierten en leyes, otras están protegidas por la costumbre.
- Si las normas no expresan valores (algo deseable), terminan por caer en el desuso.

Conceptos:

- Valor
- Norma

Habilidades que desarrollamos...

- Identificar nuestros valores y normas sociales.
- Identificar nuestros valores individuales y relacionarlos con nuestras acciones.

PASO FLE ONO

-
-
-
-
-

- ¿Qué características debe tener una sociedad?
- ¿Qué tipos de sociedades existen?
- ¿Cuáles son las diferencias entre sociedades preindustriales e industriales?
- ¿Qué son los valores?
- ¿Qué son las normas?

-
-
-
-
-

La sociedad como proceso histórico y cultural

TEMA III

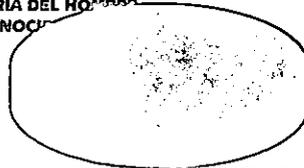
1 VALORES A LO LARGO DE LA HISTORIA Y LA CULTURA

2 PERMANENCIA Y CAMBIO EN LA SOCIEDAD, SUS VALORES Y SUS CULTURAS

VALORES A LO LARGO DE LA HISTORIA Y LA CULTURA



99.75% PARTE DE LA HISTORIA DEL HOMBRE NO CONOCIDA



0.25% PARTE DE LA HISTORIA DEL HOMBRE CONOCIDA

La moral antes y después de la historia

Todas las sociedades tienen una cultura gracias a la cual sus miembros le dan sentido al mundo y a sus acciones. Sin embargo, en sentido estricto, no todas las sociedades son históricas. La historia parece ser una innovación relativamente reciente.

¿Cuándo y dónde empieza la historia? Unos siglos más, unos siglos menos, **la historia comienza hace unos 5000 años en Egipto y Mesopotamia**. Esto implica por lo menos tres cosas:

1. Antes del año 3000 a.C. no hay historia.
2. Cuando la historia comienza, comienza sólo en Egipto y Mesopotamia, el resto del mundo sigue fuera de la historia por un buen tiempo.
3. La mayor parte del tiempo que la especie humana ha habitado el planeta (dos millones de años) lo ha hecho fuera de la historia. Si comparamos los años de historia con los de la prehistoria, el resultado es impresionante: ¡Sólo 0.25% del tiempo que la especie humana ha habitado el planeta lo ha hecho históricamente!

Que la historia comience alrededor del 3,000 a.C. no significa entonces que no haya hombres antes de ese año. Tampoco significa que antes del 3,000 a.C. las sociedades carecieran de cultura. Toda sociedad, por primitiva que nos pueda parecer, propone una visión del mundo y una serie de normas y valores que constituyen su cultura. **¿En qué consiste entonces la diferencia entre las sociedades que viven antes de la historia y las que viven después? Ni más ni menos que en eso, unas son históricas, las otras prehistóricas.**

Otro nombre que le podemos dar a las sociedades prehistóricas es el de sociedades tribales. **En las sociedades tribales, el tiempo pasa como para todos los seres humanos, la gente nace, crece y muere, sin embargo no hay tiempo histórico:** las costumbres, los rituales, la tecnología, los valores, en fin, la sociedad y la cultura como un todo, son **estáticas:** un padre sabe cómo vivirán sus hijos, nietos y bisnietos.

En cambio, **en las sociedades históricas**, como la egipcia o mesopotámica de hace 5000 años, la estructura social se ha vuelto tan compleja que **ya no hay forma de detener los cambios.**

En las sociedades tribales, **los valores provienen de una tradición** que se percibe como eterna, las leyes vienen desde el mismo inicio del tiempo y la sola idea de cambiarlos es **impensable**. En cambio, aunque en las sociedades históricas se hacen esfuerzos enormes por limitar los cambios a la esfera de la tecnología, a la larga todos los aspectos de la sociedad, incluyendo los valores, se ven alterados. Las sociedades históricas tienen mayor control sobre el medio ambiente que las sociedades tribales,

Glosario

Rituales:

Actos que se repiten como norma para realizar ceremonias u otros actos.

Estáticas:

Que no se mueven, que no cambian.

Impensable:

Que no se puede pensar.

pero a cambio, tienen menor control sobre el futuro. Cada individuo se enfrenta con **incertidumbre** a los roles que deberá interpretar. Esa incertidumbre le obliga a reflexionar sobre la validez de las normas y valores. En resumen, **como consecuencia de la historia también los valores se ven inmersos en el tiempo.**

REFLEXIONO

¿Qué es historia?

Lee las siguientes preguntas y responde individualmente en tu cuaderno.

- ◇ ¿Qué entiendes tú por historia? Ahora busca el significado en el diccionario.
 - ◇ Piensa en dos palabras que se le aproximen en significado.
 - ◇ Piensa en dos palabras se le opongan en significado.
 - ◇ ¿Cuál es el sentido de la palabra historia en estas frases?
 - ◇ La historia que me contó tu amiga es muy tonta.
 - ◇ Mi equipo ganó un partido histórico.
 - ◇ Hay que tratar de entender a la sociedad históricamente.
 - ◇ La historia de los mayas es fascinante.
 - ◇ La historia de Pepe está llena de aventuras.
 - ◇ La historia nos transmite nuestros valores.
 - ◇ Los seres humanos somos históricos.
 - ◇ ¿Estás de acuerdo con las siguientes afirmaciones? ¿Por qué, hasta qué punto?
 - ◇ La historia nos determina hasta en el más mínimo detalle.
 - ◇ En las sociedades históricas todo está sujeto al cambio, hasta los valores.
 - ◇ Las sociedades históricas son más libres.
 - ◇ Nos guste o no, lo que hacemos y lo que creemos es histórico.
 - ◇ Los grandes seres humanos dejan una mayor huella en la historia.
 - ◇ ¿Por qué es importante apoyarse en la historia?
- Escribe tres grandes personajes históricos.
- ¿Crees que a todo el mundo le interesa la historia?
- ¿En qué se beneficiaría nuestra sociedad si supiera más de historia?
- ¿Existe gente a la que le dé miedo la historia? ¿Por qué?

Lee con atención:

Hace unos veinte años el gobierno de Brasil inició un plan para el desarrollo económico de la jungla del Amazonas, que ocupa la mayor parte de ese país, con serios problemas de pobreza. Hasta entonces la única forma de entrar en la jungla con tecnología industrial era navegando por el río Amazonas; en los últimos años se han construido miles de kilómetros de carreteras atravesándola. La construcción de las carreteras y las industrias en la jungla ha tenido efectos catastróficos sobre el delicado medio ambiente de la zona, pero también sobre sus habitantes. De la noche a la mañana, las tribus amazónicas que llevaban siglos viviendo en relativo aislamiento y en sociedades estáticas, se vieron inmersas en una serie de cambios tan rápidos que no saben cómo hacer frente a su nueva realidad. Acostumbrados a vivir en armonía con la ecología de la jungla, desde la llegada de la carretera los aborígenes amazónicos han visto desaparecer los animales y la fruta que les permitían vivir con una tecnología muy primitiva y una organización social relativamente simple. Se ha generado un debate internacional muy grande en torno a los derechos de esos aborígenes. De un lado está el gobierno de Brasil y los inversionistas de diferentes lugares del mundo que insisten en la necesidad de llevar el progreso a la jungla; del otro lado están las asociaciones ecológicas, de derechos humanos y, por supuesto, los mismos aborígenes que se han unido y han nombrado representantes para defender su forma de vida.

¿SABÍAS que...?

Aunque hace 5,000 años la historia sólo había comenzado para un rincón del mundo hoy se habla de historia total o de historia global. La razón es que ya no queda un rincón del planeta donde no haya llegado la historia a cambiar a las sociedades.



Río Amazonas

Glosario

Incetidumbre:

Duda, inseguridad.

Inmersos:

Metidos, sumergidos.

¿SABÍAS que...?

Una tribu amazónica se saltó 5,000 años de historia al pasar directamente de una cultura analfabeta a la cultura electrónica. Resulta que el brujo de la tribu murió sin haber preparado a su sucesor, pero dejó grabada en video las ceremonias que dirigía para que los miembros de la tribu siguieran practicándolas.



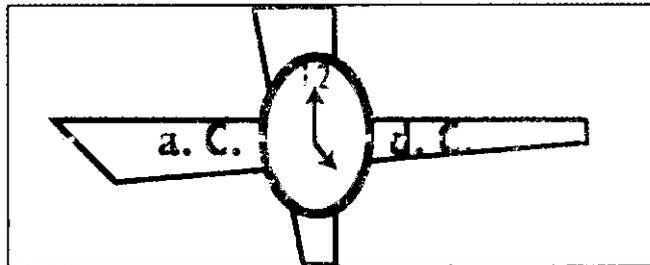
En qué consiste el progreso, debate: sociedad histórica o tribal

Formen cinco equipos: el gobierno de Brasil, los inversionistas, las asociaciones ecológicas, las asociaciones de derechos humanos y los representantes de las tribus. Cada equipo reunirá argumentos a favor de su posición antes de iniciar el debate.

PARA LA CASA

El futuro de las sociedades tribales

Averigua qué sociedades en México y en el mundo luchan para quedar fuera de la historia, en el mundo estático de la tribu. ¿Qué estrategias toman?, ¿lo hacen todas de manera pacífica?, ¿qué futuro crees que les espera?



Los siglos en el tiempo.

PASO FLEONO

-
-
-
-

- ¿Cuándo y dónde empieza la historia? ¿Qué significa que empiece?
- ¿Qué no significa?
- ¿Qué hacían los seres humanos antes de la historia?
- ¿Qué papel juega la historia en relación las normas y valores?

-
-
-
-

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La historia es un acontecimiento relativamente reciente comparado con el tiempo que el ser humano ha habitado la Tierra.
- Antes de la historia los seres humanos vivían en sociedades tribales donde el tiempo social no existe.
- El paso de la historia obliga a las sociedades a revisar continuamente sus normas y valores.
- La historia es hoy un fenómeno mundial, es cada día más difícil escapar de ella.

Conceptos:

- Historia
- Sociedad histórica
- Sociedad tribal

Habilidades que desarrollamos...

- La capacidad para comprender el punto de vista de las sociedades tribales invadidas por la historia.

El despertar ético del siglo V a.C.

Lee con atención:



El siglo V a.C. representa lo que podría llamarse un parteaguas en la historia del mundo, a tal punto que algunos autores han sugerido que ese siglo representa nuestro año cero. Como todo mundo sabe, medimos el tiempo anual a partir del nacimiento de Cristo. Otras culturas miden el tiempo a partir de una fecha que consideran la fecha inicial. Los pueblos islámicos, por ejemplo, lo miden a partir de la prédica de Mahoma en el siglo VI, eso hace que actualmente estén en el siglo XIII. Los griegos contaban los años a partir de la primera olimpiada y así sucesivamente.

Por razones religiosas entonces, hemos adoptado el nacimiento de Cristo como nuestro año cero. Por las mismas razones podría decirse que hoy estamos en el año cinco mil y algo, por razones tecnológicas podría decirse que el año en que Gutenberg inventa la imprenta es el año cero; pero por las razones que nos ocupan aquí (razones éticas), **podríamos decir que el siglo V a.C. es el año cero, el siglo en que la humanidad despertó éticamente.** ¿En qué sentido? ¿Acaso antes de ese siglo la humanidad no distinguía entre bien y mal? Por supuesto que distinguía. Cualquier sociedad, histórica o tribal, hace distinciones de esa naturaleza. ¿Qué cambió entonces en el siglo V a. C.? Lo que cambió es que a partir de entonces cada individuo puede reclamar su autonomía ética, el "yo" empieza a ser más importante que el "nosotros" en materia de valores.

¿Cómo sucede esto? La explicación social es que ya hay muchas sociedades históricas en contacto las unas con las otras. La cultura y los valores tribales empiezan a aparecer como algo externo, como un producto de la historia local de la sociedad en que vivimos, algo que no es válido universalmente.

Si la cultura y los valores se pueden experimentar como algo externo, es porque algo nuevo ha sucedido: ha aparecido una nueva interioridad. **Los seres humanos no podemos vivir sin darle un sentido y un valor a lo que nos rodea;** puesto que en ese siglo los valores tribales se tambalean, en gran medida porque han entrado en contacto con otros valores tribales, entonces los nuevos valores que le dan sentido al mundo deben venir desde el interior de cada individuo.

Confucio en China, Buda en India, los profetas en el mundo judío y Sócrates en Grecia son algunos de los hombres que llevan a cabo la revolución ética del siglo V a.C. ¿En qué consiste la revolución? En que **nuestros valores ya no dependen exclusivamente de nuestras normas, leyes y costumbres sociales, sino primordialmente de nosotros mismos.** En una época donde coinciden y se interrelacionan una multitud de culturas diversas, la única forma de hacer frente a la confusión es llevando los propios valores en el interior de uno mismo, en la propia conciencia.

REFLEXIONO



La revolución ética

En parejas discutan las siguientes preguntas: después escriban las respuestas en sus cuadernos ¿ Por qué se vuelve más difícil afirmar que mi cultura es "la cultura" después del siglo V a.C?

En tanto que capacidad para distinguir entre bien y mal, la ética siempre ha estado entre los hombres. Sin embargo, a partir del siglo V a.C. algo cambia, ¿qué es? ¿de dónde provienen los valores ahora?

¿Crees que los nuevos valores basados en la interioridad rompen por completo con los valores basados en la presión social?

La capacidad para distinguir entre bien y mal o sea la ética siempre ha estado entre los hombres. Sin embargo, a partir del siglo V a.C. algo cambia: ¿qué es?, ¿de dónde provienen los valores ahora?

¿Crees que los nuevos valores basados en la interioridad sean diferentes a los valores basados en la presión social?

Glosario

Parteaguas:

Es la división que se hace entre un momento y otro.

¿A qué te suena?

En el siglo V a.C. el "yo" empezó a ser más importante que el "nosotros en materia de valores".

Escriben en tu cuaderno un pequeño ensayo partiendo de esta frase.

¿SABÍAS que...?

Un ensayo es un escrito donde el autor no tiene la obligación de decir todo sobre un tema, por el contrario, tiene una cierta libertad para experimentar con sus ideas, por eso se llama "ensayo". Para escribir un ensayo basta con que persigas alguna de las ideas que te sugiere por ejemplo una frase, una escena de una obra de teatro, un personaje de una novela. Por ejemplo, si una escena de una película o una estrofa de un verso te hace pensar en la relación que guardas tú con los valores de tu comunidad, puedes desarrollar libremente esas ideas o si lo prefieres puedes limitarte a explicar u ofrecer un comentario o hasta un ejemplo para ilustrarla.

INVESTIGO

El desarrollo ético en la humanidad Una tabla con la historia de los valores

Dividan al grupo en seis equipos. Cada equipo planeará una tabla cronológica con la historia del desarrollo ético de la humanidad. Para hacer la tabla deben pegar por lo menos cinco hojas de papel cuadriculado, cada hoja representará 1,000 años y estará a su vez dividida en 10 siglos. El objetivo es que a partir de hoy, y hasta el final del curso, en cada clase los equipos presenten a sus compañeros algún nuevo personaje o acontecimiento que haya tenido repercusiones en el desarrollo histórico de los valores. Lo ideal es poner una sola línea del tiempo verticalmente y, al lado, ir poniendo líneas con diferentes colores para representar acontecimientos o personajes de diferentes momentos. Por ejemplo, alrededor del año 500 a.C. pueden poner a Buda y a Confucio en la línea que corresponde al Oriente, a Sócrates y el teatro griego en la línea que corresponde a Europa, a los profetas en la de Medio Oriente, etcétera. Dibujen la línea, ¿cuántos datos pueden poner en su tabla sin consultar ningún libro? Ahora expliquen al grupo por qué consideran que esos datos son importantes en la historia de los valores.

PARA EN CASA

Grandes revolucionarios de los valores

Averigua algo sobre alguno de los grandes movimientos éticos del siglo V a.C. y sobre sus repercusiones a lo largo de la historia. Por ejemplo, si eliges a Buda, aprende algo sobre su vida y enseñanzas, agrega datos sobre sus seguidores hasta la fecha. Ponte de acuerdo con tu equipo para añadir más datos en la tabla cronológica y preparar la exposición de tus hallazgos ante el grupo.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

•En diferentes lugares del mundo en el siglo V a.C. hubo un despertar de la conciencia ética individual.

Habilidades que desarrollamos...

•Empezar a ubicarnos cronológicamente en la historia de los valores.

PASO FLEONO

¿En qué siglo se dice que la humanidad despertó éticamente?
¿En qué consiste la revolución ética?

¿Qué valoraban los antiguos egipcios?

A inicios del tercer milenio sucedió un acontecimiento que hizo cambiar la estructura que se tenía de las sociedades. El rey del Alto Nilo, llamado el Faraón Menes, conquistó todo el territorio egipcio desde la primera cascada hasta el Delta. Era la primera vez que habría un gobierno centralizado controlando una porción de territorio tan grande. La sociedad empezó a volverse más compleja. Sin embargo no sólo se volvió compleja por el tipo de gobierno sino por sus avances en la tecnología agraria. Construyeron canales y diques para aprovechar el agua del río. El resultado fue que la comunidad se volvió rica en trigo, tan rica que la gente ya no moría de hambre y la comida empezó a sobrar. **Puesto que la comida alcanzaba y sobraba, ya no todos tenían que dedicarse a cultivar la tierra**, unos se dedicaron a la construcción, otros a hacer ropa y otros a comerciar con lo que sobraba. **Ya no todos cumplían con los mismos roles y la sociedad se iba haciendo más compleja.** En otras palabras la clave para el desarrollo social de los egipcios fue que les sobraba comida, debido a su tecnología para trabajar la tierra. Adaptado de Atlas de Historia. Hardsmonsworth: Penguin, 1967. Como resultará evidente, al ver el éxito obtenido, otras aldeas copiaron el experimento de los diques y canales y el Nilo se fue llenando de aldeas prósperas. Eventualmente, llegó el momento en que unas aldeas más pobres pelearon contra aldeas más ricas y se fueron haciendo alianzas entre ellas. Los Egipcios tenían un cierto control sobre el ambiente gracias a su tecnología de riego, pero a cambio vivían en una sociedad menos estable.

A pasar de su enorme poder, el faraón y sus asesores seguramente sentían que algo se les escapaba: el tiempo.

Es por eso que mandaron construir palacios con escrituras talladas en piedra, pinturas con cuerpos que parecían no moverse y enormes pirámides destinadas a detener el tiempo histórico que habían iniciado. Los egipcios habían iniciado la historia sin saberlo estaban horrorizados por los cambios que habían generado, es por eso que valoraban tanto todo aquello que les diera estabilidad, todo aquello que pareciera detener el tiempo o prometiera la inmortalidad.



La religión en Egipto se preocupaba por el paso a la "vida eterna".

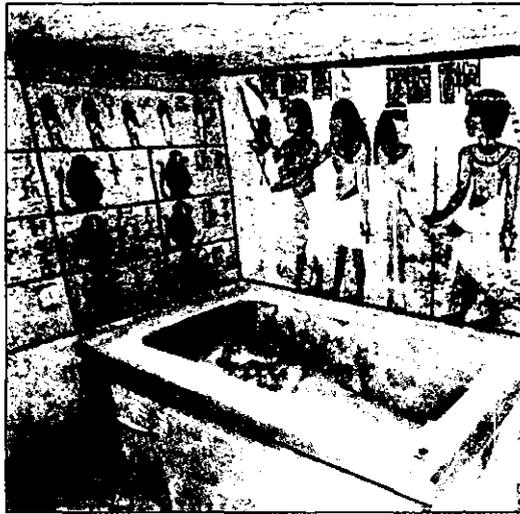
Glosario

Dique:

Obstáculo que sirve para contener el agua.

Inmortalidad:

Que siempre es recordado.



Dándole tiempo al tiempo, y después de muchas luchas, para el año 3100 a.C. todas las aldeas y ciudades (pues ya había ciudades, no sólo aldeas) del Bajo y Alto Nilo estaban unificadas bajo el gobierno de un faraón enormemente poderoso.

Sarcófago egipcio.

¿SABÍAS que...?

Antes de que los egipcios construyeran canales y diques estaban a merced del Nilo. Ignoraban que el agua del río dependía de las lluvias de las junglas

Para ellos el río era un dios que se desbordaba tranquilamente para regar sus tierras cuando estaba contento con ellos, pero se negaba a desbordarse o lo hacía violentamente, cuando no habían cumplido con él. El resultado era que algunos años había buena cosecha y las bodegas que se llenaban de trigo, otros, las tierras quedaban secas o se inundaban y la gente moría de hambre.

¿A qué te suena?

Observa atentamente las ilustraciones de esta lección y relee el último párrafo de la lectura. ¿Por qué crees que los egipcios estaban tan preocupados con el tiempo?

COMPARO



Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno

- ◊ ¿Por qué se volvió cada vez más compleja la sociedad egipcia después del inicio de la historia?
- ◊ ¿A qué tipo de objeciones crees que se tuvo que enfrentar el primer egipcio que construyó un dique? Escribe un diálogo describiéndolo. Dale nombres a cada uno de los personajes de tu diálogo.

SE ME OCURRE...

Dramatización de los diálogos

Formen equipos de cuatro a seis personas y elijan los dos mejores diálogos del ejercicio anterior para dramatizarlos.

REFLEXIONO



¿Para qué sirve el tiempo libre?

◊ Hay dos dichos contrapuestos, uno dice "el ocio es la madre de todos los vicios", o "el ocio es la madre de las ciencias". ¿Cuál de estos dos dichos explica mejor los enormes progresos que hicieron los egipcios una vez que tuvieron suficiente comida? Discútelos en el grupo.

Lee con atención:

Uno de los mitos egipcios más famosos es el de Osiris. El dios Seth se las arregló después de muchos intentos para matar a Osiris y dispersar las partes de su cuerpo en muchos pedazos. Pero Isis, la esposa de Osiris juntó meticulosamente los pedazos, los disecó y los pegó. Con su cuerpo entero, Osiris pudo convertirse en el dios de los muertos, un puesto importantísimo en una religión preocupada sobre todo por el paso a la vida eterna después de la muerte.

Gosario

Ocio:

Estado de inactividad de una persona.

Tribales:

Que pertenece a una familia, por lo general numerosa.



Pintura en el interior de una pirámide.

PARA LA CASA

Averigua más de los egipcios o la cultura mesopotámica

Busca más información sobre la cultura egipcia o, si lo prefieres, sobre la otra gran cultura de los inicios de la historia, la mesopotámica. Recuerda que lo que más nos importa es saber qué es lo que esos pueblos antiguos consideraban el fin de la vida, sus valores.



PASO FLEONO



¿Por qué se hizo más compleja la sociedad egipcia?
 ¿Qué será lo que preocupaba a los egipcios?

¿Qué valoraban los griegos?

Aunque en el siglo V a.C. Grecia y México no estaban en contacto, la Grecia Antigua es particularmente importante para nuestra cultura actual. En más de un sentido, y aunque ni siquiera hayamos oído hablar de Grecia, cada uno de nosotros es un poco griego.

Evidentemente no decimos esto en el sentido de que tengamos algún tío o abuelo griego, lo decimos en el sentido en que nuestra cultura (nuestra manera de ver el mundo y de valorar ciertas cosas más que otras) dependió directamente de los valores que le enseñaron los griegos al mundo.

¿Qué valoraban los griegos? Entre otras cosas, la **belleza, el conocimiento, la virtud y la libertad**. ¿Acaso no valoran todas las sociedades esas cosas? Sí, pero no como nos enseñaron a valorarlas los griegos.

¿Qué le debemos a los griegos? Lo que conocemos como **filosofía, matemáticas y ciencias**; la comprensión que tenemos del arte, la manera en que pensamos los **problemas éticos** y, por si fuera poco, **nuestra aspiración a gobernarlos democráticamente**.

¿Cómo hicieron los griegos para inventar tantas cosas? ¿Cuál es el punto común que tienen sus creaciones? ¿Acaso fueron capaces de tanto porque su cultura era superior a las otras?

¡Definitivamente no! Más bien lo contrario: es cierto: si pudieron hacer tanto fue precisamente porque vieron la pobreza de su cultura. Los griegos, que eran grandes

Valores del mito

¿Qué les parecía más valioso a los egipcios según el mito de Osiris y las ilustraciones que ves en esta lección? Escribe tu respuesta en tu cuaderno.

RESUMEN DE LA LECCIÓN**En esta lección aprendimos...**

- La historia comienza con las consecuencias de las primeras grandes obras de ingeniería.
- Los primeros hombres históricos se aferraban a la estabilidad tribal.

Concepto:

- Sociedad compleja

Habilidades que desarrollamos...

- La sensibilidad para comprender culturas distintas a la nuestra.



Escultura que representa la obra de Homero.

¿SABÍAS que...?

El gran matemático y físico Arquímedes estaba pensando en cómo medir el volumen de un cuerpo. Se metió en una tina mientras pensaba y de repente, al ver que el nivel del agua subía y se salía de la tina con él adentro, se dio cuenta de que tenía la respuesta a su pregunta. Fue tal su entusiasmo que salió gritando ¡eureka!, ¡eureka!, ¡lo encontré!, ¡lo encontré!

Tan feliz estaba de su descubrimiento que sólo después se acordó que estaba totalmente desnudo en medio de la calle.

Esta leyenda es conocida debido a que dio origen al principio de Arquímedes o ley de hidrostática "la pérdida de peso del cuerpo es directamente proporcional al peso del agua desplazada" (el agua que se sale de la tina según la leyenda).

Enciclopedia Encarta, 1998.

navegantes, habían visto demasiadas culturas y querían mejorar la suya. Habiéndose quedado sin mundo entonces, se vieron en la necesidad de construirse otro. Pero no basta con cualquier mundo cuando partimos de la premisa de la que partían los griegos. ¿Qué premisa? ¡La ignorancia!

En efecto, **si los griegos hicieron tanto fue porque su punto de partida fue la ignorancia. Puesto que reconocían que no sabían nada, podían preguntar por todo; así nació la filosofía.** Puesto que ya no sabían cómo era el mundo, podían hacer especulaciones sobre él; así nació la ciencia. Puesto que no sabían, para todos los casos, qué era bueno y qué malo, inventaron la discusión ética. Puesto que sabían que nadie tiene toda la verdad, inventaron la democracia donde cada quien opina sobre el curso que han de tomar las cosas.

La democracia ateniense era una democracia directa, eso quiere decir que cada ciudadano podía exponer sus ideas en una asamblea pública y tratar de convencer a sus conciudadanos de llevarlas a cabo. En cambio, actualmente tenemos democracias representativas. Esto quiere decir que en lugar de tomar las decisiones directamente nosotros, elegimos a representantes como el presidente, los diputados, gobernadores, etcétera, para que gobiernen en nombre nuestro. La democracia directa sólo es posible con poca gente. Sería imposible con casi cien millones de ciudadanos.

Resumiendo, si los griegos hicieron tanto es porque supieron reconocer su ignorancia. A partir de esa ignorancia trataron de inventar una filosofía, una ciencia, unas artes, una ética y una política capaces de valer para todos los hombres libres. Trataron de construir una cultura universal. Por supuesto, no lo lograron del todo. ¿Qué les debemos? La necesidad de seguir intentándolo nosotros.

¿A qué te sientes?

"Cada uno de nosotros es un poco griego"

Escribe un ensayo sobre la manera en que crees que los griegos han influido en la manera en que ves el mundo. ¿Qué otras culturas han influido en tu cultura?

REFLEXIONO



¿Qué le debemos a los griegos?

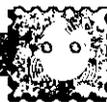
Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno.

- ◊ ¿Qué tiene que ver la ignorancia con la aparición de las ciencias?
- ◊ ¿Con la aparición de la democracia?

Busca la palabra "universal" en tu diccionario. ¿Cuál es el sentido de la palabra que empleamos aquí?

Elijan algún personaje para representar la siguiente escena:

Los ciudadanos de Siracusa (la ciudad donde vivía Arquímedes) están indignados por su aparición en la calle sin ropa. ¿Qué le dicen y cómo se justifica él? (preparar argumentos antes de empezar).



Tanto por tan pocos

◊ ¿Cómo crees que tan poca gente hizo tanto en tan poco tiempo?

Escribe un pequeño ensayo sobre esta pregunta en tu cuaderno.

Lee con atención:

En su mejor momento, cuando grandes científicos, filósofos, artistas y políticos inventaron cosas que aún recordamos y tratamos de desarrollar, Atenas no tenía más de 40,000 habitantes. Toda la población de Atenas en su Siglo de Oro habría cabido dos veces en el Estadio Azteca de la Ciudad de México y habría sobrado lugar.

Los griegos trataron de construirse como sociedad y como personas a partir del reconocimiento de su ignorancia. Y aunque consiguieron grandes logros, tan grandes que hasta la fecha seguimos sus pasos, al fin fracasaron.

¿Por qué fracasaron? Porque no todos los griegos supieron estar a la altura, porque la libertad no es algo que se consigue de una vez por todas. A muchos les dio miedo y quisieron dar marcha atrás a la estabilidad y seguridad de la moral tribal con sus leyes de piedra; otros confundieron la libertad con la irresponsabilidad, creyeron que si nadie tiene toda la verdad entonces todo da igual y cualquiera puede hacer lo que se le antoje.

Por si fuera poco, no es del todo cierto que los griegos reconocieron su ignorancia en todos los campos. Hubo algunas cosas que no llegaron a cuestionarlo que cuando lo hicieron, ya era tarde. Por ejemplo, la democracia de Atenas solo reconocía la igualdad a algunos ciudadanos; las mujeres, los esclavos y las personas de otras ciudades no eran tratadas con igualdad. Ya en las últimas décadas del siglo V a.C. la situación de las mujeres mejoró, pero ya era tarde y el fin del Siglo de Oro ateniense estaba cerca.

Grandes personajes de la cultura griega

Ponte de acuerdo con los compañeros, con los que estás haciendo tu tabla cronológica de los valores para averiguar más sobre diferentes personajes griegos. ¿Cuáles son los más importantes desde el punto de vista de los valores? La próxima clase los agregarán a su tabla y darán una breve explicación diciendo por qué los pusieron. Recuerda que lo importante de esos personajes no es necesariamente que hayan hablado de ética, sino que hayan defendido su libertad para desarrollar ciertos valores como el conocimiento, la belleza, el bien público, etcétera. Algunos personajes son: Temístocles, Esquilo, Sófocles, Eurípides, Aristófanes, Fidias, Pericles, Sócrates, Tales, Protágoras, Gorgias, Arquímedes, Safo, Aspasia, Hipócrates, entre otros.

¿SABÍAS que...?

Los sabios reconocen su ignorancia en las cuestiones más importantes y la necesidad de estudiar, preguntar y proponer teorías; por el contrario, los ignorantes creen saberlo todo y, no contentos con burlarse de los sabios, a menudo les han hecho daño. Un caso famoso es el del científico italiano del siglo XVI Galileo Galilei. Galileo no sólo logró una revolución en la física de su tiempo, también inventó un telescopio para demostrar que la Tierra gira en torno al Sol. Los "sabios" de su tiempo lo obligaron a negar sus teorías y casi lo condenan a muerte por ellas. El pobre de Galileo tuvo que pasar un buen tiempo en la cárcel por sus ideas. En un juicio donde lo habían obligado a admitir que la Tierra está inmóvil en el centro del Universo, no pudo aguantarse y después de "arrepentirse" ante los "sabios" agregó: "e pur si muove" (y sin embargo se mueve).

¿SABÍAS que...?

Tales de Mileto fue el primer filósofo y científico de la historia. Se dice que estaba tan ocupado con la astronomía que una noche se cayó en un pozo por ir mirando las estrellas.

Tales tuvo un discípulo llamado Anaximandro, que a su vez tuvo un discípulo llamado Anaxímenes. Estos pensadores se reunían en la cima de un pequeño cerro desde el cual se veía el mar Mediterráneo y podían contemplar las estrellas. Ahí conversaban sobre la naturaleza de las cosas. Lo curioso es que ni Anaximandro estaba de acuerdo con las teorías de su maestro Tales acerca de la naturaleza del mundo, ni

Anaxímenes estaba de acuerdo con su maestro Anaximandro. Lejos de enojarse con sus discípulos porque no estaban de acuerdo con ellos, estos dos maestros estaban felices de haber educado a alguien que estuviera a su altura para discutir.

Glosario

Corrupción:

Abuso asociado a cosas materiales.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La cultura griega llegó tan lejos porque supo reconocer su ignorancia.
- Los griegos trataron de dar con una cultura universal.
- La democracia depende de la libertad para cuestionar y para oír a los demás.

Conceptos:

- Universal
- Democracia directa
- Democracia representativa

Habilidades que desarrollamos...

- Ubicarnos en el tiempo respecto diferentes acontecimientos.
- Valorar la libertad para conocer.

PASO FLEONO



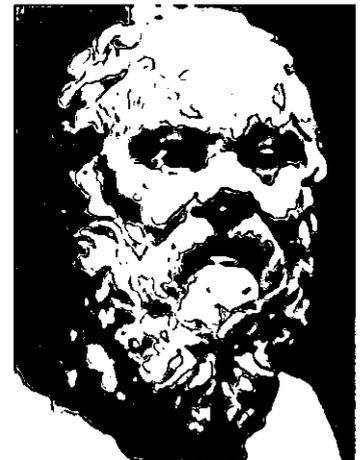
¿Cuáles son las principales aportaciones a nuestro entendimiento de los valores por parte de los griegos?

¿Por qué se considera tan importante la filosofía griega?



La muerte de Sócrates

A Sócrates le tocó vivir la época de decadencia de Atenas, una época rodeada de **corrupción**. Sin embargo, se las arregló para demostrar que **la virtud no depende de la época en que nos toque vivir, sino de nosotros mismos**. No solo eso, Sócrates no fue de esos que le echan en cara su rectitud a todo mundo, como si ser bueno fuera un sufrimiento. Por el contrario, se las arregló para vivir una vida alegre, bromista y rodeada de amigos. Es más, bien podría ser que las curiosas circunstancias de su muerte mucho tuvieron que ver con su extraño sentido del humor, como veremos más adelante.



Sócrates.

¿A qué te suena?

Escribe en tu cuaderno con tus palabras los mensajes que te dejó el párrafo anterior.

Resulta que en el año 399 a.C. cuando Sócrates ya era bastante viejo, fue acusado de los típicos cargos que en ese entonces se le hacían a los filósofos: no respetar a los dioses, corromper a los jóvenes con doctrinas naturales, etcétera. Lo curioso es que, a diferencia de otros filósofos, Sócrates no se había dedicado ni a reírse de los dioses, ni a **indagar** sobre asuntos físicos. A lo que sí se había dedicado era a reírse de sí mismo y de sus contemporáneos. A tal punto que sus conciudadanos atenienses le habían puesto un extraño apodo: el tábano. Un tábano es una mosca que no muerde a sus víctimas sino hasta haberlas desesperado con su zumbido. Era exactamente lo que hacía Sócrates, aparecía cuando menos se le esperaba con preguntas inquietantes y difíciles que a menudo ponían en ridículo a sus **interlocutores**. ¿En qué consistían esas preguntas?

Sócrates es el inventor de la definición, antes de él no se hacían preguntas del tipo “qué es la justicia”, “qué es la belleza”, “qué es la virtud”. O si se hacían, se esperaba una respuesta como la que suelen dar los niños: “la justicia es cuando...”. Sócrates le enseñó al mundo que hay ciertas preguntas que no es tan fácil resolver con cuentos (“la justicia es, por ejemplo, el otro día, cuando iba a...”). Sócrates exigía de sus interlocutores que le dijeran lo que una cosa es siempre, ayer, hoy y dentro de mil años. Él mismo declaraba no saber la respuesta a las preguntas que hacía. Una de sus frases famosas es “yo solo sé que no sé nada”. Fue el primero en aplicar esa “ignorancia” de la que hemos venido hablando en el ámbito de los valores.

Ahora bien, y con esto volvemos al juicio en que se le acusaba de corromper a los jóvenes, Sócrates demostró delante de sus acusadores que no se le estaba juzgando por lo que se decía, sino porque, al hacer sus preguntas durante años, había hecho muchos enemigos. En efecto, mucha gente que creía saber la respuesta a lo que Sócrates le preguntaba se sentía humillada cuando debía aceptar su ignorancia. Por otro lado, muchos jóvenes lo admiraban e imitaban su forma de preguntar con sus padres y sus mayores. Por supuesto, a muchos no les gustaba quedar ridiculizados en público y por sus propios hijos.

Al final, Sócrates fue declarado culpable. Es muy probable que podría haber salido libre si se hubiera declarado arrepentido y si hubiera dejado que sus amigos (que eran muchos) pagaran una multa por él. De hecho, sus acusadores no querían otra cosa que darle un **escarmiento** para que dejara a los atenienses en paz.

Sin embargo, parece ser que Sócrates no pudo aguantar la tentación de tomarle el pelo a sus compatriotas por última vez. ¿Cuándo se le volvería a presentar la ocasión de tenerlos a todos juntos? Así, en lugar de ofrecer una disculpa y pagar una multa, Sócrates dijo que en verdad más que una multa merecería una recompensa por la educación que le daba a los atenienses. Después les aseguró que si salía libre seguiría haciendo lo que siempre había hecho, preguntar y preguntar. Alegó que no podría dejar de hacerlo diciendo que “**una vida que no se explora no es una vida digna de ser vivida**”.

¿A qué te suena?

Escribe en tus palabras el significado de la frase siguiente: “una vida que no se explora no es una vida digna de ser vivida”. Da un ejemplo.

Sócrates fue condenado a muerte y la sentencia se cumplió. Unos días antes del fin, uno de sus amigos ricos fue a decirle que si quería escapar podía hacerlo, pues los guardias ya habían sido sobornados. Sócrates le agradeció, pero se quedó en prisión alegando que es necesario acatar las leyes de la sociedad en la que uno vive. Los atenienses, que nunca esperaron que se cumpliera la condena, quedaron impresionados y arrepentidos después de su muerte: Sócrates les había mostrado que las leyes externas son importantes, pero que los valores propios, los de la conciencia, lo son más.

Glosario

Indagar:
Investigar.

Interlocutores:
Cada una de las personas que toman parte de una conversación.

Escarmiento:
Tomar enseñanza de la experiencia para evitar nuevos daños.

REFLEXIONO



La última lección

Contesta individualmente las siguientes preguntas

- ◊ ¿De qué acusaban a Sócrates?, ¿era esa la verdadera razón por la que se le acusaba?, si no, ¿por qué?
- ◊ ¿Por qué no quería parar Sócrates de hacer lo que hacía?
- ◊ ¿Qué lección le dio Sócrates a los atenienses?, ¿por qué no se escapó? ¿Habría funcionado la lección si escapaba?

¿Y si...?



¿Qué le dijo Critón a Sócrates?

En su cuaderno escriban el diálogo entre Sócrates y Critón (el amigo millonario que trató de convencerlo de que escapara de la prisión), que cada uno de los personajes sea lo más convincente posible. Si desean pueden actuar el diálogo ente el grupo.

¿A qué te suena?

Sócrates solía repetir estas dos frases: "Conócete a ti mismo" y "Yo sólo sé que no sé nada". Escribe un pequeño ensayo explicando lo que crees que quería decir con ellas.

SE ME OCURRE...



El juicio de Sócrates

Sócrates fue condenado a muerte pero no por una enorme mayoría, una buena parte de los jueces votaron en contra de la pena de muerte. Ahora el grupo entero hará como si fuera el tribunal que condenó a Sócrates: un poco más de la mitad dará argumentos para condenarlo, un poco menos de la mitad para dejarlo libre. Recuerda que debes escribir tus argumentos antes de iniciar la dramatización.

PARA LA CASA

Los discípulos

Averigua qué discípulos tuvo Sócrates. ¿Cuál fue el más importante? ¿Qué hizo? Agrégalos a su línea del tiempo.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Sócrates enseñó que hay que obedecer a las leyes pero sobre todo a la conciencia.

Conceptos:

- Conciencia

Habilidades que desarrollamos...

- Reflexionar sobre uno de los grandes hombres.
- Reflexionar sobre el convencimiento de nuestros propios valores.



Desde niños podemos reflexionar sobre la importancia de conocernos a nosotros mismos.

Valores en la Roma del siglo I: romanos y cristianos

La Roma de ese siglo estaba pasando por una gran crisis; algunos de sus emperadores, como Calígula y Nerón, no eran ejemplo de buenos seres humanos, eran corruptos. ¿Entonces cómo se explica que hayan gobernado su enorme imperio por tantos siglos?

Un sistema corrupto, un sistema donde nadie cree en ningún valor, se cae rápidamente. Durante más de seis siglos los romanos gobernaron un territorio enorme, no había una orilla del mar Mediterráneo que no perteneciera al imperio, en todas partes se construían carreteras y ciudades perfectamente trazadas y gobernadas con las leyes más justas que el mundo había conocido hasta ese momento. Las historias sobre el siglo I nos hacen pensar que la decadencia de Roma era tal que se derrumbaría al día siguiente, pero lo cierto es que Roma se recuperó de esa crisis y gobernó sobre su imperio todavía por más de 300 años después de Nerón. A pesar de monstruos como Nerón, tuvo aún grandes emperadores como Trajano, Adrián y sobre todo, Marco Aurelio, el emperador filósofo que, además de atender a sus deberes de gobernante, dedicó sus ratos libres a reflexionar sobre la virtud dejándonos uno de los grandes libros de ética de todos los tiempos: las **Meditaciones**.

¿Qué es lo que realmente sucedió entonces en ese siglo? Se encontraron dos formas de ver el mundo, la cristiana y la romana, que compartían algunos valores y se oponían en otros. A la larga vencieron los valores cristianos pero no sin antes haber adoptado algunos valores romanos. En el siglo III, el emperador Constantino se convirtió al cristianismo y con él la religión cristiana se volvió la religión oficial del imperio. Cuando dos siglos más tarde cayó el imperio Romano, la iglesia cristiana ya tenía una sólida estructura que sin duda le debía mucho a los valores romanos de administrar con orden y justicia.

¿Qué nuevos valores le permitieron al cristianismo conquistar el mundo romano? Los romanos tenían muchas virtudes, tenían un fuerte sentido del deber y de la justicia que les permitía gobernarse de manera eficiente. Sin embargo, **no tenían entre sus prioridades un valor básico del cristianismo: la igualdad.** Por el contrario, para ellos había seres humanos libres y superiores y seres humanos inferiores que merecían la esclavitud. Por eso el cristianismo penetró primero en las clases bajas y de esclavos, y sólo después se abrió paso en las clases altas hasta llegar a Constantino.

El **mundo multicultural** en el que vivimos hoy ha ido recogiendo valores de diferentes culturas; de los romanos guarda aún el sentido de la administración y de las leyes; del **cristianismo** la conciencia de que **todos los seres humanos son iguales.**

REFLEXIONO

¿Qué les faltó?

Contesta individualmente las siguientes preguntas en tu cuaderno.

- ◊ ¿Qué valores romanos todavía están presentes en nuestras actuales culturas?
- ◊ ¿Por qué terminaron imponiéndose los valores cristianos en Roma?
- ◊ ¿Qué valor le hacía falta a los romanos?



Durante más de seis siglos los romanos fueron un gran imperio.



El Imperio romano, del año 500 al 44 a.C.

¿SABÍAS que...?

La filosofía favorita de los romanos era el estoicismo, una doctrina que dice que uno no debe pelearse con el destino, hay que aceptar lo inevitable y concentrarnos en cambiar exclusivamente lo que está a nuestro alcance.



Moneda romana.

Lee con atención:

San Agustín, uno de los pilares de la doctrina cristiana, es un buen ejemplo de las dificultades que experimentaba un romano bien educado para convertirse en cristiano. A pesar de que su madre era cristiana y que el Imperio Romano se había vuelto cristiano oficialmente en el siglo III (Agustín vivió en el siglo VI), Agustín no quiso serlo hasta bien pasados los treinta años. La razón era que para un romano rico que sabía leer y escribir y había estudiado filosofía y ciencias, la religión podría parecer algo por debajo de la razón, algo para los ignorantes y supersticiosos. A diferencia de lo que nos han dicho las películas, no era por bárbaros, sino porque tenían una educación científica que a muchos romanos les costaba convertirse al cristianismo. Además los romanos eran fundamentalmente un pueblo práctico, interesado por las cosas de este mundo, la vida después de la muerte no era una de las prioridades de alguien que podía darse una buena vida en este mundo. Sin embargo, Agustín terminó por convertirse al cristianismo después de conocer la filosofía de Platón, el gran discípulo de Sócrates. En esa filosofía Platón da razones para pensar que la verdadera realidad no es material. Agustín narra los pasos que lo llevaron a su conversión en un libro llamado *Las Confesiones*, donde dice que finalmente descubrió que la religión no estaba por debajo de la razón, sino por encima.

SE ME OCURRE...



El emperador filósofo

Lean este texto y hablen sobre una situación que conozcan o hayan vivido que lo ejemplifique.

A menudo me he asombrado de cómo es que cada uno, amándose a sí mismo más que a todos, haga menos caso de su propia opinión sobre sí mismo que de la de los otros. Si un dios tutelar o un sabio maestro ordenase a alguien que no concibiera ni pensara nada en su interior sin proferirlo simultáneamente y a gritos, no habría quien pudiera aguantarlo un solo día, por donde se ve que respetamos más la opinión de nuestros prójimos sobre nosotros que la de nosotros mismos”.

REFLEXIONO



Las dificultades de San Agustín

Contesta a esta pregunta en tu cuaderno.

◊ ¿Por qué crees que San Agustín como romano tuvo dificultades para convertirse al cristianismo?

COMPARO



Los valores romanos y los valores cristianos

◊ ¿Crees que se influyeron mutuamente?

◊ ¿Qué opinas de la filosofía de los romanos de aceptar lo inevitable y cambiar sólo lo que está a nuestro alcance?

PARA LA CASA



¿Quién te simpatiza?

Averigua más sobre alguno de estos pensadores de la época romana (ponte de acuerdo con tus compañeros de equipo para no repetirlos y agregarlos a su tabla cronológica): Cicerón, Lucrecio, Séneca, Epicteto, Marco Aurelio, San Ambrosio, San Agustín.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Los romanos no eran un pueblo vicioso, sus valores eran diferentes a los valores cristianos.
- El cristianismo introdujo un nuevo valor en el mundo romano: la igualdad.

Habilidades que desarrollamos...

- Comprender culturas diferentes a la nuestra.

Valores en la Edad Media



La Edad Media europea, que va desde la caída del Imperio Romano — al final del siglo V— hasta el Renacimiento italiano en el siglo xv. Se piensa en la Edad Media como una época oscura donde la Iglesia contribuía a no hacer pensar a la gente. Lo cierto es que sólo los primeros 300 años son oscuros y eso por que, después de la caída de Roma, los pueblos bárbaros pelearon entre sí durante siglos para ver quién se quedaba con Europa.

Lejos de promover la oscuridad y la ignorancia, durante esos tres siglos fue precisamente la Iglesia la que preservó el conocimiento que se había salvado de Grecia y Roma. Cuando finalmente se estableció un cierto orden bajo el reino de Carlo Magno, en lo que hoy es Francia y Alemania, y bajo los árabes en la península ibérica, el conocimiento floreció rápidamente a partir de estudiosos religiosos que eran los únicos que aún sabían leer y escribir —los demás estaban demasiado ocupados trabajando o combatiendo.

Para el siglo xii, **los centros de estudio del clero se habían transformado en universidades** y ya no era sólo el clero quien estudiaba ahí.

¿Qué valores le permitieron a la Edad Media salir de la barbarie en que había caído Europa con el colapso de la civilización romana? En una época tan violenta e incierta, **los valores religiosos tuvieron sin duda un papel importante**, la confianza en un solo Dios por encima de los conflictos ayudó a suavizar a los pueblos guerreros. Por otro lado, **los códigos de honor** de los caballeros le daban mucho valor a la solidaridad y al cumplimiento de la palabra. En una época en que se había hecho un enorme retroceso con respecto a la ley de los romanos, la falta de leyes justas se compensaban en parte con la confianza en lo que se prometía.

Por último, aunque no menos importante, y contrario a lo que se suele creer, entre los siglos xii y xiv, **el conocimiento se convirtió en uno de los valores más fuertes** de la época. Fue precisamente este último período el que preparó el próximo: el Renacimiento.



Interior de la Catedral de Amiens.

¿SABÍAS que...?

Santo Tomás de Aquino fue uno de los grandes sabios de la Edad Media. Se considera, junto con San Agustín, el estudioso más importante de la Iglesia en la medida en que ambos combatieron la idea de que la religión está peleada con la razón. Santo Tomás, que vivió en el siglo XIII, era también un hombre muy ingenioso, en una ocasión unos compañeros le quisieron tomar el pelo diciéndole que afuera había una vaca volando. Santo Tomás se levantó de inmediato y salió a ver. Cuando volvió a entrar todos se reían y uno le preguntó cómo podía ser tan simple como para creer una cosa así. A lo cual el Santo contestó que le había parecido extraño lo de la vaca voladora, pero había salido porque le había parecido más extraño aún que un monje mintiera.

REFLEXIONO



¿Es verdad que...?

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◊ ¿Es cierto que la Iglesia fomentó la ignorancia durante la Edad Media?
- ◊ ¿Qué valores propuso la Iglesia ante la incertidumbre de los primeros años de la Edad Media?
- ◊ ¿Qué valores compartían los caballeros ante la incertidumbre de la época?
- ◊ ¿Cuál fue el valor más fuerte en los siglos xii y xiv?

Lee con atención:

La leyenda del Rey Arturo y los caballeros de la mesa redonda es una típica leyenda medieval, con sus códigos de caballería (honor, solidaridad, confianza en la palabra) y con su orientación religiosa. En una época muy violenta en la que a menudo los reyes eran monstruos tiránicos, la leyenda de un rey bueno que volvería para gobernar con justicia y sabiduría era muy popular. La Corte de Arturo era diferente. Para empezar, sesionaban en una mesa redonda donde cada caballero tenía igual

Glosario

Barbarie:

Falta de cultura o atraso de un pueblo.

Medieval:

Relacionado con la edad media.



La resurrección de los reyes. Maso Di Banco.

importancia. Los temas típicos que se discutían ahí tenían que ver con el código de honor, quién era digno de confianza, quién lo había roto. No es de extrañar que el gran conflicto de la leyenda se da cuando Lancelot, el más noble de los héroes de la mesa redonda, se enamora de Guinevere, la esposa del rey Arturo. El conflicto ético de Lancelot es terrible, al punto que se aparta de Camelot (la ciudad legendaria de Arturo) para no traicionar a su rey y amigo. Sin embargo, y este es un tema universal de las narraciones de todos los tiempos, el amor es más potente que las leyes humanas, Lancelot y Guinevere finalmente ceden a su pasión.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Todo giraba en torno a Dios en la cultura medieval.
- Los caballeros tenían como valor la confianza
- La Iglesia preservó una parte del saber de griegos y romanos durante la Edad Media.

Concepto:

- Cristianismo

Habilidades que desarrollamos...

- Comprensión de valores diferentes a los nuestros.

SE ME OCURRE...



El juicio de Lancelot y Guinevere

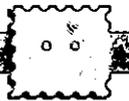
Divídanse en equipos de diez. Lleven a cabo una sesión de la mesa redonda donde se discute el caso de Lancelot. ¿Qué valores entran en juego?, ¿cuál ha de ser el castigo de los dos amantes?, ¿crees que el juicio tendría el mismo resultado en nuestros días?

Lee con atención:

El contacto con otras culturas también ayudó a la Edad Media a salir de la barbarie en que había caído Europa tras el **colapso** de Roma. Por un lado estaba el contacto con lo que quedaba del Imperio Romano en Constantinopla (hoy Estambul), por otro, el contacto con los árabes que tuvieron una floreciente cultura en la península ibérica entre el siglo VIII y el XV. A tal grado de cultura llegaron los árabes de ésta península que en un cierto momento en Córdoba **convivieron pacíficamente tres religiones distintas: la islámica, la judía y la cristiana.**

Desgraciadamente esto no duró mucho y la intolerancia volvió a surgir. Por otro lado los vikingos y los cristianos tenían una escala de valores enteramente diferente. Si un misionero cristiano les hablaba de las promesas de paraíso que esperan a los buenos cristianos, los vikingos en lugar de entusiasmarse se mostraban indiferentes y hasta irritados. ¿Qué atractivo podía tener para ellos un paraíso con ángeles y música celestial si el paraíso que les ofrecía su propia religión consistía en una buena espada y escudo para seguir peleando en el cielo y mucha cerveza?

REFLEXIONO



¿Conflictos?

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◊ ¿Cuál es el signo más seguro de que Córdoba tenía una alta cultura? ¿por qué?
- ◊ ¿Qué dificultades encontraron los misioneros cristianos para convencer a los vikingos?

PARA LA CASA

Otros personajes históricos

Averigua más sobre la aparición de las universidades y los siguientes personajes: Rogelio Bacon, Santo Tomás de Aquino, Carlomagno. Agrégalos a tu tabla cronológica.

Glosario

Colapso:

Debilidad repentina. Caída o disminución de la actividad.

Los valores durante el Renacimiento



El Renacimiento italiano no arranca el 1 de enero del año 1400. Nadie abrió su ventana ese día para anunciar: ¡Hoy comienza el Renacimiento! Como todos los cambios culturales, el proceso fue lento y gradual. De cierta manera algunos hombres del siglo XIII y XIV ya eran renacentistas; tal como algunos hombres del siglo XVI todavía eran medievales.

Todos sabemos que fue **en el Renacimiento cuando las ciencias adquirieron nuevo impulso**, las exploraciones condujeron a los navegantes a través del mundo, las artes florecieron y el comercio y las ciudades crecieron. Pero ¿en qué consiste el Renacimiento desde el punto de vista de los valores? ¿Qué cambió alrededor del siglo XV para que las personas llevaran a cabo tantos cambios? Dicho en otras palabras, **¿qué nuevo valor hace su aparición en Italia el siglo XV?**

Se puede responder a esa pregunta con una sola palabra: **el humanismo**. Los italianos de esa época estaban convencidos de que estaban copiando el humanismo a partir de la cultura de los griegos antiguos pero en verdad estaban inventando una nueva cultura donde **todo giraba en torno al hombre como centro de la realidad**. Lo que quiere decir la palabra humanismo aplicada al Renacimiento es: antropocentrismo", es decir, el hombre es el centro. La nueva época está llena de **optimismo y confianza con respecto a las capacidades del ser humano**, es por eso que se aventuran cosas nunca antes imaginadas: viajes alrededor de la tierra, teorías científicas revolucionarias, obras de arte espectaculares y hazañas técnicas nunca antes realizadas.

Como siempre, no todo es color de rosa. Al poner al hombre en el centro, los renacentistas italianos daban inicio a la historia moderna con su afán de novedad y progreso, pero daban también inicio a algo que nosotros, a 600 años de distancia, sufrimos: **las consecuencias de habernos creído en el centro**, como amos y señores del mundo, consecuencias que hoy vemos en el **deterioro ecológico** del planeta y en la dificultad que experimentamos para sentirnos parte del mundo y no como sus observadores y dominadores.



Cristóbal Colón

REFLEXIÓN



Las capacidades del ser humano

Contesta individualmente las siguientes preguntas

- ◇ ¿Cuál es el nuevo valor del Renacimiento?, ¿cuál es la diferencia con la época medieval?
- ◇ ¿Por qué se hicieron tantas cosas que nunca antes se habían hecho en el Renacimiento?
- ◇ ¿Cuál es el lado negativo del Renacimiento?

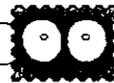
Lee con atención:

Los italianos del Renacimiento pintaban en perspectiva. Piero della Francesca, decía que la perspectiva consiste en dibujar los objetos más grandes o más chicos dependiendo de la distancia que nos separa de ellos. El descubrimiento de la perspectiva no



fue una casualidad; representó la voluntad de los pintores de la **época del humanismo de copiar la realidad tal cual la ve un ser humano**. A los pintores de otras épocas eso no les interesó porque el hombre no era el centro de todo. Por ejemplo, en la época medieval donde Dios era el centro, si pintaban a Dios, éste medía mucho más que los santos y estos mucho más que los hombres, ahí no importaba la perspectiva humana sino la divina.

COMPARO



La pintura del Renacimiento y la pintura egipcia

Analiza el cuadro que aparece en la lección, compáralo con imágenes de tu libro de historia sobre los egipcios. ¿Qué valores ves representados en este cuadro?, ¿qué le gustaba a los artistas del Renacimiento?, ¿qué sucede en el cuadro?

¿SABÍAS que...?

El Renacimiento italiano concluyó de manera más bien brusca cuando entraron las tropas francesas y después las españolas. Estas últimas trajeron consigo un regreso a los valores religiosos. Ahora sí, a diferencia de la época medieval donde su papel fue principalmente el de preservar y fomentar el conocimiento, la Iglesia tendría un papel negativo. Sin embargo ya era tarde para detener el movimiento, el Renacimiento ya se había extendido por buena parte de Europa.

Lee con atención:

Como todas las cosas humanas, el Renacimiento tenía su lado brillante y su lado oscuro. Sus pinturas y creaciones son tan deslumbrantes que nos cuesta ver el lado oscuro. ¿En qué consiste? Al poner al hombre en el centro de todas las cosas, el humanismo renacentista cambió radicalmente nuestra relación con la naturaleza y con el mundo en general. Ahora la ciencia ya no era sólo una actividad para comprender mejor la realidad y nuestro lugar en ella, **la ciencia se transforma en una forma de adueñarnos del mundo**. Para la nueva cultura moderna que empezó entonces y que aún no termina, el mundo es cada vez más una colección de objetos a disposición de los seres humanos. Dicho en otros términos, desde los inicios de la Edad Moderna, nos sentimos cada vez menos como parte del mundo y cada vez más como sus dueños.

Se trata por supuesto de una ilusión. **Como nos hemos dado cuenta últimamente, los seres humanos no somos algo que vive al margen de la naturaleza, por el contrario, somos parte y dependemos de ella**. Nuestros afanes de control sobre la naturaleza han tenido éxito sólo hasta cierto punto. En las últimas décadas parece ser que hemos comenzado a perder el control nuevamente: el clima se ha tornado extremadamente violento e impredecible, el sobrecalentamiento de la atmósfera y la disminución de la capa de ozono presentan graves peligros, los mares comienzan a mostrar signos alarmantes de contaminación, el aire de las grandes ciudades es dañino y la gente debe hacerse a la idea de comprar agua embotellada porque los mantos de agua han sido contaminados.

Ante todo esto, resulta evidente que debemos dejar de pensar en la naturaleza como un objeto externo y a nuestra disposición para empezar a pensarnos como parte de la naturaleza. Pero no se cambian los hábitos de cinco siglos en unos cuantos años, el proceso será gradual y representa uno de los grandes retos, quizá el más grande, para el siglo XXI.

REFLEXIONO



Humanismo y control de la naturaleza

¿Qué tiene que ver el humanismo, con el que se inicia la Edad Moderna hace 500 años, con los problemas ecológicos que vivimos hoy? ¿En qué sentido tenemos que volver a pensar nuestra relación con la naturaleza? Escribe tu respuesta en tu cuaderno.

¿A qué te suena?

Descartes, que fue uno de los padres del pensamiento moderno, redefinió a la ciencia de la siguiente manera: "La ciencia no es más que un medio en virtud del cual nos convertimos en amos y señores de la naturaleza". ¿Estás de acuerdo con esa definición de la ciencia?. ¿por qué?

SE ME OCURRE...

¿Cómo logró avanzar la ciencia?

Muchos de los grandes artistas del Renacimiento también tenían intereses científicos. Por ejemplo, para saber más sobre el cuerpo que querían pintar, artistas como Leonardo da Vinci, necesitaban explorar el cuerpo humano. Pero el estudio de cadáveres presentaba problemas, los nuevos valores científicos chocaban con los viejos valores religiosos. El grupo se dividirá en dos equipos, uno estará a favor de las exploraciones en cadáveres, otro en contra. Recuerda que deben discutir con base en los valores de esa época.

PARA LA CASA

Dignos de admiración

Averigua nuevos datos para la tabla cronológica, investiga sobre Shakespeare, Erasmo de Rotterdam, Tomás Moro, Pico della Mirandola, Federico de Montefeltro, Leonardo da Vinci, Cervantes, la reina Isabel I de Inglaterra.

PASO FLE ONO

- | | | |
|-----------------------|---|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ¿Cuáles fueron los principales acontecimientos en Roma? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué valores predominaban en la sociedad romana? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Qué valores resaltaban en la Edad Media? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cuáles fueron las principales ideas del Renacimiento y qué valores se asociaron a éstas? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿En cuál de estas tres épocas te gustaría haber vivido? ¿Por qué? | <input type="radio"/> |

LECCIÓN

Fuerza y persuasión en la Conquista

La revolución renacentista no conquistó a Europa sin resistencia. La Iglesia reaccionó ante el espacio perdido por la vía de la persuasión y por la vía de la fuerza.

Para fines del siglo xv encontramos a la siniestra figura de Torquemada tratando de defender los valores de la iglesia, pero por la fuerza. Torquemada fue el jefe de la Inquisición, una institución encargada de juzgar a los que se apartaban de la Iglesia y de castigarlos. Aunque hubo muchos otros **inquisidores** que también ejercieron su cargo con crueldad, Torquemada es tristemente recordado como el que más **fanáticamente** desempeñó sus funciones.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- El valor fundamental del Renacimiento es el humanismo.
- El humanismo sostiene que el hombre es el centro de la realidad.
- El humanismo le dio seguridad a los renacentistas para aventurar cosas nunca antes intentadas.

Conceptos:

- Humanismo

Habilidades que desarrollamos...

- Mejorar nuestra sensibilidad para valorar otras culturas.

Glosario

Inquisidores:

Personas que investigaban y castigaban a quienes no eran católicos.

Fanáticamente:

Defender con pasión, sin medida, una creencia o causa.



Detalle del biombo de la Conquista, Museo Franz Mayer.

Pero la época no sólo se dedicó a castigar a los que se desviaban de la iglesia, paralelamente hubo una intensa actividad de evangelización, es decir, de persuasión o convencimiento de nuevos creyentes. En el siglo XVI, siglo de la Conquista de América, y en el siglo XVII, la Iglesia católica encontró en América la ocasión de volver a ampliar su influencia **evangelizando** a los indígenas de nuestras tierras. En esos siglos, una buena parte de Europa se había separado de la Iglesia católica en un movimiento histórico llamado la "Réforma". Después de la Reforma siguieron dos siglos de luchas religiosas terriblemente sangrientas hasta que finalmente, a fines del siglo XVII, gente como el inglés **John Locke empezó a hablar de tolerancia**, es decir, de la **posibilidad de convivir pacíficamente con gente que cree, piensa y actúa de manera diferente a nosotros**.

Pero eso fue a finales del siglo XVII. A mediados del XVI, en cambio, había un fuerte resurgimiento de valores religiosos absolutos, que el humanismo renacentista, había amenazado con debilitar. **La conquista obedeció entonces, por un lado, a la ambición de poder y oro** (aunque también de aventura), y por otro, **obedeció a valores espirituales**, a la voluntad de evangelizar a nuevos fieles en lo que

los misioneros pensaban que era la única verdadera creencia.

La evangelización de los indígenas de la Nueva España se llevó a cabo tanto por la persuasión o el convencimiento como por la fuerza. Para los guerreros mayas y aztecas, por ejemplo, la derrota era, en cierta manera, también la derrota de sus dioses; la nueva religión católica actuaba como consuelo y como un primer elemento de reconciliación entre vencedores y vencidos.

La Conquista fue un acontecimiento terriblemente doloroso, tanto así que a casi 500 años muchas de sus heridas no sanan del todo. Sin embargo, si por un lado los indígenas vieron sus valores violentamente atropellados, por otro lado pudieron acercarse pacíficamente a nuevos valores en el trabajo de misioneros como Las Casas, Vasco de Quiroga o Motolinía. Fray Bartolomé de las Casas, se convirtió en el defensor de los indios y criticaba la conquista que atropellaba los derechos de los indios al no reconocerlos como seres humanos. Él explica que el "único modo de atraer a todos los pueblos a la verdadera religión" era "la persuasión del entendimiento por medio de razones y la suave moción de la voluntad".

Fray Bartolomé de las Casas, *El único modo de atraer a todos los pueblos a la verdadera religión*, México, Fondo de Cultura Económica 1992, p 30, Tomado de Krauze, E. "El profeta de los Indios" en Letras Libres, 1 enero 1999.

REFLEXIONO



La evangelización

Contesta individualmente en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- ◇ ¿Por qué apareció la violencia en la Iglesia de los siglos XVI y XVII?
- ◇ ¿Cómo recibieron los indígenas de México a evangelizadores como Bartolomé de las Casas o Vasco de Quiroga?, ¿por qué se facilitó la tarea?
- ◇ ¿Qué sistema crees que le resultó mejor a la Iglesia, el de Bartolomé de las Casas o el de Torquemada?, ¿por qué?

Glosario

Evangelizando:
Instruyendo en el conocimiento del evangelio.

Lee con atención:

Lo que sigue es una parte del prólogo al libro octavo de la *Historia general de las cosas de Nueva España* escrita en el siglo XVI por Fray Bernardino de Sahagún. El principal mérito de este texto es que, aunque evidentemente ve las cosas como un español, Fray Bernardino se preocupó por recopilar información sobre la conquista de los propios indígenas en su propia lengua y a partir de los códices donde habían representado **pictográficamente** los sucesos. Por si fuera poco, Fray Bernardino se interesó en las costumbres de los indígenas antes de la conquista.

El siguiente texto está escrito en español antiguo, léelo despacio y seguramente entenderás la mayoría de las palabras.

...“Estos primeros pobladores, según lo manifiestan los antiquísimos edificios que agora están muy manifiestos, fueron gente robustísima, sapientísima y belicosísima. Entre otras cosas muy notables que hicieron, edificaron una ciudad fortísima, en tierra opulentísima, de cuya felicidad y riqueza aún en los edificios destruidos de ella hay grandes indicios. A esta ciudad llamaron Tullan, que quiere decir “lugar de fertilidad y abundancia”, y aún agora se llama Así, y es lugar muy ameno y fértil. En esta ciudad reinó muchos años **un rey llamado Quetzalcoatl**, gran nigromántico y inventor de la nigromancia, y la dexó a sus descendientes, y hoy la usan. **Fue estremado en las virtudes morales.** Fue esta ciudad destruida y este rey ahuyentado. Dicen que caminó hacia el Oriente, que se fue a la ciudad del Sol, llamada Tlapallan, y fue llamado del Sol. Y dicen que es vivo y que ha de volver a reinar y a reedificar aquella ciudad que le destruyeron, y así hoy día le esperan. Y cuando vino don Hernando Cortés, pensaron que era él, y por tal le recibieron y tuvieron, hasta que su conversación y la de los otros que con él venían los desengañó. Los que desta ciudad huyeron edificaron otra muy próspera ciudad, que se llama Cholula, a la cual por su nobleza, edificios y grandeza los españoles, en viéndola, la pusieron nombre: Roma. Parece que el negocio destas dos ciudades levaron el camino de Troya y Roma. Después de muchos años comenzó a publicar la nación mexicana, y en trescientos años pocos más o menos se enseñorearon de la mayor parte de los reinos y señoríos que hay en todo lo que agora se llama Nueva España, y fundaron la ciudad de México que es otra Venecia. Los señores della fueron emperadores, en especial el último, que fue **Moteczuma, varón muy esforzado, muy belicoso y diestro en las armas, magnánimo y de grande habilidad, y magnífico, estremado en las cosas de su policía, pero muy cruel (recuerda que las prácticas religiosas de los indígenas eran inexplicables para los españoles, especialmente los sacrificios humanos).** En tiempo deste llegaron los españoles, y él tenía ya muchos pronósticos de que habían de venir en su tiempo. Llegados los españoles, cesó el imperio de los mexicanos y comenzó el de España.

Y porque hay muchas cosas notables en el modo de regir que estos infieles tenían, copilé este volumen, que trata de los señores y de todas sus costumbres.

Fray Bernardino de Sahagún, *Historia general de las cosas de Nueva España*, México; Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, 1989, p. 493



Detalle del biombo para la conquista del Museo Franz Mayer

Glosario

Pictográficamente:
Escritura en la que los conceptos se presentan a través de figuras.

REFLEXIONO

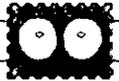


Conociéndolos

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◊ ¿Qué virtudes tenía Quetzalcóatl según Fray Bernardino? ¿Qué es un nigromante? (busca en tu diccionario).
- ◊ ¿Cuáles eran las virtudes de Moctezuma según Fray Bernardino? Cuál era su defecto según él?, ¿por qué crees que lo pensaba? ¿Crees que las prácticas religiosas ayudaron a los españoles a justificar su dominio sobre ellos?

COMPARO



¿Derechos humanos o derechos de los indígenas?

Lee atentamente el siguiente pasaje de un texto donde Fray Bartolomé de las Casas, el defensor de los derechos de los indígenas mexicanos, narra cómo intervino en favor de ellos.

“...alcanzó del rey que para liberar a los indios se concediese a los españoles, de éstas islas, que pudiesen llevar de Castilla algunos negros esclavos. Determinó el Consejo que debía darse licencia para que pudiesen llevar 4,000.”

Como puedes ver las Casas defiende a los indios pero trayendo negros como esclavos ¿encuentras alguna contradicción?

Las Casas, *Historia de las Indias*, México, Fondo de Cultura Económica, 1992, p. 275, tomado de Krauze. E., “El profeta de los Indios” en *Letras Libres*, enero de 1999.

SE ME OCURRE...



Tomando partido

El grupo se dividirá en dos equipos para actuar en la siguiente discusión: de una parte apoya a Fray Bartolomé de las Casas y sus seguidores defendiendo la dignidad humana de los indígenas, la otra parte la constituyen los conquistadores defendiendo la “servidumbre natural” de los indígenas.

Hagan una representación donde todo el pueblo está reunido en la plaza principal de la Nueva España para discutir el tema. ¿Qué argumentos basados en los valores de la época pueden producir?

PARA LA CASA

¿Ya conocemos a algunos!

Investiga nuevos datos para tu tabla cronológica con los siguientes personajes: Quetzalcóatl, Moctezuma, Fray Bartolomé de las Casas, Don Vasco de Quiroga, Fray Bernardino de Sahagún, Motolinía, Lutero, John Locke.

PASO FLE ONO

- | | | |
|-----------------------|---|-----------------------|
| <input type="radio"/> | ¿Qué concepto introduce John Locke a fines del siglo XVII? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Por qué había valores contradictorios en la época de la conquista? | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> | ¿Cuál es el valor más importante en relación con la historia de nuestro país que surge en esta época? | <input type="radio"/> |

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La conquista sucedió en una época de resurgimiento del fervor religioso en España.
- La conquista militar fue muy violenta, la conquista espiritual fue más persuasiva.
- Fray Bartolomé de las Casas tuvo que defender la dignidad humana que no se le reconocía a los indígenas.
- Las prácticas religiosas de los indígenas, particularmente los sacrificios humanos, eran incomprensibles para los españoles.

Concepto:

- Evangelización

Habilidades que desarrollamos...

- Sensibilidad para comprender valores ajenos.

La Ilustración, el liberalismo y la razón

Durante casi 300 años el destino de lo que hoy es México dependería de un Estado europeo, España. Sin embargo, en la misma **Europa del siglo XVIII**, particularmente en Inglaterra y Francia, se empezaron a cultivar los valores que conducirían a la independencia de España.

Después de más de cien años de cruentas guerras que a menudo tenían razones religiosas como trasfondo, **empezó a aflorar en Europa un valor que a la larga cambiaría al mundo entero: la libertad.**

Fueron los ingleses, con liberales como el ya mencionado **John Locke**, los que empezaron a insistir en la libertad como algo que pertenece por derecho a todos los seres humanos y, por consiguiente, a todas las naciones. Se dice que John Locke fue el más feliz de todos los filósofos, pues vivió para ver cómo su pensamiento se llevaba a cabo. La razón es sencilla, en lugar de pedir cosas imposibles, Locke se caracteriza por su moderación. **La clave de su pensamiento es que si los seres humanos quieren ser libres, deben aprender a ser tolerantes con sus semejantes**, deben dejar de esperar que todos crean, piensen y actúen como ellos y deben construir Estados que garanticen la libertad de cada quien para hacer lo que juzgue conveniente mientras no dañe a los demás. En palabras de Benito Juárez, que fue uno de los grandes políticos liberales de México esto se entiende como: "El respeto al derecho ajeno es la paz".

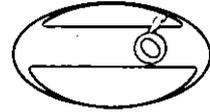
Sin embargo, los verdaderos responsables de que el liberalismo inglés de John Locke, se contagiara a buena parte del mundo, incluyendo América, fueron los franceses.

Resulta que a principios del siglo XVIII, mientras los ingleses ya vivían en un Estado que, siguiendo las indicaciones de Locke, se metía lo menos posible en los asuntos de sus ciudadanos, los franceses vivían no como ciudadanos, sino como sujetos de un rey con poderes absolutos. En el colmo de la conciencia de su poder, el rey francés, Luis XIV, había dicho "El estado soy yo".

Pero durante el mismo reinado de Luis XIV y de sus sucesores Luis XV y Luis XVI, muchos pensadores franceses habían viajado a Inglaterra y habían regresado llenos de ideas liberales acerca de la necesidad de que todos los seres humanos se gobiernen racionalmente, tanto en el plano individual como colectivo.

Pensadores como **Voltaire, Montesquieu y Diderot**, por mencionar sólo a algunos, se dieron a la tarea de preparar el día en que la **ciencia y la razón pudieran guiar la vida de la humanidad**. Gracias a su esfuerzo, el siglo en que vivieron se conoce hasta la fecha como Siglo de las Luces, Enciclopedismo (preocupados por todas las ramas del saber se propusieron la escritura de una Enciclopedia con todo el conocimiento humano) o, más generalmente, como la Ilustración.

Así, junto con la libertad, **el gran valor de la Ilustración es el conocimiento racional** que nos permite gobernarnos sin caprichos, supersticiones ni tradiciones.



Luis XIV.

¿SABÍAS que...?

Las ideas de la **Ilustración** fueron la base de todas las guerras de **independencia** de América, incluyendo la de México. Las obras de Montesquieu y Rousseau, así como la "Declaración de los Derechos Universales del Hombre", tuvieron una enorme importancia para convencer a millones de personas en todo el mundo de que la libertad es algo que todo ser humano debe reclamar.

REFLEXIONO

Los valores de la Ilustración

- ◆ ¿Qué es la tolerancia? ¿Es necesario que me guste lo que hace la gente que tolero?
- ◆ ¿Qué había estado pasando en Europa antes de que Locke hablara de tolerancia?
- ◆ ¿Por qué se dice que Locke fue el más feliz de los filósofos?
- ◆ La tolerancia es necesaria para que haya libertad. ¿Por qué?
- ◆ Para los pensadores de la Ilustración francesa una vida libre es una vida basada en la razón. ¿Por qué?
- ◆ ¿Era tolerante Luis XIV?, ¿por qué?

¿SABÍAS que...?

El filósofo alemán Emmanuel Kant resumió los ideales del Siglo de las Luces diciendo que la Ilustración es la liberación del hombre de su incapacidad. La incapacidad significa no poder usar su inteligencia sin la ayuda de otra persona. Esta incapacidad no es por falta de inteligencia sino de decisión y valor para servirse por sí mismo sin la tutela de otro. ¡Ten el valor de servirte de tu propia razón! he aquí el lema de la Ilustración. La pereza y la cobardía son causa de que una gran parte de las personas continúe a gusto en su estado de alumno también lo son de que se haga tan fácil para otros volverse sus tutores. ¡Es tan cómodo ser dependiente!

Adaptado de Kant, Emmanuel, ¿Qué es la Ilustración?, en *Filosofía de la Historia*, México, Fondo de Cultura Económica, 1978.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- La libertad fue el máximo valor de la Ilustración.
- La Ilustración tomó sus ideas centrales del liberalismo inglés.
- La libertad es imposible sin la tolerancia y la educación en la razón.

Conceptos:

- Tolerancia
- Liberalismo
- Emancipación

COMPARO



Valores del siglo XVI y valores de la Ilustración

Cada equipo presentará sus tablas cronológicas con sus nuevos hallazgos comparando sus valores con los de la Ilustración.

¿A qué te suena?

“El respeto al derecho ajeno es la paz”

Escribe un pequeño ensayo sobre esta frase de Benito Juárez.

Lee con atención:

Las ideas liberales que sabías como Voltaire, Montesquieu y Rousseau habían difundido en Francia condujeron a la Revolución Francesa en 1789. Una cantidad cada vez mayor de gente había leído miles de folletos explicando por qué los seres humanos son iguales y libres por naturaleza. Debido a esto sucedió un extraño acontecimiento denominado la Noche de Varennes.

Disfrazado para no ser reconocido, Luis XVI trató de escapar de Francia y reunirse con sus tropas fieles en territorio alemán. Sin embargo, fue reconocido y detenido en Varennes, un pequeño poblado cerca de la frontera oriental de Francia. Se dice que si Luis XVI no se hubiera disfrazado, nadie se habría atrevido a detenerlo. Sin embargo, los habitantes de la pequeña localidad lo tomaron prisionero y esperaron hasta que llegaran las autoridades de París. Como sabrás, Luis XVI fue condenado a la guillotina junto con su familia. Imagínate la escena de esta gente, la mayor parte campesinos, discutiendo qué hacer con el rey, indecisos entre su obediencia a los valores tradicionales de respeto al rey y los nuevos valores de igualdad entre todas las personas.

SE ME OCURRE...



¿Qué hacer con el rey de Francia?

Dividan al grupo en dos equipos: los que quieren liberar al rey y los que quieren tenerlo prisionero. Hagan una dramatización de la situación, pueden asignar personajes y disfrazarse con las cosas que tengan a la mano. ¿Cuál es el valor principal que defiende el pueblo de acuerdo con la época?

INVESTIGO



Para que se entienda mejor...

Escribe un breve ensayo sobre la frase "es tan cómodo ser dependiente". ¿Crees que sea cierta? A continuación encontrarás unas preguntas que te pueden ayudar a realizar el ejercicio. ¿Conoces a personas que prefieran la comodidad a la libertad de valerse de su propia razón? Tanto las naciones como las personas llegan a ser dependientes. ¿Has llegado tú a la edad de la razón? ¿Cómo estás preparándote para hacerlo?

PARA EN CASA

Los grandes hombres de la Ilustración

Averigua más sobre los grandes hombres del liberalismo y la Ilustración. He aquí algunos nombres: Voltaire, Montesquieu, Diderot, Rousseau, Locke, Hume, Kant, Danton, Washington.

Valores en la historia: el siglo XIX



En las últimas lecciones hemos tratado de ver cómo los excesos o las carencias de una época histórica obligan a la época que le sigue a darle mayor importancia a otros valores. Por ejemplo, fue tanta la insistencia de la Ilustración en la razón, que la época que le siguió reaccionó contra los excesos de una vida tan racional que no había lugar para los sentimientos. A causa de eso, los románticos de inicios del siglo XIX defendieron la pasión, la naturaleza y el misterio ante los intentos de la Ilustración por someterlo todo a la fría razón.

Cuando hoy pensamos en algo romántico nos imaginamos las canciones populares actuales. Pero el siglo pasado era muy diferente, contrario a lo que hoy se entiende por romántico, todas las pasiones les interesaban, no sólo el amor, también el odio, la venganza, el terror, el sentimiento patrio, la libertad, la experiencia de la naturaleza.

En ese sentido, bien puede decirse que el entusiasmo de los movimientos de independencia en América tenían una buena dosis de los nuevos valores románticos. La mayor parte de las ideas de nuestra Guerra de Independencia, por ejemplo, venían del Siglo de las Luces, de la Ilustración. Pero el entusiasmo, la exaltada pasión que le dio a tantas personas la resolución para pelear por la libertad, no sólo para pensar en ella, provino sin duda de la nueva sensibilidad romántica.

Pero a mediados del siglo XIX también hubo una reacción contra los excesos de los románticos. Cansados de los teatrales delirios pasionales de los románticos, aparecieron los realistas, con ánimo de mostrar las cosas tal cual son, por decepcionantes que resulten. Frente a los románticos que exageraban la pasión y las alturas espirituales que acercan a los humanos a los dioses, los realistas preferían decir con Darwin que el hombre descende del mono. En ese clima más sobrio, menos exaltado, muchas sociedades, incluyendo la mexicana, tuvieron que hacer cuentas de lo que realmente se había logrado después de obtener la libertad. El balance no fue nada halagador, pues había tanta pobreza en las sociedades que se dejó de insistir en el valor de la libertad para trabajar más sobre otro: la igualdad. La libertad fue el valor principal de nuestras guerras de Independencia, la igualdad el de nuestra Revolución.



Fábrica textil de principios del siglo XIX.

REFLEXIONO



Las crisis y los cambios

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◆ ¿Qué excesos de la Ilustración dieron lugar a la aparición de los románticos? ¿Qué proponían los románticos?
- ◆ ¿Qué excesos de los románticos dieron lugar a los realistas? ¿Qué proponían los realistas?
- ◆ ¿Cuál fue el valor principal de la Guerra de Independencia?
- ◆ ¿Cuál fue el valor principal de la Revolución?

Lee con atención:

Los poetas románticos de inicios del siglo XIX se rebelaron contra el exceso de razón de la Ilustración. Uno de ellos, William Wordsworth, escribió el siguiente poema deseando ser un hombre más primitivo pero en un mundo menos aburrido:

Glosario

Halagador:

Da muestras de gusto, de satisfacción.

¿SABÍAS que...?

Más o menos a la mitad del siglo XIX mucha gente estaba cansada de los valores de los románticos, querían ver las cosas tal cual eran, sobre todo porque para muchos los sueños de igualdad y bienestar no se estaban cumpliendo. Un literato ruso de nombre Lermontov dijo por ese entonces que ya era hora de dejar de darle caramelos a la gente, que había que mostrar las cosas fríamente.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Cada época responde a los retos que se le presentan descubriendo o redescubriendo otros valores.

Conceptos:

- Romanticismo
- Realismo

Habilidades que desarrollamos...

- Comprender valores de épocas lejanas.

Glosario

Sórdido:

Pobre, persona que paga culpas ajenas.

Pagano:

Nombre dado por los cristianos a las personas que no habían sido evangelizadas.

Atisbos:

Sospechas.

*El mundo está demasiado con nosotros; tarde y pronto,
Adquiriendo y gastando, malgastamos nuestros poderes:
Poco vemos en la Naturaleza que es nuestra;
Hemos cambiado nuestros corazones, ¡y por un sórdido premio!
El mar que desnuda su pecho a la luna;
Los vientos que aullarán a toda hora,
Y están quietos ahora como flores durmiendo;
Para esto, para todo, estamos fuera de armonía;
No nos conmueve.—¡Dios mío! Preferiría ser
Un pagano criado en una fe olvidada;
Así podría, aquí en este agradable prado,
Tener atisbos que me harían menos desamparado;
Tener una visión de Porteo elevándose del mar;
O escuchar al viejo Tritón tocar su cuerno de caracol.*

Los románticos se opusieron al mundo demasiado ordenado de la Edad de la Razón elogiando las pasiones. Pero no celebraron tan sólo la pasión amorosa como se cree hoy; todas las pasiones, incluyendo el miedo fueron sus temas favoritos. Se trataba de demostrar que los seres humanos no eran máquinas pensantes. En ese sentido, quizá la obra romántica más conocida sea Frankenstein, de Mary Shelley. En esa obra la autora le da a los lectores una idea de los horrores a los que nos pueden llevar los excesos de la razón.

SE ME OCURRE...

Frankenstein el romántico

Dividan al grupo en equipos de seis a ocho personas. Comenten si alguna vez han oído, visto o leído la historia de Frankenstein ¿De qué trata? Escriban el cuento en forma de historieta en una hoja suelta. ¿Por qué es romántico este texto? Al final cuelguen las hojas alrededor del salón incluyendo el mensaje que interpretan de la autora de esta obra.

COMPARO

Valores de la Ilustración y del Romanticismo

Dividan al grupo en equipos de diez personas y dividan cada equipo en dos subgrupos. Uno representará a un grupo de personas con los valores de la Ilustración y otro a un grupo de personas con los valores románticos. Primero hagan una lista de los valores de cada época y después lleven a cabo una discusión entre ambos grupos. Cada grupo defienda sus valores. Pueden seleccionar un tema o acontecimiento y dar su punto de vista de acuerdo con los valores de la época.

PARA LA CASA

Enriqueciendo nuestra tabla cronológica

Averigua más sobre estos personajes y agrégalos a la tabla cronológica: Lord Byron, Beethoven, Darwin, Marx, Freud.

PASO FLE ONO

- ¿De qué otra manera se conoce a la época de la Ilustración?
- ¿Cuáles fueron los acontecimientos que marcan los valores de esta época?
- Nombra algunas de las personas con ideas liberales de la época de la Ilustración.
- ¿Cómo se transforman la época de la razón, al Romanticismo y al Realismo?, ¿qué valores se asocian con cada una de ellas?



¿En qué cree un mundo globalizado?

Hemos visto cómo los excesos o las carencias de una época histórica obligan a la época que le sigue a darle mayor importancia a otros valores. Por ejemplo, fue tanta la insistencia de la Ilustración en la razón, que en la época que siguió predominó el Romanticismo. A mediados del siglo XIX también hubo una reacción contra los excesos de los románticos y aparecieron los realistas con ánimo de mostrar las cosas tal cual son, por decepcionantes que puedan resultar. Frente a los románticos que ensalzaban la pasión y las alturas espirituales que acercan a los humanos a los dioses, los realistas afirmaban que el hombre desciende del mono de acuerdo con las ideas de Darwin.

Y así llegamos al **siglo xx**. Se trata de un siglo terriblemente complicado en **materia de valores**. Esto por dos razones. Por un lado, han ocurrido hechos tan terribles que el mundo aún está perplejo ante los valores que habrá que adoptar para que no se repitan los campos de concentración nazis o rusos, la bomba de Hiroshima o, más recientemente, las **masacres étnicas** en Yugoslavia. Además, el desarrollo de la tecnología ha traído consigo preguntas éticas inimaginables hace apenas cien años, preguntas en torno a la reproducción en laboratorios, la preservación de enfermos en **estado de coma**, los problemas ecológicos, etcétera.

Por otro lado, además de tener que afrontar nuevos problemas, **el fin del siglo xx** nos presenta una situación nueva: la historia ya se ha expandido por toda la Tierra, no hay una sociedad del planeta que pueda vivir al margen de ella. **Si a esto agregamos los actuales medios de comunicación, tenemos como consecuencia que vivimos en contacto con los diferentes valores y culturas de todo el mundo.**

Si recordamos el inicio de estas lecciones sobre la historia de los valores, veremos que, cuando la historia comienza en Egipto y Mesopotamia, todavía no empezaba en el resto del mundo; las sociedades tribales podían seguir viviendo al margen de la historia. Hoy en cambio resulta claro que **los nuevos retos afectan a todos y requieren de nuevos valores**. Por ejemplo, puesto que los problemas ecológicos amenazan al planeta entero, no pueden resolverse a partir de valores sociales meramente locales, ni siquiera a nivel nacional: necesitamos valores a escala mundial. Las cosas han cambiado entonces. Aún si vivimos en la más remota aldea de una densa jungla, lo que sucede en el resto del mundo nos afecta y no podemos ignorarlo —a menos que no queramos estar preparados para defendernos, por ejemplo, cuando llegue una compañía maderera a cortar los árboles.

A finales del siglo XX no hay escape ante los retos que nos pone una historia global. Afortunadamente contamos con más conocimiento de la historia que cualquier época anterior. **Ese conocimiento debería ayudarnos a distinguir los valores fundamentales de entre la enorme variedad de valores diversos que se nos presentan.**

REFLEXIÓN



Es nuestro momento

- ◆ ¿Cuáles son algunos de los nuevos problemas éticos que debemos enfrentar? ¿Cuál es a tu juicio el más urgente? ¿Por qué?
- ◆ ¿Cuáles son los riesgos de confusión en un mundo donde valores de diferentes lugares y de diferentes niveles conviven?
- ◆ ¿Por qué estamos obligados a pensar a nivel de toda la humanidad ahora? ¿Qué valores crees que tendremos que proponer para hacer frente a retos mundiales?

¿SABÍAS que...?

Muchos autores se refieren a la historia en el siglo XX como una historia "sobrecalentada". Esto quiere decir que, como consecuencia del contacto entre todas las culturas del planeta, el ritmo de los cambios es más rápido que nunca. El problema es que seamos capaces de responder con los valores adecuados ante cambios tan rápidos.

Glosario

Masacres étnicas:

Destrucción de grupos culturales.

Estado de coma:

Situación en la que se ha perdido la conciencia y el movimiento voluntario.

Lee con atención:

No basta, en el caso de la preservación y mejoramiento del medio ambiente, con unos cuantos héroes que se hagan cargo del problema. Se trata de un reto que pondrá a prueba la capacidad de trabajar a nivel mundial a las próximas generaciones. Si el problema ha de resolverse requerirá de los pequeños actos aparentemente insignificantes, de la mayoría de los habitantes del planeta. La pregunta que todos debemos hacernos es la siguiente: ¿si la mayoría de los habitantes del planeta se comportaran como yo respecto al medio ambiente, mejoraría o empeoraría al cabo de unos años? Es por eso que la ecología es una de las prioridades de los sistemas educativos de todo el mundo. Es por eso también que se presta particular atención a que aprendamos y reflexionemos sobre ello en la secundaria; dentro de apenas unos años seremos personas adultas y podremos actuar o ingorar la situación, todo dependerá de que estemos convencidos que podemos mejorar nuestro ambiente.

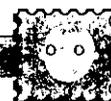
Sin embargo, algunos de los problemas son tan graves que no basta con el lento cambio de hábitos a nivel de millones y millones de personas, necesitamos acciones inmediatas. Afortunadamente, hay en todo el mundo, una serie de asociaciones tanto gubernamentales como no gubernamentales, con la tarea de difundir ideas para la preservación y el mejoramiento ambiental, sugerir leyes protectoras del ambiente a diferentes gobiernos, iniciar y coordinar proyectos e incluso vigilar y castigar a grandes contaminadores.

En prácticamente todo el mundo se han iniciado ambiciosas campañas para rescatar el medio ambiente y garantizar el futuro de las siguientes generaciones, la gran pregunta es si todavía estamos a tiempo o si hemos iniciado un movimiento irreversible. Por lo pronto, para los miembros de las numerosas instituciones para la protección del ambiente, no se trata de esperar a ver qué pasa. Para nosotros como alumnos y alumnas de secundaria tampoco. Podemos conocer el problema a fondo, llevar a cabo acciones que ya están a nuestro alcance y planear aquellas que lo estarán en pocos años.



Los nuevos retos requieren de nuevos valores.

REFLEXIONO



¿Y si todo mundo se relacionara con la naturaleza como yo?

- ◊ Analiza lo que haces y lo que no haces para preservar la naturaleza (¿reciclas basura?, ¿usas detergentes biodegradables? ¿Pertenece a alguna asociación para el cuidado del medio ambiente?)
- ◊ ¿Qué pasaría con el medio ambiente en 20 años si todo mundo se comportara como tú?
- ◊ ¿Qué cambios concretos en tu relación con el ambiente se te ocurren? ¿Es posible llevarlos a cabo?



SE ME OCURRE...



Cortar o no cortar la selva

Los problemas de la preservación del ambiente son más complejos de lo que parece. Por ejemplo, Brasil ha estado cortando sus bosques tropicales a un paso muy rápido en las últimas décadas. El daño ambiental que esto produce no es sólo un problema de Brasil sino de todo el mundo, de hecho la comunidad internacional (1) le ha señalado al gobierno de Brasil que al cortar su selva genera un problema mundial. Sin embargo, el gobierno de Brasil (2) alega que el país es pobre y no le queda más que explotar la selva.

Un tercer actor en el conflicto son las compañías internacionales (3) interesadas en la madera o los productos que pueden industrializar de esta región. También entran en juego las asociaciones de indígenas (4) que se quedan sin el único lugar donde saben vivir cuando les cortan su selva. Y, por supuesto, las asociaciones de protección ambiental. De estas últimas hay dos tipos. Las que se oponen a que se corte el bosque porque no es correcto (5) y las que procuran encontrar alternativas para explotar la jungla económicamente sin necesidad de destruirla (6). Por ejemplo, hay muchos especialistas tratando de demostrar que sería mejor negocio preservar la jungla para explotar la enorme variedad de plantas que ahí viven produciendo medicinas.

Elaboren por equipos dividan al grupo en seis equipos de acuerdo a los números entre paréntesis del texto. Sus argumentos por escrito, y después realicen un debate en torno al tema.

- ◆ ¿Es difícil llegar a un acuerdo sobre los valores?
- ◆ ¿Cuál fue la decisión final?

¿SABÍAS que...?

Una de las principales preocupaciones de los defensores de bosques tropicales es la variedad de vida vegetal y animal que se encuentra ahí. Muchos ya han buscado formas para evitar que se corten los bosques. Por ejemplo, algunos han insistido en las propiedades medicinales de las plantas tropicales, con ello tratan de atraer a inversionistas de la industria farmacéutica ya que es mucho menos dañina que la que explota la madera. Otros han tratado de introducir madera ecológica en el mercado, es decir, madera que tiene un sello garantizándole al comprador que no se cortó un árbol tropical para su madera, sino un árbol plantado para esos fines! Lo importante es encontrar soluciones que funcionen económicamente, de lo contrario, puesto que la mayoría de los bosques tropicales están en países pobres, es difícil evitar su explotación.

Salud: Un enfoque de bienestar
Meeks, L. y Heit, P. Universidad de Ohio. Publicaciones Merrill, 1991.

¿Y si...?

¿Y si fueras la Secretaría de Ecología?

El presidente te acaba de poner a la cabeza de la Secretaría de Ecología por los próximos seis años, prepara tu plan de trabajo sexenal con un equipo de cinco asesores. ¿Cuál es el problema que atenderías con mayor urgencia? (escriban su propuesta en su cuaderno).

SE ME OCURRE...

¿En qué siglo vivimos?

A diferencia de otros siglos como el XVIII que recibió el nombre de Siglo de las Luces o Ilustración, o el xv que los italianos llamaron Renacimiento, ha sido difícil ponerle nombre al siglo xx. Se ha sugerido la Edad Atómica en virtud de los progresos y peligros de la recién descubierta energía atómica; el Siglo de la Comunicación en virtud de los avances técnicos de los medios electrónicos; el Siglo de la Incomunicación debido a la soledad de la vida en las grandes ciudades; o la Época de la información debido a la enorme importancia que esta actividad adquiere.

Haz equipo con cinco a siete personas. Elaboren una propuesta sobre el nombre del siglo XX. Organicen un concurso a través de votaciones para que elijan el nombre que abarque de mejor manera lo que significa el siglo XX. Pueden realizar el ejercicio seleccionando sólo el nombre o presentando un collage con ilustraciones de los acontecimientos de este siglo para que justifiquen el nombre que han seleccionado.

PARA LA CASA

Mujeres y hombres de nuestro siglo

Averigua más sobre algunos de estos personajes y eventos del siglo XX y agrégalos a la tabla cronológica: Primera y Segunda Guerra Mundial, Stalin, Hitler, el holocausto, Schweitzer, Martin Luther-King, Ghandi, Einstein, Picasso, Frida Kahlo, Zapata, Mandhela, Hiroshima, Teresa de Calcuta, la llegada a la luna.

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

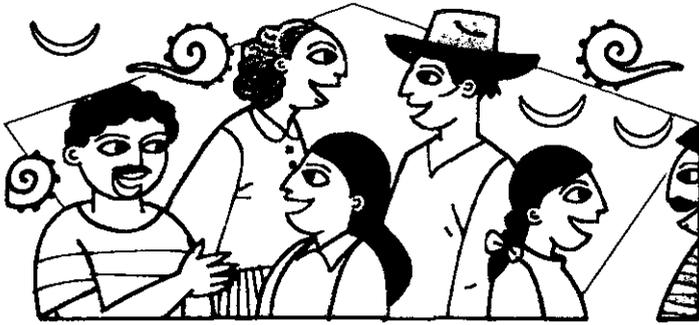
- Qué podemos hacer a nivel individual y colectivo para preservar el medio ambiente.
- Actividades de las asociaciones ecologistas.

Conceptos:

- Historia sobrecalentada
- Masacres étnicas

Habilidad que desarrollamos...

- Compromiso con el medio ambiente.



Debemos respetar los valores de todos los pueblos.

LECCIÓN

¿Son históricos todos los valores?

¿Qué sucede cuando nos damos cuenta de que tanto a nivel histórico como a nivel geográfico los valores cambian? Hay dos reacciones extremas e inaceptables.

Al experimentar el espectáculo de la diversidad de valores, de cómo lo que para un pueblo es sagrado para otro es ridículo, **muchas personas llegan a la conclusión de que los valores dependen enteramente del lugar y**

de la época, que no hay nada estable en ellos. Esto equivale a decir que todo da igual, que, en último término, si todo vale, nada vale. La otra reacción, igualmente inaceptable y peligrosa, es la de concluir que lo mejor será enconcharnos en la propia cultura y considerar los propios valores como inamovibles y "universales".

¿Qué valores tendremos que descubrir o redescubrir en un mundo donde los valores tradicionales de diferentes culturas son tan diferentes, a veces se comparten de manera pacífica, a veces de forma nada pacífica y a veces caen en la indiferencia?

La respuesta evidente a esta pregunta son los valores universales. Pero aún no hemos acabado de dar la respuesta que alguien nos pregunta, "¿los valores universales según quién?" Podríamos tratar de responderle a partir de un nuevo repaso por los valores que las diferentes culturas y los sabios de diferentes épocas han propuesto y hacerle ver que, a pesar de las diferencias, se trata siempre de los mismos valores básicos como: **la verdad, la justicia, la libertad y la sabiduría**, que lo que cambia es el mayor o menor equilibrio entre ellos. Pero a estas alturas, si de algo han servido estas lecciones es mejor hacerle caso a esos sabios y contestarle: "**los valores que en tu cultura o más allá de ella, tu conciencia pueda reconocer**". Por curioso que pueda parecer, la permanencia de ciertos valores a lo largo de la historia depende de la capacidad de los individuos, de cada individuo, de oír la voz de su conciencia.

¿SABÍAS que...?

Las sociedades mantienen una cierta permanencia en la medida en que sus integrantes aceptan en su propia conciencia sus valores básicos. Esas mismas sociedades cambian en la medida en que sus integrantes rechazan algunos de sus valores o le dan mayor importancia a otros. Por supuesto, las sociedades más fuertes son aquellas que proponen valores que tienden a lo universal, valores que cualquier persona de cualquier tiempo y lugar puede reconocer como deseables.

¿A qué te suena?

"Si todo vale, nada vale" Escribe un pequeño ensayo sobre las consecuencias que tiene el afirmar que todo es igualmente válido. Por ejemplo, afirmar que es tan valioso aspirar a la justicia como aspirar a la fama.

REFLEXIONO



Hacia los valores universales

Contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ◊ ¿Por qué es inaceptable encerrarse en los propios valores como si fueran los únicos válidos para todo mundo? ¿Qué relación hay entre esa posición y la violencia?
- ◊ ¿Qué valores importantes para ti crees que no tendrías si no hubieras nacido y crecido en tu tierra? ¿Te cuesta trabajo imaginar a alguien que no los comparta?
- ◊ ¿Qué valores importantes para ti crees que son o deberían ser importantes para todo mundo? ¿Crees que todas las personas los comparten? ¿Por qué?
- ◊ ¿Cómo distinguimos entre los valores que dependen del lugar y la circunstancia de aquellos que son siempre válidos? ¿Crees que todo mundo tiene la capacidad para hacer esa distinción?

Haz una piñata de valores

Dividan al grupo en cinco equipos. Elaboren una piñata con un globo y engrudo. Una vez que esté lista, escriban una cantidad de valores equivalente al resto del grupo, en pedazos de papel, de manera que sus compañeros y compañeras que rompan la piñata obtengan un papelito cada quien. Una vez rota la piñata seleccionen a algunas personas para que actúen el valor hasta que el resto del grupo adivine el valor en cuestión. Rompan una piñata por equipo.

Lee con atención:

No hay que confundir los valores con las normas sociales. Las normas, en la forma de costumbres o leyes, **le dan expresión a los valores de una sociedad.** Pero cumplir esas costumbres o leyes no garantiza que cumplamos con los valores que suponen.

Por ejemplo, en nuestra sociedad tenemos leyes republicanas, las cuales suponen que nuestra sociedad tiene un lugar muy alto para el valor "libertad", pero no somos automáticamente libres porque las leyes lo digan: las leyes sin el "espíritu de las leyes" no son nada. De la misma forma, hay sociedades con diversas costumbres y formas de vida; esas costumbres y formas de vida han surgido a partir de ciertos valores, pero no garantizan automáticamente que se cumplan. Por ejemplo, nuestro país es muy festivo, a la menor ocasión hacemos fiestas, cantamos y celebramos. Estas costumbres suponen ciertos valores como la fraternidad, la amistad, en ocasiones el sentimiento religioso, la concordia. Pero no toda la gente fiestera está automáticamente a la altura de valores como la amistad o la concordia.

En otras palabras, en muchas ocasiones una cosa es lo que decimos y hacemos, otra el que realmente estemos convencidos de aquello que decimos y hacemos. **Eso que está detrás de lo que decimos y hacemos y le da sentido son los valores.** La pregunta es si experimentamos ese sentido. ¿Cómo lo experimentamos, dónde lo experimentamos, dónde están en último término los valores si no están en las leyes y las costumbres? En la conciencia de cada hombre o mujer.

YO QUIERO, YO PUEDO

¿Qué hay atrás de las costumbres?

Ahora describe las costumbres de tu comunidad, piensa en lo que se hace en una semana común; ¿cómo distribuye la gente su tiempo?, ¿qué roles desempeñan las mujeres, los ancianos y los niños?, ¿qué personas gozan de mayor status? ¿Qué valores suponen esas costumbres?, ¿compartes todos los valores detrás de esas costumbres?, ¿cuáles sí, cuáles no?, ¿por qué?

Lee con atención:

No siempre valoramos al mismo nivel. Valorar es decidir qué es mejor para nosotros y qué es peor. Pero esa decisión a veces depende de las circunstancias, a veces de la sociedad donde vivimos y, a veces, exclusivamente de nuestra conciencia. Obviamente, la forma más alta de valoración es la última, también es la más difícil, la que requiere de mayor valor. Ahí decidimos entre lo que consideramos bueno y malo en nuestra propia conciencia.

Por el contrario, cuando valoramos una situación, no decidimos entre lo que es bueno y malo, simplemente entre lo que resulta conveniente e inconveniente. Por ejemplo, si no he estudiado para un examen, en ese momento particular puede resultar

¿SABÍAS que...?

A lo largo de las últimas décadas, los avances en embriología, genética y medicina reproductiva, tanto animal como humana, han permitido que la **clonación** haya pasado de ser una ficción a una realidad con prometedoras aplicaciones. Dolly (una oveja) es el primer y único mamífero clonado a partir de una célula adulta, hasta la fecha. A partir de este éxito se ha suscitado el debate sobre la posible clonación humana y sus implicaciones éticas y morales.

Glosario

Clonación:

Técnica en la que todas las células obtenidas proceden de una.

conveniente copiar. Si llegué tarde al cine, tal vez me quiera meter en la fila. Mi capacidad ética consistirá en que mi conciencia haga sonar la alarma haciéndonos ver que lo que considero conveniente no coincide con lo que considero bueno. En la mayor parte de los casos, lo conveniente no contradice a "lo bueno" y puedo proceder sin problemas; por ejemplo, si está lloviendo resulta conveniente que tome prestado un paraguas, si no he estudiado resulta conveniente estudiar, etcétera.

Por otro lado, están las valoraciones que dependen de la sociedad en que vivo. Por más que haga mucho calor no es apropiado que salga a la calle sin ropa. Aquí no necesito recurrir a mi conciencia para resolver qué debo hacer, simplemente me pongo ropa (la más ligera que encuentre) porque hago lo que es correcto. Mi decisión no me causa problemas, lo correcto es a la vez lo conveniente y no se dispara la alarma de mi conciencia porque ponerse ropa no es ni bueno ni malo. Sin embargo, en ocasiones lo correcto entra en conflicto con lo que creo que es bueno, por ejemplo, si en un determinado grupo social lo correcto es maltratar a alguna gente, como en las sociedades esclavistas. Es ahí donde **se requiere la valentía de reconocer la voz de la conciencia** que nos dice: "aunque todo mundo diga que es correcto, aquí algo anda mal".

COMPARO

Valores situacionales, locales y universales

Da un ejemplo de decisiones que hayas tenido que hacer recientemente en cada uno de esos tres niveles de valoración.

SE ME OCURRE...

Hemos terminado

Cada equipo presentará ahora su tabla cronológica en su versión final explicando cómo se organizaron para hacerla. Habla brevemente al resto del grupo, sobre las siguientes preguntas: ¿Tiene algún sentido el desarrollo histórico de los valores?, ¿qué valores han estado presentes a lo largo de toda la historia?, ¿cuáles se han debilitado últimamente?, ¿cuáles se han fortalecido?, ¿qué futuro le ves a la libertad?

PARA LA CASA

Una larga tarea

Pon en práctica lo aprendido a lo largo del curso en las decisiones que tengas que tomar de hoy en adelante.

REPASO Y REFLEXIONO

- ¿Qué acontecimientos a lo largo de la historia y la cultura te llamaron más la atención?
- ¿Qué época de la historia crees que aportó más los valores que han prevalecido hasta la actualidad?
- ¿En que época desde los egipcios hasta nuestros días te gustaría haber vivido porque concuerdas con sus valores?
- ¿Qué está atrás de las normas y costumbres?
- ¿Qué valores son los que deben predominar en nuestros días?

RESUMEN DE LA LECCIÓN

En esta lección aprendimos...

- Muchos valores cambian, pero hay algunos valores básicos que llamamos universales.
- La conciencia de cada quien es la sede de los valores.
- No todos nuestros actos de valoración se dan al mismo nivel.
- Los valores sociales se sitúan en un nivel intermedio entre los situacionales y los de la conciencia.

Concepto:

- Conciencia

Habilidades que desarrollamos..

- Distinguir diferentes niveles de valoración.

◦ LECTURAS RECOMENDADAS PARA ALUMNOS Y ALUMNAS

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, Secretaría General, Dirección del Secretariado, 1994.

Cuadernos de Población, México: Consejo Nacional de Población, 1999.

Dumas, Alejandro, *Los tres Mosqueteros*, México: Epoca, 1987.

Earl, Hipp, *Libérate del estrés*, Guía para adolescentes, México: Pax, 1999.

Frenk, Julio, *Triptofanito. Un viaje por el cuerpo humano*, México: Joaquín Mortíz, 1985.

Lope de Vega, Felix, *Fuenteovejuna*, Colección Sepan Cuantos, México: Porrúa, 1980.

Millan, María del Carmen, *Literatura Mexicana*, México: Esfinge, 1991.

Pedro, Luis, *¿Te da flojera estudiar?*, México: Limusa, 1991.

Pick, Susan y Martha Givaudan, *Estoy Cambiando Vol. 1, Mi cuerpo Vol. 2, Lo que pienso y lo que siento*, México: Ideame, 1995.

Pick, Susan, Marta Givaudan y Fernanda Solórzano, México: Planeta, 1998.

Pick, Susan, Jessica Ramón y Silvia Pick, *101 cuentos chinos sobre sexualidad y otras cositas*, México: Ideame, 1995.

Pick, Susan, Isabel Rubio, y Elvia Vargas, *Hablando se entiende la gente*, México: Limusa, 1992.

Anónimo, *Popol Vuh*, México: Fondo de Cultura Económica, 1976.

Sabines, Jaime, *Poesía, nuevo recuento de poemas*, México: SEP - Joaquín Mortiz, 1977.

Sánchez Valenzuela, Adolfo, *La matemática es un oficio que todos podemos aprender*, México: Revista de la Universidad Nacional Autónoma de México, No. 578 - 579, marzo-abril, 1999.

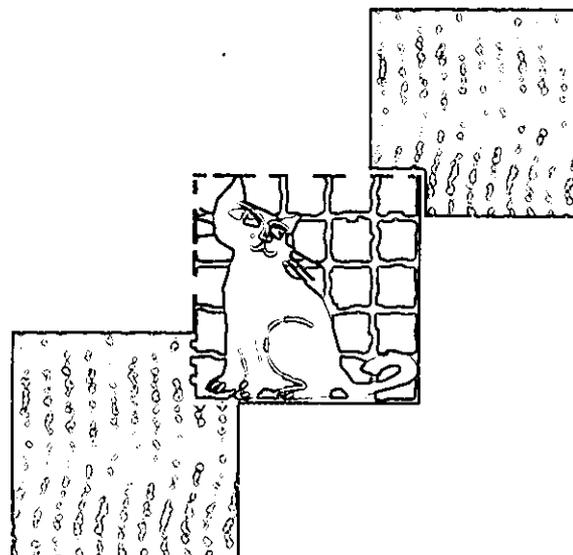
Sepulveda, Luis, *El mundo del fin del mundo*, Colección Andanzas, México: Patria, 1994.

Sepulveda, Luis, *Un viejo que leía novelas de amor*, Colección Andanzas, México: Patria, 1993.

Weiss, Arturo, *Los niños se burlan de Toshi*, México: Limusa, 1992.

Weiss, Arturo, *Simón se va de pinta*, México: Limusa, 1992.

Wilde, Oscar, *El príncipe feliz y otros cuentos*, España: Gaviota, 1985.



LECTURAS RECOMENDADAS PARA MAESTRAS Y MAESTROS

Antología de la Sexualidad Humana, Tomos I, II y III, México: Miguel Angel Porrúa y CONAPO, 1994.

Alvarez, María Edmée, *Literatura mexicana e hispanoamericana*, México: Porrúa, 1994.

Ayala, Pablo, Rafael Redón, Margarita Taddei y Patricia Valenzuela, *Creciendo con nuestros valores*, México: Humanidades Argé, S.C., 1996.

Castellanos, Rosario, *Tablero de damas; pieza en tres actos*, México: Revista América, No. 68, 1952.

Crazy, Elizabeth, *Recoge tus calcetines*, Editorial Parenting Press, Inc., 1990.

Cuadernos de Población, México: Consejo Nacional de Población, 1999.

Durkheim, Emile, *La división del trabajo social*, Buenos Aires: Schapire, 1997.

Esquilo, *Prometeo encadenado*, Colección Sepan Cuantos, México: Porrúa, 1980.

Garibay, Angel Ma., *Los mitos griegos*, Colección Sepan Cuantos, México: Porrúa, 1980.

Garibay, Angel Ma., *La literatura de los aztecas*, México: Promexa editores, 1979.

Gómez, Nuria, *El grupo Aja Sagú*, Cuadernos Horizonte Ciudadano No. 2, México: Insitituto Federal Electoral, 1998.

Gotwald, William H. y Gale Holts Golden, *Sexualidad, la experiencia Humana*, México: El manual Moderno, 1983.

Guzmán, Martín Luis, *La sombra del Caudillo*, México: Porrúa, 1988.

Locke, John, *Ensayo sobre el entendimiento humano II*, México: Fondo de Cultura Económica, 1981.

Keen, Samuel, *Fuego en el cuerpo*, Argentina: Planeta Nueva Conciencia, 1992.

Merino, Mauricio, *La participación ciudadana en la democracia*, México: IFE, 1995.

Millan, María del Carmen, *Literatura Mexicana*, México: Esfinge, 1991.

Neruda, Pablo, *Confieso que he vivido*, México: Seix Barral, 1975.

Newkirk, Ingrid, *Salva a los animales*, Nueva York: Warner Books, 1990.

North, Robert y Richard Orange Jr., *El alcoholismo de la juventud*, México: Árbol, 1999.

Ocampo López, Javier, *Mitos colombianos*, Colombia: El Áncora Editores, 1994.

Paz, Octavio, *El laberinto de la soledad*, Colección Popular, México: Fondo de Cultura Económica, 1984.

Pick, Susan, *Diferencias observadas en las expectativas para los hijos, según el sexo*, México: Revista Salud Mental, Vol. 9, Año 9, No. 2, 1986.

Pick, Susan y Martha Givaudan, *Estoy Cambiando*, Vol. 1, *Mi cuerpo*, Vol. 2, *Lo que pienso y lo que siento*, México: Ideame, 1995.

Pick, Susan, Jessica Ramón y Silvia Pick, *101 cuentos chinos sobre sexualidad y otras cositas*, México: Ideame, 1995.

Pick de Weiss, Susan y Elvia Vargas-Trujillo, *Yo, adolescente, respuestas claras a mis grandes dudas*, México: Ariel Escolar, 1998.

Ponce de León, Salvador, *México, extraordinario en la anécdota*, México: Atena, 1956.

Prekop, Jirina, *Si me hubiera sujetado...*, España: Herder, 1991.

Sabines, Jaime, *Poesía, nuevo recuento de poemas*, México: SEP-Joaquín Mortiz, 1997.

Sánchez Valenzuela, Adolfo, *La matemática es un oficio que todos podemos aprender*, México: Revista de la Universidad Nacional Autónoma de México, No. 578-579, marzo-abril, 1999.

Sátir, Virginia, *Ejercicios para la comunicación humana*, México: Pax, 1999.

Savater, Fernando, *Ética para amador*, España: Barcelona Ariel, 1999.

Anuario estadístico, *Tabaco o Salud*, Situación México: Secretaría de Planeación, INEGI, 1995.

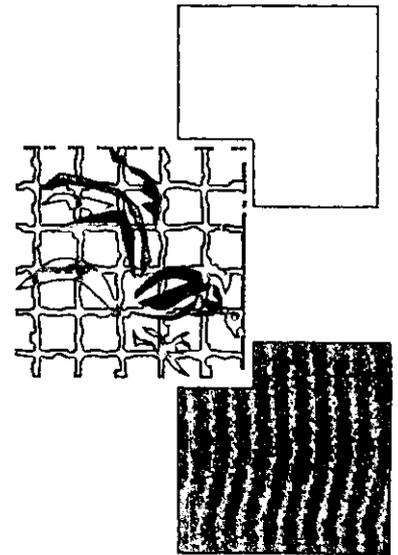
Secretaría de Salud, Dirección General de Epidemiología, ENA, *Alcohol*, Tomo 1, México: 1993.

SEP-SEDUE-SSA, *Introducción a la educación ambiental y la salud ambiental*, México: 1978.

Situación en las américas, un informe de la Organización Panamericana de la Salud, Publicación Científica, 1992.

Waller, Caryl, *990 actividades para realizar con sus hijos*, Bogotá: Ariel Norma, 1988.

Youngs, Betty, *Cómo desarrollar la autoestima de tus hijos*, Nueva York: Fawcett Columbine, 1991.



Coordinación general
Martha Givaudan y Susan Pick

**Asistentes de la
coordinación general**
Greta Pérez, Jeanette Reyes,
Tere Venguer, María del Carmen
Álvarez y Edna Reay

Colaboración
María Elena Collado

**Coordinación general de
fotografía**
Graciela Guerrero

Fotografías
Cuartoscuro Agencia Fotográfica y
Editora
Comisión Nacional del Agua
Instituto Nacional Ecologista
Iván Carrillo
Noé Flores
Tomás Juárez
Luis Lizaola
Sergio López
Opus
Ojeda Pastor
Sonia Weiss

Apoyo técnico
Julio César Astorga
Carlos Castellanos
Diana Castellanos
Carmen Fuertes
Mónica Gamboa
Vanessa Gómez
Mariana Hernández
Cristina Martínez
Ricardo Mejía
Patricia Merlo
Norma Morales
Manuel Patiño
Gabriela Pérez
Silvia Pick
Jessica Ramón
Francisco Rosas
Martha Silva
Bernt Sittig
Arturo Weiss

Diseño
Diseño en Tándem
Ana Rodríguez Talou
Fernando Contreras
Roxana Ruiz
Brenda Hernández

El Milagrito Gráfico
Ixtacihuatl Alpizar
Yohena Raya
Magdalena González
Claudia López

Ilustraciones
Fernando Contreras
Ricardo Camacho

LA EDICIÓN, COMPOSICIÓN, DISEÑO E IMPRESIÓN DE ESTA OBRA, FUERON REALIZADOS
BAJO LA SUPERVISIÓN DE GRUPO NORIEGA EDITORES
BALDERAS 95, COL. CENTRO, MÉXICO, D.F. C.P. 06040
TEL.: (5)521 48 49 Y (5)512 30 09 FAX: (5)512 29 03 Y (5)510 94 15
IMPRESO EN LITOGRAFÍA MAGNO GRAF, S.A. DE C.V. • 29417995 600 07 99 553
e-mail: limusa@noriega.com.mx • www.noriega.com.mx

ID #: _____
Country Mexico
Year 1999 Language Spanish
Copyright (~~HES~~/Other) Intended Audience (Adult/YA)
Edition type N/A
Material type Teacher's Guide
Notes Curriculum and guide for teaching civic and ethics classes.



Balderas 95, Col. Centro, México
D.F., C.P. 06040 ☎ 5 521 2105
☎ 5 512 2903
e-mail: limusa@noriega.com.mx
www.noriega.com.mx