

4 PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO

¿Alguna vez te ha sucedido que estuvieras pasando por un mal momento y, sin decir nada, alguien se haya acercado a ti para interesarse y tratar de ayudarte?

Si has vivido esa situación la persona que se ha acercado a ti ha demostrado tener lo que llamamos *empatía*.

La empatía no es ninguna cualidad extraña, sino que es una habilidad social que todos poseemos en alguna medida, pero que conviene potenciar para mejorar nuestras relaciones interpersonales.

La *empatía* es la capacidad que tenemos de entender y respetar los pensamientos y los sentimientos de las personas con las que nos relacionamos.

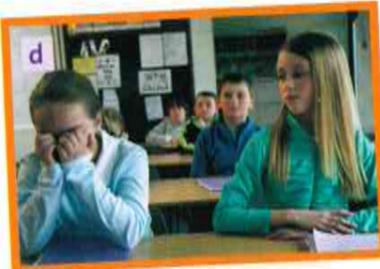
No consiste únicamente en ponerse en el lugar del otro, sino en sentir lo que siente la otra persona y mostrar interés por comprenderle.

Así pues, va más allá de entender lo que la otra persona siente, también implica responder de una forma apropiada a ese sentimiento. Por ejemplo, si alguien te dice que está triste por algún motivo, lo adecuado no sería sonreír y decirle "¡Me alegro!".

La *empatía* es una habilidad social fundamental que nos permite tener presentes los sentimientos y necesidades de los demás.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

16. Observa las imágenes siguientes. ¿Dirías que estas situaciones muestran una actitud de empatía? Razona la respuesta en cada caso.



AFORISMO

- Nunca juzgues a otra persona hasta haberte calzado sus mocasines (proverbio sioux).
- a) ¿Qué crees que quiere decir esta frase?



CUALIDADES DE LA PERSONA EMPÁTICA

Podemos decir que una persona tiene empatía si es capaz de:

- Reconocer sus propios sentimientos y emociones.
- Reconocer las emociones de las demás personas.
- Escuchar atentamente a las otras personas.
- Entender cómo se siente una persona por sus gestos y acciones.
- Identificarse con los otros y compartir sus emociones.
- Respetar a los demás en su modo de pensar y actuar.

TRABAJA EN GRUPO

17. En grupos, leed la situación y responded a las cuestiones oralmente. Después recoged las conclusiones por escrito en el cuaderno.

Julia es una chica de 1.º de ESO que últimamente se muestra distraída y está empezando a faltar a clase. Los profesores han observado que sus compañeros la evitan en clase y en el patio, no quieren sentarse con ella y no la dejan participar en sus actividades.

Cuando les preguntan individualmente, dicen que no tienen ningún problema, pero que no se relacionan con ella por miedo a ser rechazados por el grupo. Esta situación hace ya meses que dura.

- ¿Qué pensáis que siente Julia ante su situación?
- ¿Muestran empatía hacia ella sus compañeros? ¿Por qué?
- ¿Qué podría hacer Julia para sentirse más integrada en el grupo? ¿Qué podría hacer el grupo para ayudar a Julia?
- ¿Cuál de las posibles alternativas os parece mejor?

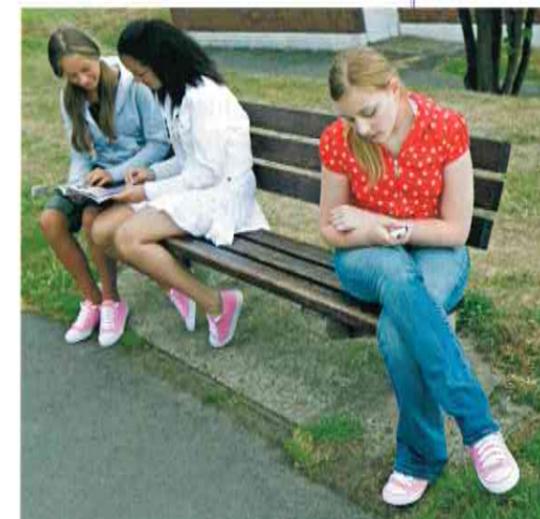
@ Amplía en la Red...

Para profundizar en el concepto de *empatía* visiona el video titulado *El pez feliz (Fish 90)* en: www.tiching.com/731428

- Explica en diez líneas qué te ha sugerido el video.



La empatía requiere ponerse en la piel de la otra persona e intentar comprenderla.



4 PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO

¿Alguna vez te ha sucedido que estuvieras pasando por un mal momento y, sin decir nada, alguien se haya acercado a ti para interesarse y tratar de ayudarte?

Si has vivido esa situación la persona que se ha acercado a ti ha demostrado tener lo que llamamos *empatía*.

La empatía no es ninguna cualidad extraña, sino que es una habilidad social que todos poseemos en alguna medida, pero que conviene potenciar para mejorar nuestras relaciones interpersonales.

La **empatía** es la capacidad que tenemos de entender y respetar los pensamientos y los sentimientos de las personas con las que nos relacionamos.

No consiste únicamente en ponerse en el lugar del otro, sino en sentir lo que siente la otra persona y mostrar interés por comprenderle.

Así pues, va más allá de entender lo que la otra persona siente, también implica responder de una forma apropiada a ese sentimiento. Por ejemplo, si alguien te dice que está triste por algún motivo, lo adecuado no sería sonreír y decirle "¡Me alegro!".

La **empatía es una habilidad social fundamental** que nos permite tener presentes los sentimientos y necesidades de los demás.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

16. Observa las imágenes siguientes. ¿Dirías que estas situaciones muestran una actitud de empatía? Razona la respuesta en cada caso.



AFORISMO

• *Nunca juzgues a otra persona hasta haberte calzado sus mocasines (proverbio sioux).*

- a) ¿Qué crees que quiere decir esta frase?

@ Amplía en la Red...

Para profundizar en el concepto de *empatía* vislóna el vídeo titulado *El pez feliz (Fish 90)* en:

www.tiching.com/731428

- Explica en diez líneas qué te ha sugerido el vídeo.



2 VALORES PARA CONVIVIR

En cualquier sociedad, pequeña o grande, se necesitan unas normas para poder convivir unas personas con otras. Esto significa que no podemos hacer siempre lo que nos venga en gana porque podemos perjudicar a los demás y poner en riesgo el bienestar de todos.

ANALIZAMOS UN CASO

5. Imaginaos que, al regresar de un viaje de estudios, el avión en que viajáis sufre un accidente y solo algunos de vosotros lográis alcanzar una isla desierta en medio del océano. Mientras esperáis a que os rescaten, tendréis que organizar la convivencia en la isla para sobrevivir.

- En grupos de cuatro, haced un listado en el cuaderno de las normas básicas de convivencia que habría que establecer.
- ¿Qué aspectos de vuestra libertad personal quedarían limitados por esas normas?
- Si tuvierais que elegir tres valores de la siguiente lista para vivir en esa isla, ¿cuáles elegiríais? Tenéis que razonar vuestra decisión.

igualdad justicia libertad tolerancia
felicidad poder solidaridad placer
responsabilidad independencia diálogo

d) Poned en común vuestras respuestas con los otros grupos.

Así, en el ejemplo propuesto en el ejercicio anterior, podemos ver fácilmente que si cada uno hiciese lo que le apeteciera en cada momento, la vida en la isla se convertiría en un caos ingobernable.

¿Quién se encargaría de mantener encendida una hoguera para que alguien pudiera localizarlos? ¿Cómo organizarías los turnos para explorar la isla, buscar alimentos o vigilar?

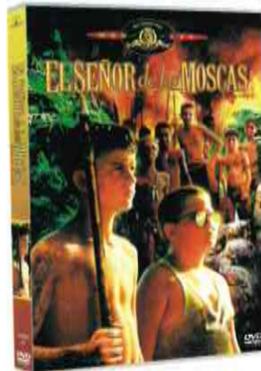
Para vivir en sociedad debemos aprender a respetar ciertas **reglas** y a aceptar algunas **limitaciones a nuestra libertad**.

Ciertamente, para convivir **necesitamos normas**. Pero, como bien sabes, cumplir las reglas no siempre es fácil ni agradable. Por suerte, tenemos la posibilidad de mejorar nuestra relación con los demás practicando ciertas capacidades que tradicionalmente han recibido el nombre de virtudes y que hoy llamamos valores éticos.

Las **virtudes** son hábitos de conducta positivos que nos facilitan la convivencia. Su importancia hace que las consideremos también como **valores éticos**.

FÍJATE

- ✓ Todos amamos nuestra libertad y deseamos actuar sin restricciones.
- ✓ Sin embargo, para convivir debemos ser capaces de controlar nuestros impulsos y aceptar algunas normas.



El film *El señor de las moscas* plantea el problema de la sociabilidad humana.



Las virtudes son las "pilas" que nos suministran la energía que necesitamos para conducirnos bien en la vida.



Como cualquier juego, la convivencia nos exige respetar ciertas reglas.

¿QUÉ VALORES NECESITAMOS PARA CONVIVIR?

El **respeto** es la primera y más fundamental de las virtudes o valores éticos. Todos tenemos derecho a ser como somos y no debemos ser molestados por el hecho de pensar o actuar de acuerdo con nuestros gustos e intereses.

Del respeto nace la **tolerancia**, entendida como la virtud de admitir las ideas, gustos y costumbres de los demás, por distintos que sean de los nuestros. Ser tolerante es estar abierto a la diversidad de puntos de vista, al intercambio de opiniones sin tratar de imponer nuestro criterio.

La **sinceridad** y la **honestidad** son también virtudes esenciales para las relaciones humanas. Sin ellas, nadie podría confiar en los demás y sería imposible establecer relaciones duraderas.

La **empatía** es otra virtud decisiva para la vida social. Consiste en esforzarse por comprender los sentimientos, emociones y necesidades de los demás. Cuando ponemos en práctica la empatía, surge de inmediato la **solidaridad**, el valor que nos lleva a compartir nuestra vida con los demás y, especialmente, con los que más nos necesitan.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

- Entra en www.tiching.com/731426 y elige un cuento que tenga que ver con alguno de los valores mencionados en el apartado. Léelo (o resúmelo) al resto de la clase y explica brevemente cuál crees que es la enseñanza que nos quiere transmitir.
- Busca una noticia relacionada con cada uno de los valores expuestos anteriormente y pégala en una cartulina. Debe ir encabezada por un valor, incluir una descripción del hecho, una fotografía y un pequeño comentario explicativo.

EN SÍNTESIS

- ¿Qué significa que el ser humano es sociable por naturaleza?
- ¿Por qué son necesarias las normas para vivir en sociedad?
- ¿Cuáles son los principales valores éticos para la convivencia?



2 VALORES PARA CONVIVIR

En cualquier sociedad, pequeña o grande, se necesitan unas normas para poder convivir unas personas con otras. Esto significa que no podemos hacer siempre lo que nos venga en gana porque podemos perjudicar a los demás y poner en riesgo el bienestar de todos.

ANALIZAMOS UN CASO

5. Imaginaos que, al regresar de un viaje de estudios, el avión en que viajáis sufre un accidente y solo algunos de vosotros lográis alcanzar una isla desierta en medio del océano. Mientras esperáis a que os rescaten, tendréis que organizar la convivencia en la isla para sobrevivir.
- En grupos de cuatro, haced un listado en el cuaderno de las normas básicas de convivencia que habría que establecer.
 - ¿Qué aspectos de vuestra libertad personal quedarían limitados por esas normas?
 - Si tuvierais que elegir tres valores de la siguiente lista para vivir en esa isla, ¿cuáles elegiríais? Tenéis que razonar vuestra decisión.

igualdad

justicia

libertad

tolerancia

felicidad

poder

solidaridad

placer

responsabilidad

independencia

diálogo

- d) Poned en común vuestras respuestas con los otros grupos.

Así, en el ejemplo propuesto en el ejercicio anterior, podemos ver fácilmente que si cada uno hiciese lo que le apeteciera en cada momento, la vida en la isla se convertiría en un caos ingobernable.

¿Quién se encargaría de mantener encendida una hoguera para que alguien pudiera localizaros? ¿Cómo organizarías los turnos para explorar la isla, buscar alimentos o vigilar?

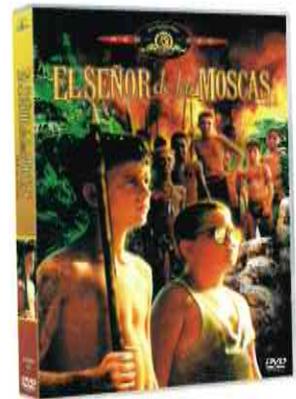
Para vivir en sociedad debemos aprender a respetar ciertas **reglas** y a aceptar algunas **limitaciones a nuestra libertad**.

Ciertamente, para convivir **necesitamos normas**. Pero, como bien sabes, cumplir las reglas no siempre es fácil ni agradable. Por suerte, tenemos la posibilidad de mejorar nuestra relación con los demás practicando ciertas capacidades que tradicionalmente han recibido el nombre de virtudes y que hoy llamamos valores éticos.

Las **virtudes** son hábitos de conducta positivos que nos facilitan la convivencia. Su importancia hace que las consideremos también como **valores éticos**.

FÍJATE

- ✓ Todos amamos nuestra libertad y deseamos actuar sin restricciones.
- ✓ Sin embargo, para convivir debemos ser capaces de controlar nuestros impulsos y aceptar algunas normas.



El film *El señor de las moscas* plantea el problema de la sociabilidad humana.



Las virtudes son las "pilas" que nos suministran la energía que necesitamos para conducirnos bien en la vida.

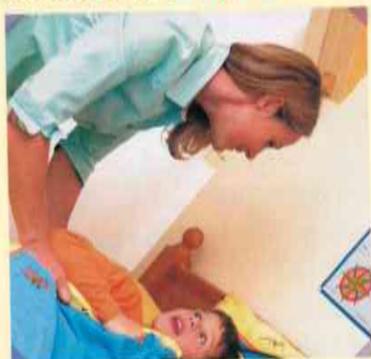
1 LAS RAZONES PARA SER SOCIABLES

Se suele decir que las abejas o las hormigas son animales sociables. Y es cierto que estos insectos tienen una organización social muy compleja con fuertes vínculos entre sus miembros.

Sin embargo, si hablamos de animales sociables, el primer puesto corresponde sin ninguna duda al ser humano. Ningún otro ser vivo tiene tanta necesidad de relación con sus semejantes como nosotros.

Pero ¿qué razones explican que seamos sociables por naturaleza?

Somos sociables porque...



Nacemos indefensos y por eso necesitamos la protección de nuestros padres para poder desarrollar nuestra personalidad.



Nacemos inmaduros y necesitamos aprender todo de los demás. Este aprendizaje se produce por observación e imitación.



Nacemos preparados para hablar y necesitamos comunicarnos con los demás. El lenguaje nos permite compartir nuestras experiencias.

El ser humano es sociable por naturaleza y necesita de los demás para poder desarrollarse como persona por medio del aprendizaje y la comunicación.

Aunque nacemos con unas capacidades potenciales, como llegar a hablar, a razonar o a relacionarnos afectivamente con otras personas, estas capacidades solo se desarrollan en un entorno social. Es decir, si no hubiéramos sido educados por una familia humana nunca habríamos adquirido el comportamiento humano que nos caracteriza.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

1. Explica con tus palabras por qué razones somos seres sociables.
2. Redacta una frase que sirva como ejemplo de cada una de las razones expuestas en el ejercicio 1.
Ejemplo: Si no nos cuidaran de pequeños, no podríamos alimentarnos y moriríamos.
3. Haz una lista con diez conductas que realizas durante un día. ¿Cuál de esos comportamientos sería igual si te hubieras criado como el niño salvaje de Aveyron? ¿Qué conclusión extraes?

FÍJATE

- ✓ Entre los numerosos casos de niños salvajes que fueron encontrados y recuperados para la sociedad sobresale el de Víctor de Aveyron, un niño de unos 11 o 12 años que fue hallado en unos bosques al sur de Francia.
- ✓ Al parecer, el muchacho había sido abandonado de pequeño por causas que se desconocen, pero logró sobrevivir por su cuenta alimentándose de frutos y raíces.
- ✓ Cuando lo encontraron no sabía hablar y su comportamiento era el propio de un animal salvaje. Gracias a la instrucción que recibió adquirió ciertos hábitos sociales, pero nunca consiguió hablar y fue siempre dependiente de los cuidados de sus tutores.

LOS CONFLICTOS

El hecho de que los humanos seamos seres sociables no significa que siempre nos llevemos bien entre nosotros. En las relaciones humanas es inevitable que de vez en cuando surjan conflictos, ya sea en el ámbito familiar, en la escuela, con nuestros amigos o con desconocidos.

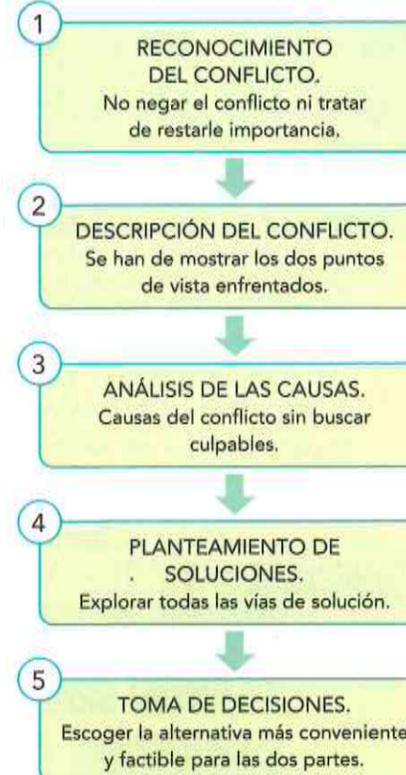
Veamos algunos ejemplos:



Aunque no podemos evitar que surjan, debes saber que los conflictos pueden resolverse dialogando, respetando ciertas reglas y tratando de llegar a acuerdos razonables para todos (foto a) y no a través de la fuerza (foto b).

Los conflictos entre personas son inevitables, pero pueden solucionarse con **respeto**, **diálogo** y **buena voluntad** por las partes implicadas.

REGLAS PARA RESOLVER CONFLICTOS



APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

4. A continuación tienes una lista de conflictos. Para cada uno de ellos, debes proponer distintas soluciones posibles, y elegir en cada caso la más adecuada. Hazlo en tu cuaderno.

Observa el ejemplo:

- En clase, me colocan al lado de un chico que no me cae bien.
 - a) Me niego a sentarme con él y enfado a la profesora.
 - b) Me siento con él, pero no le hago caso ni le ayudo.
 - c) **Me siento con él y hago un esfuerzo para llevarnos bien.**
- Mi madre me pide que recoja mi habitación justo a la hora de mi programa favorito.
 - a) Me niego a recoger y me siento a ver la TV.
 - b) ...
- El entrenador cree que no me estoy esforzando y me castiga en el banquillo.
- Una amiga ha puesto un comentario ofensivo sobre mí en su muro de Facebook.
- Dos alumnos mayores se meten conmigo a la hora del recreo.



1 LAS RAZONES PARA SER SOCIABLES

Se suele decir que las abejas o las hormigas son animales sociables. Y es cierto que estos insectos tienen una organización social muy compleja con fuertes vínculos entre sus miembros.

Sin embargo, si hablamos de animales sociables, el primer puesto corresponde sin ninguna duda al ser humano. Ningún otro ser vivo tiene tanta necesidad de relación con sus semejantes como nosotros.

Pero ¿qué razones explican que seamos sociables por naturaleza?

Somos sociables porque...



Nacemos indefensos y por eso necesitamos la protección de nuestros padres para poder desarrollar nuestra personalidad.



Nacemos inmaduros y necesitamos aprender todo de los demás. Este aprendizaje se produce por observación e imitación.



Nacemos preparados para hablar y necesitamos comunicarnos con los demás. El lenguaje nos permite compartir nuestras experiencias.

El ser humano es sociable por naturaleza y necesita de los demás para poder desarrollarse como persona por medio del aprendizaje y la comunicación.

Aunque nacemos con unas capacidades potenciales, como llegar a hablar, a razonar o a relacionarnos afectivamente con otras personas, estas capacidades solo se desarrollan en un entorno social. Es decir, si no hubiéramos sido educados por una familia humana nunca habríamos adquirido el comportamiento humano que nos caracteriza.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

1. ✓ Explica con tus palabras por qué razones somos seres sociables.
2. 🗨️ Redacta una frase que sirva como ejemplo de cada una de las razones expuestas en el ejercicio 1.
Ejemplo: Si no nos cuidaran de pequeños, no podríamos alimentarnos y moriríamos.
3. Haz una lista con diez conductas que realizas durante un día. ¿Cuál de esos comportamientos sería igual si te hubieras criado como el niño salvaje de Aveyron? ¿Qué conclusión extraes?

FÍJATE

- ✓ Entre los numerosos casos de niños salvajes que fueron encontrados y recuperados para la sociedad sobresale el de Víctor de Aveyron, un niño de unos 11 o 12 años que fue hallado en unos bosques al sur de Francia.
- ✓ Al parecer, el muchacho había sido abandonado de pequeño por causas que se desconocen, pero logró sobrevivir por su cuenta alimentándose de frutos y raíces.
- ✓ Cuando lo encontraron no sabía hablar y su comportamiento era el propio de un animal salvaje. Gracias a la instrucción que recibió adquirió ciertos hábitos sociales, pero nunca consiguió hablar y fue siempre dependiente de los cuidados de sus tutores.

4 ¿QUÉ IMPORTANCIA TIENEN LAS EMOCIONES?

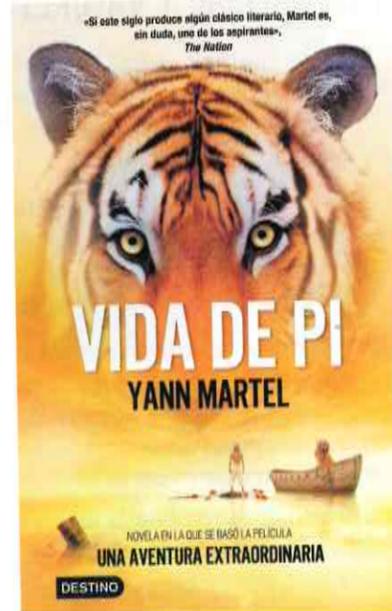
Hasta aquí hemos insistido en el hecho de que los humanos estamos dotados de razón y que esta debe ser nuestra principal guía a la hora de tomar decisiones.

Sin embargo, a la hora de actuar también entran en juego otros aspectos menos racionales pero de gran importancia: hablamos de las emociones.

Las personas tenemos una **dimensión racional y otra emocional**. Ambas deben armonizarse para llevar una vida equilibrada y feliz.

La inteligencia racional nos sirve para hacer cosas como estudiar, trabajar, aprender idiomas, resolver crucigramas o arreglar la bicicleta.

Pero cuando se trata de entender lo que le ocurre a un amigo o de cómo mejorar la relación con tus padres, lo que se necesita es otra clase de inteligencia que tenga en cuenta las emociones: la inteligencia emocional.



En la novela *Vida de Pi*, un naufrago sobrevive siete meses en el océano en compañía de un tigre. Para lograr algo así, haría falta no solo inteligencia racional, sino una gran capacidad de resistencia mental y de autocontrol emocional.

APRENDO A CONOCERME

14. Completa las frases en tu cuaderno con alguna de las palabras siguientes. Después compara tus respuestas con las de otros compañeros. ¿Sentís lo mismo? ¿Qué diferencias hay? ¿A qué las atribuyes?

ALEGRÍA TRISTEZA ODIO FELICIDAD ENVIDIA
FRUSTRACIÓN PLACER VERGÜENZA AMOR IRA

- Cuando las cosas no me salen como las había planeado siento...
- Cuando el profesor me deja en evidencia delante de los demás siento...
- Cuando mis padres me hacen un regalo por sorpresa siento...
- Cuando veo una injusticia y no puedo hacer nada siento...
- Cuando oigo que se ha producido una noticia trágica siento...
- Cuando me acarician o me dan un beso siento...
- Cuando a mis amigos las cosas les van mejor que a mí siento...
- Cuando estoy con las personas que quiero siento...
- Cuando doy un tropezón en mitad del patio siento...



LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es la capacidad de **controlar y utilizar** de forma positiva nuestras emociones.

Así, una persona dotada de inteligencia emocional es capaz de:

- Conocer y controlar sus propias emociones.
- Motivarse a sí misma.
- Reconocer las emociones y sentimientos ajenos.
- Relacionarse adecuadamente con los demás.

Como todas las capacidades humanas, la inteligencia emocional no es algo innato, sino que se puede adquirir y mejorar con la práctica. En el proceso de construcción de nuestra personalidad, lo primero es aprender a conocernos y a aceptarnos como somos. A partir de ahí, nos resultará más fácil entender y aceptar a los demás.

CLAVES PARA EL AUTOCONOCIMIENTO

Esta tarea de aprender a conocernos comprende tres pasos:

- Aprender a reconocer los sentimientos que experimentamos.
- Aprender a ponerles nombre.
- Aprender a expresarlos en función de nuestras necesidades.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

15. Determina en cuáles de las siguientes situaciones nos comportamos de forma emocionalmente inteligente y en cuáles no. Hazlo en tu cuaderno.
 - No me importa lo que piensen los demás.
 - Necesito ser siempre el centro de atención.
 - Cuando intentan hacerme enfadar, siempre cuento hasta diez.
 - No hay nada en la escuela que me motive; todo me da igual.
 - Cuando me doy cuenta de que mis padres están nerviosos, procuro no hacerles enfadar.
 - No soy capaz de controlar mis impulsos; en cuanto me pinchan, salto.
16. ¿Qué aspecto de la inteligencia emocional es el que falla en los casos en que has respondido negativamente?
17. Analiza tres situaciones vividas que te hayan provocado alguna emoción de acuerdo con los tres pasos indicados:
 - ¿Qué sentiste?
 - ¿Cómo llamarías a ese sentimiento?
 - ¿Cómo expresaste tus sentimientos?



La mejor motivación es la que surge del interior de uno mismo.

FÍJATE

- ✓ El autoconocimiento es la primera y principal de las competencias de la inteligencia emocional.
- ✓ Esto es así porque de él dependen todas las demás. Si no me conozco bien, difícilmente podré controlar mis emociones o sabré hacia dónde encaminar mis esfuerzos.

@ Amplía en la Red...

Para saber más sobre el concepto de *inteligencia emocional*, entra en: www.tiching.com/725081

4 ¿QUÉ IMPORTANCIA TIENEN LAS EMOCIONES?

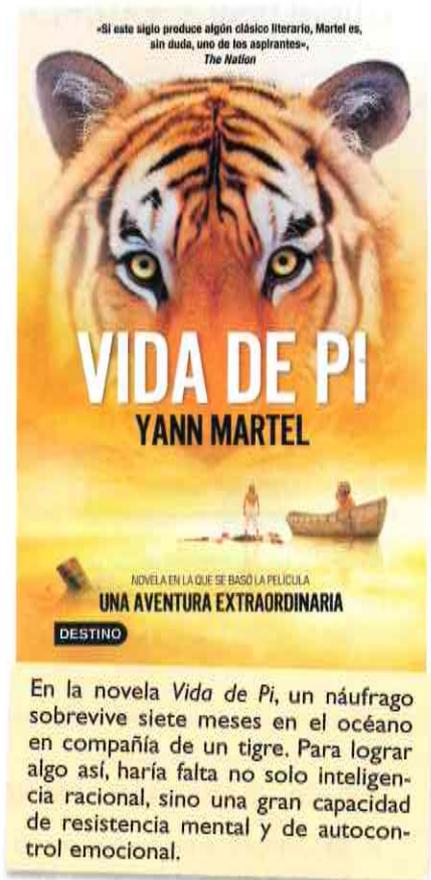
Hasta aquí hemos insistido en el hecho de que los humanos estamos dotados de razón y que esta debe ser nuestra principal guía a la hora de tomar decisiones.

Sin embargo, a la hora de actuar también entran en juego otros aspectos menos racionales pero de gran importancia: hablamos de las emociones.

Las personas tenemos **una dimensión racional y otra emocional**. Ambas deben armonizarse para llevar una vida equilibrada y feliz.

La inteligencia racional nos sirve para hacer cosas como estudiar, trabajar, aprender idiomas, resolver crucigramas o arreglar la bicicleta.

Pero cuando se trata de entender lo que le ocurre a un amigo o de cómo mejorar la relación con tus padres, lo que se necesita es otra clase de inteligencia que tenga en cuenta las emociones: la inteligencia emocional.



APRENDO A CONOCERME

14. Completa las frases en tu cuaderno con alguna de las palabras siguientes. Después compara tus respuestas con las de otros compañeros. ¿Sentís lo mismo? ¿Qué diferencias hay? ¿A qué las atribuyes?

ALEGRÍA TRISTEZA ODIO FELICIDAD ENVIDIA
FRUSTRACIÓN PLACER VERGÜENZA AMOR IRA

- Cuando las cosas no me salen como las había planeado siento...
- Cuando el profesor me deja en evidencia delante de los demás siento...
- Cuando mis padres me hacen un regalo por sorpresa siento...
- Cuando veo una injusticia y no puedo hacer nada siento...
- Cuando oigo que se ha producido una noticia trágica siento...
- Cuando me acarician o me dan un beso siento...
- Cuando a mis amigos las cosas les van mejor que a mí siento...
- Cuando estoy con las personas que quiero siento...
- Cuando doy un tropezón en mitad del patio siento...



2 ¿QUIÉN DIRIGE MI VIDA?

Si alguien te preguntase por qué haces los deberes de clase, ¿qué le responderías? Tal vez le dirías que los haces porque te gusta aprender o porque crees que es tu obligación. Sin embargo, también podrías responder que los haces para quedar bien con los profesores o para que tus padres no te castiguen.

En el primer caso, tu conducta depende exclusivamente de ti; en el segundo, tu comportamiento depende de lo que hagan o piensen otras personas.

Como acabas de ver, a veces actuamos por nuestros propios motivos, siguiendo lo que creemos que es mejor. Cuando hacemos esto estamos actuando con **autonomía moral**.

En otras ocasiones, nuestras acciones obedecen a motivos externos a nosotros: miedo al castigo, querer agradar a nuestros padres, caerle bien a un amigo, etc. Cuando actuamos así hablamos de **heteronomía moral**.

La **autonomía moral** es la capacidad de actuar de acuerdo con nuestras propias normas.

La **heteronomía moral** consiste en obrar siguiendo normas ajenas a uno mismo.

La autonomía tiene mucho que ver con el concepto de *persona*.

Kant, pensador alemán del siglo XVIII, afirmaba que una persona es un ser autónomo capaz de establecer sus propias leyes.

Además, Kant decía que cada persona es un fin en sí mismo.

Con esto quería decir que nunca debemos utilizar a las demás personas como si fueran objetos o instrumentos de los cuales nos servimos para nuestros propios fines.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

5. Haz una lista en tu cuaderno de todos los motivos que se te ocurran por los que algunos jóvenes empiezan a fumar o a beber alcohol.

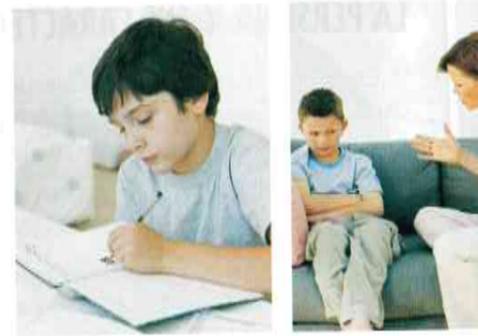
Después clasifícalos en dos columnas, según si actúan por motivos propios o ajenos.

Finalmente, determina si estos jóvenes actúan de forma autónoma o heterónoma.

6. Fíjate en este ejemplo donde no se trata a la persona como merece (como un fin en sí mismo), sino como un mero instrumento o cosa:

Un amigo solamente te llama para pedirte favores, pero nunca está dispuesto a hacerte un favor a ti cuando lo necesitas.

Añade dos ejemplos más en tu cuaderno.



¿Cuáles de estas imágenes expresan autonomía? ¿Y heteronomía?



A lo largo de nuestra formación hay que ir aprendiendo a ser personas autónomas.

Sabio

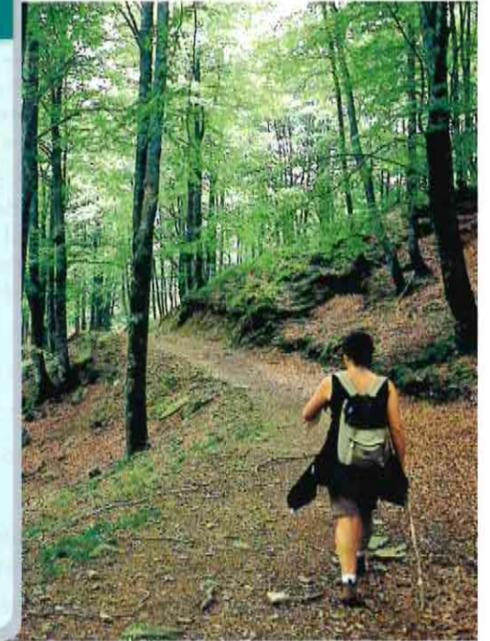
¿Qué significan las palabras *heteronomía* y *autonomía*? 10:00 ✓

La palabra *heteronomía* procede del griego *heteros*, que significa 'ajeno', 'de otro'; y de *nomos*, que quiere decir 'ley' o 'norma'. 10:02 ✓

¿Esto quiere decir que la persona heterónoma es aquella que actúa siguiendo normas que dictan otros? 10:06 ✓

Exacto. En cambio, *autonomía* significa 'la ley' (*nomos*) que alguien se da a 'sí mismo' (*autos*). 10:08 ✓

Ya lo entiendo. Tengo autonomía moral cuando actúo según mis propias normas y no por lo que me digan los demás. 10:10 ✓



APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

7. Decide si en cada una de las situaciones siguientes se actúa con autonomía (A) o con heteronomía (H).

Explica el porqué de tu elección. Hazlo en tu cuaderno.

Situación	A	H	Justificación
Tus amigos deciden saltarse la clase de Lengua y tú te apuntas para no quedar mal con ellos.		X	Actuar en función de lo que piensen los demás implica falta de autonomía.
Ana desea jugar al fútbol, pero no lo hace porque sus padres dicen que es un deporte de chicos.			
Un amigo te ofrece tabaco pero tú lo rechazas porque sabes que es dañino.			
Ayudas a tus padres en las tareas de casa a cambio de que te den dinero por hacerlo.			
Algunas chicas insultan a otra compañera y se lo dices al tutor porque no te parece justo lo que hacen.			
La profesora hace una pregunta difícil de la que sabes la respuesta, pero no la contestas por vergüenza.			



2

¿QUIÉN DIRIGE MI VIDA?

Si alguien te preguntase por qué haces los deberes de clase, ¿qué le responderías? Tal vez le dirías que los haces porque te gusta aprender o porque crees que es tu obligación. Sin embargo, también podrías responder que los haces para quedar bien con los profesores o para que tus padres no te castiguen.

En el primer caso, tu conducta depende exclusivamente de ti; en el segundo, tu comportamiento depende de lo que hagan o piensen otras personas.

Como acabas de ver, a veces actuamos por nuestros propios motivos, siguiendo lo que creemos que es mejor. Cuando hacemos esto estamos actuando con **autonomía moral**.

En otras ocasiones, nuestras acciones obedecen a motivos externos a nosotros: miedo al castigo, querer agradar a nuestros padres, caerle bien a un amigo, etc. Cuando actuamos así hablamos de **heteronomía moral**.

La **autonomía moral** es la capacidad de actuar de acuerdo con nuestras propias normas.

La **heteronomía moral** consiste en obrar siguiendo normas ajenas a uno mismo.

La autonomía tiene mucho que ver con el concepto de *persona*.

Kant, pensador alemán del siglo XVIII, afirmaba que una persona es un ser autónomo capaz de establecer sus propias leyes.

Además, Kant decía que cada persona es un fin en sí mismo.

Con esto quería decir que nunca debemos utilizar a las demás personas como si fueran objetos o instrumentos de los cuales nos servimos para nuestros propios fines.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

- ✓ Haz una lista en tu cuaderno de todos los motivos que se te ocurran por los que algunos jóvenes empiezan a fumar o a beber alcohol.

Después clasifícalos en dos columnas, según si actúan por motivos propios o ajenos.

Finalmente, determina si estos jóvenes actúan de forma autónoma o heterónoma.

- 🌀 Fíjate en este ejemplo donde no se trata a la persona como merece (como un fin en sí mismo), sino como un mero instrumento o cosa:

Un amigo solamente te llama para pedirte favores, pero nunca está dispuesto a hacerte un favor a ti cuando lo necesitas.

Añade dos ejemplos más en tu cuaderno.



¿Cuáles de estas imágenes expresan autonomía? ¿Y heteronomía?



A lo largo de nuestra formación hay que ir aprendiendo a ser personas autónomas.

LA PERSONA Y SUS CARACTERÍSTICAS

En primer lugar, decimos que una persona es un ser racional porque es capaz de reflexionar antes de actuar. Esto nos distingue de los animales que, por lo general, actúan siguiendo su instinto, sus tendencias naturales.

Por otra parte, la persona es un ser libre e independiente, es decir, alguien capaz de tomar sus propias decisiones y elegir su camino.

Por último, podemos decir que cada persona es única e irrepetible. Con esto queremos decir que cada uno de nosotros posee una identidad propia, un conjunto de rasgos que nos hace distintos de todas las demás personas.

Una persona es un ser **racional, libre e independiente**, con rasgos que lo hacen **único e irrepetible**.

Quizá con un ejemplo lo entiendas mejor. ¿Cómo reaccionarías si alguien se te acerca y te insulta? Nadie puede saberlo de antemano porque, como seres racionales y libres que somos, tenemos la capacidad de pensar y elegir la mejor opción.

Podemos responder a esa persona con otro insulto, o pedirle explicaciones, o ignorar la ofensa, o agredirle, o darnos media vuelta. Cada persona reaccionará de un modo u otro según su forma de ser.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

2.   ¿Dirías que nos comportamos como auténticas personas en las situaciones siguientes? ¿Por qué?

- Cuando resolvemos nuestras diferencias a gritos o a golpes.
- Cuando estamos todo el tiempo pendientes de los mensajes que nos llegan al móvil en lugar de conversar con los amigos.
- Cuando nos obsesionamos con imitar a alguien para ser como él o como ella.
- Cuando nos pasamos horas jugando con el ordenador sin ser capaces de apagar la pantalla.

3. Indica en tu cuaderno qué característica de la persona falta en cada una de las situaciones de la actividad 1:

SITUACIÓN	CARACTERÍSTICA QUE FALTA
situación a)	Independiente
situación b)	Única, irrepetible
situación c)	Racional
situación d)	Libre

4.  Aquí tienes dos definiciones de *persona*. ¿Qué rasgo resalta cada una de ellas?

Definición 1: ser individual de naturaleza racional.

Definición 2: ser autónomo capaz de dictarse sus propias leyes.

@ Amplía en la Red...

Para saber más sobre el concepto de *persona*, entra en:

www.tiching.com/725079

- De entre las múltiples definiciones de *persona* que aparecen, elige la que te parezca que encaja mejor con lo que has aprendido en estas páginas.



La persona es un ser comunicativo que necesita relacionarse con sus semejantes.

2 CUESTIÓN DE VALORES

¿Te has parado alguna vez a pensar qué es lo que más te importa? ¿Es tal vez la amistad, el deporte, la salud, la familia...? Esas cosas que para ti son importantes y que aprecias de manera especial son tus **valores**.

Un valor es algo que apreciamos porque nos importa.

NO TODO VALE IGUAL

No todos los valores son iguales. Como tú mismo has podido comprobar muchas veces, algunos valores son más importantes que otros. Por eso suele decirse que hay una **jerarquía de valores**. Eso significa que podemos ordenar los valores según su importancia, desde algunos que nos parecen fundamentales hasta otros que tienen un papel secundario.

Los valores están ordenados jerárquicamente, porque algunos son más importantes que otros.

La mejor manera de descubrir cuál es tu jerarquía de valores consiste en imaginarte una situación en la que entren en conflicto dos cosas que son importantes para ti. En estas circunstancias a veces nos vemos obligados a elegir cuál de los dos valores es preferible. Esto nos permite identificar cuáles son los valores que consideramos prioritarios.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

6. Te proponemos ahora una actividad para que descubras cuáles son tus valores. Para facilitar la tarea, te vamos a pedir que selecciones por orden cinco valores entre las palabras de la siguiente lista:

libertad dinero creatividad sabiduría fama éxito
deporte amistad inteligencia salud belleza amor
paz generosidad fuerza valentía familia religión
igualdad solidaridad fe armonía bondad placer
eficacia respeto honestidad conocimiento sinceridad
utilidad productividad verdad justicia autodominio

- ¿Cuáles son los cinco valores que has escogido?
- De todos ellos, ¿cuál es el que has puesto en primer lugar?
- ¿Coincide este valor supremo con el que han escogido tus compañeros? ¿Cuáles son los valores que más personas han escogido?
- ¿Hay algún valor que nadie haya seleccionado?

@ Amplía en la Red...

Para saber más sobre los valores, entra en:
www.tiching.com/731437

- ¿Qué son los valores y cómo se forman?
- ¿Todas las personas tienen los mismos valores? ¿Por qué?



amistad



productividad

1 DE LA MORAL A LA ÉTICA

Para saber cómo nos debemos comportar, los seres humanos utilizamos diferentes reglas que nos orientan sobre lo que debemos hacer y lo que debemos evitar. A estas reglas de conducta las llamamos **normas morales**.

La **moral** está formada por las reglas de conducta individuales que indican a cada persona lo que está bien y lo que está mal.

Como todas las personas somos distintas, cada una tiene su propia moral. Por este motivo, al comparar las reglas de conducta de diferentes personas, en ocasiones encontramos que siguen normas morales diferentes.

Para explicar en qué se basan nuestras reglas morales, tenemos que pararnos a pensar en las razones que justifican nuestras normas. Esta reflexión sobre las normas morales se llama **ética**.

La **ética** es una reflexión sobre el fundamento de las normas morales.



Nuestra conciencia moral nos permite distinguir lo que está bien y lo que está mal.

EVALÚA Y COMPARA

1. ¿Qué diferencia hay entre una persona que actúa bien y otra que se comporta mal?

Completa el siguiente cuadro en tu cuaderno indicando diez acciones concretas que te permitan distinguir la buena conducta del mal comportamiento:

Acciones correctas	Acciones incorrectas
Ayudar a los demás	Insultar

Ahora compara el cuadro que tú has elaborado con los de tus compañeros. ¿Son iguales todos los cuadros? ¿En qué se parecen y en qué se diferencian unos de otros? ¿Hay alguna acción que hayáis incluido todos en la lista?

FÍJATE

- ✓ Es importante que aprendas a distinguir con claridad la moral y la ética.
- ✓ La **moral** es un asunto personal, que sirve a cada uno para distinguir qué acciones son buenas o malas.
- ✓ En cambio, lo que le interesa a la **ética** es aclarar por qué ciertas cosas nos parecen correctas o incorrectas. De esta forma, la ética puede también servirnos para decidir cómo queremos comportarnos con ayuda de nuestra razón.

APLICA LO QUE HAS APRENDIDO

2. ✓ Fíjate en la lista de acciones buenas y malas que has elaborado anteriormente. ¿Serías capaz de ofrecer alguna razón para explicar por qué los comportamientos que has puesto en el cuadro son buenos o malos?

Completa el siguiente cuadro en tu cuaderno con las acciones que has incluido en el ejercicio de la página anterior, y recuerda que además debes añadir a cada acción la razón por la cual crees que se trata de un comportamiento correcto o incorrecto.

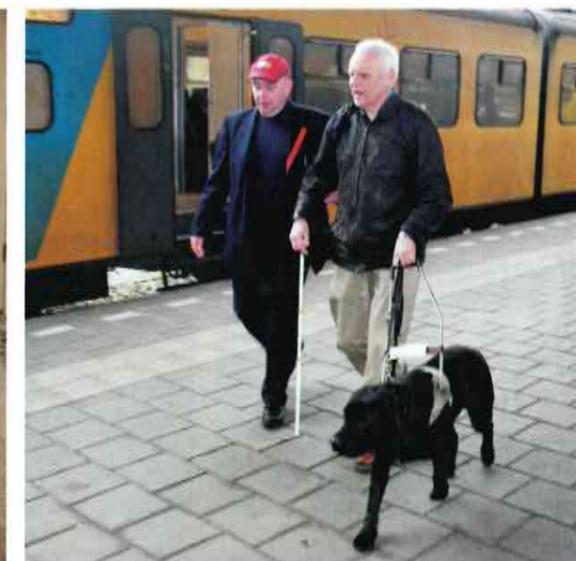
Acciones correctas	Acciones incorrectas
Ayudar a los demás es bueno porque...	Insultar es malo porque al hacerlo...

3. A continuación te vamos a pedir que compares tu cuadro con el de tus compañeros. ¿Hay algún parecido entre las razones que tú has ofrecido y las que aparecen en los de los demás? ¿Qué razones se repiten más en vuestra explicación?

4. Revisa las respuestas del ejercicio anterior. ¿Cuál es la conclusión que podemos sacar del ejercicio?

5. ✓ Determina en cada uno de los casos siguientes si se trata de **ética** o de **moral**, y explica por qué razón.

- Robar es malo.
- No está bien mentir a los padres.
- No se debe mentir, porque entonces nadie nos creerá.
- Si a ti no te gusta que te maltraten, entonces no debes maltratar a los demás.
- Está mal copiar en un examen.
- Me parece mal la pena de muerte porque todos tenemos derecho a la vida.



Que debemos ayudar a los necesitados es una norma moral, pero preguntarnos por qué debemos hacerlo es una cuestión ética. ¿Por qué?

1

DE LA MORAL A LA ÉTICA

Para saber cómo nos debemos comportar, los seres humanos utilizamos diferentes reglas que nos orientan sobre lo que debemos hacer y lo que debemos evitar. A estas reglas de conducta las llamamos **normas morales**.

La **moral** está formada por las reglas de conducta individuales que indican a cada persona lo que está bien y lo que está mal.

Como todas las personas somos distintas, cada una tiene su propia moral. Por este motivo, al comparar las reglas de conducta de diferentes personas, en ocasiones encontramos que siguen normas morales diferentes.

Para explicar en qué se basan nuestras reglas morales, tenemos que pararnos a pensar en las razones que justifican nuestras normas. Esta reflexión sobre las normas morales se llama **ética**.

La **ética** es una reflexión sobre el fundamento de las normas morales.



Nuestra conciencia moral nos permite distinguir lo que está bien y lo que está mal.



EVALÚA Y COMPARA

1. ¿Qué diferencia hay entre una persona que actúa bien y otra que se comporta mal?

Completa el siguiente cuadro en tu cuaderno indicando diez acciones concretas que te permitan distinguir la buena conducta del mal comportamiento:

Acciones correctas	Acciones incorrectas
Ayudar a los demás	Insultar

Ahora compara el cuadro que tú has elaborado con los de tus compañeros. ¿Son iguales todos los cuadros? ¿En qué se parecen y en qué se diferencian unos de otros? ¿Hay alguna acción que hayáis incluido todos en la lista?

FÍJATE

- ✓ Es importante que aprendas a distinguir con claridad la moral y la ética.
- ✓ La **moral** es un asunto personal, que sirve a cada uno para distinguir qué acciones son buenas o malas.
- ✓ En cambio, lo que le interesa a la **ética** es aclarar por qué ciertas cosas nos parecen correctas o incorrectas. De esta forma, la ética puede también servirnos para decidir cómo queremos comportarnos con ayuda de nuestra razón.