



INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO
GUÍA N°2 DE APRENDIZAJES NO PRESENCIALES

"Educando en la responsabilidad, educamos para la libertad"

**Cómo me relaciono. Soy un ser social.
Personas que han sido ejemplo en situaciones de
adversidad.**

Febrero 22		5°
Fecha	Proyecto/Tema	Grado
Angela María Medina Acevedo Sandra Patricia Nieves Ramírez		
Docentes		Estudiante

Competencia: autonomía e iniciativa personal. Pensamiento moral y ético. Ser social y ciudadanía Interpretativa Argumentativa Valorativa.

Identificar las distintas características y manifestaciones del testimonio cristiano en la sociedad.

INDICADOR DE DESEMPEÑO:

Saber conocer

Identificación de algunas formas de discriminación y violencias escolares tanto de orden biológico: raza, etnia, sexo, como culturales: ideas políticas y religiosas.

Indagación sobre el servicio a la sociedad de personajes que han dado testimonio de entrega a los demás, siendo referentes de vida.

Saber hacer

Interacción con los demás, reconociéndose cómo persona que pertenece a un país, una etnia, una comunidad y un entorno global que le permita aportar para una mejor sociedad.

Formulación de soluciones a situaciones que atentan contra el bien común y los derechos de las demás personas.

Saber ser

Entendimiento del sentido de las acciones que buscan instaurar una norma para el logro de una mejor convivencia y ejercicio de ciudadanía.

Demostración de acciones que fomentan la sinceridad y el servicio en las relaciones interpersonales.

PROPÓSITO U OBJETIVO DE LA CLASE:

Identificar los grupos sociales a los que pertenece y la manera de relacionarse.

Tomar como referencia a personas que dan ejemplo de superación personal para saber enfrentar situaciones difíciles en la vida.

ÁREAS DE INTEGRACIÓN:

Ética – religión

DURACIÓN: 6 horas

ENTREGA: correo institucional

Grupo 5°1: angelamedina@iejorgerobledo.edu.co

Grupo 5°2: sandranieves@iejorgerobledo.edu.co

DATOS DE CONTACTO: grupo de WhatsApp y correo institucional.

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

¿Cómo puedo establecer relaciones adecuadas en los diferentes grupos a los que pertenezco?

¿Qué puedo aprender de las personas que son referentes en situaciones de adversidad?



CREADOS PARA VIVIR EN COMUNIDAD



El ser Humano es un ser en relación, un ser inacabado que tiene la misión de construirse como persona a lo largo de su existencia y para lograrlo, requiere establecer **adecuadas relaciones con:**

- **Él mismo**, mediante la constante preocupación por crecer cada día como persona.
- **Los otros**, mediante la vivencia de la solidaridad cuya máxima expresión es el amor. Cuando nos relacionamos con los otros surgen grupos naturales que formamos: la Familia, el colegio, los amigos, la sociedad y la Iglesia.
- **Lo otro**, es decir, con todos los seres de la naturaleza, de la cual él es un ser más, que debe responsabilizarse de su cuidado y crecimiento permanente.
- **El Otro**, el Ser Superior, el Trascendente, totalmente distinto del ser humano.

Todos los seres humanos hacemos parte del gran conjunto de la humanidad, participamos de la misma naturaleza y tenemos los mismos derechos y deberes; pertenecemos a un sistema llamado sociedad, en el cual cada uno de nosotros tiene una misión que cumplir para el bienestar de todos. Esa dimensión comunitaria, cuyo desarrollo es indispensable para la realización de las personas, tiene diversas manifestaciones: Al relacionarnos con LOS OTROS surgen grupos naturales que formamos: LA FAMILIA, EL COLEGIO, LOS AMIGOS, LA NACIÓN Y LA IGLESIA.



La familia: es el primer grupo en el cual crecemos como seres humanos y aprendemos a compartir. En ella recibimos el don más preciado: LAVIDA.



Los amigos: la amistad es compartir, pero no es complicidad. Es importante recordar que somos personas individuales, con una conciencia individual. El hecho de que tal o cual amistad "lo haga", no significa que nosotros debamos hacerlo.



El colegio: juega un papel importante en nuestras vidas ya que, nos abre nuevos horizontes y nos da la capacidad de trazar planes y proyectos. Nos ofrece la posibilidad de acceder al conocimiento y desarrolla integralmente nuestros dones y capacidades.



La nación: vamos a referirnos a nuestros vecinos del sector, a los de nuestro barrio, a los de la ciudad, a los de nuestro país, a los de nuestro continente. La sociedad fortalece sus relaciones cuando cada uno de los que la forman toma conciencia de las necesidades y los problemas de todos, frente a los cuales trabajan unidos.

PERO.... ¿Cómo relacionarse con los demás en los diferentes grupos a los que pertenecemos?

Llevarse bien con otra persona requiere alejarte de tus propias críticas y hacer un esfuerzo para entender a la persona sin prejuicios. Busca oportunidades para hablar con personas de diferentes ámbitos de la vida, y utiliza los siguientes consejos para aprovechar al máximo estas oportunidades. Llevarse bien con una persona tiene el potencial de hacer que ambos se sientan más felices y plenos.

- **Escucha a las personas:** uno de los mayores regalos que le puedes hacer a otro ser humano es escucharlo, es darle tu atención y tu tiempo. ¿Cómo puedes hacerlo y demostrar que estás escuchando activamente? Deja a un lado el celular, ponle atención a la otra persona, mantén contacto visual.
- **Evita los prejuicios:** los seres humanos, por aprendizaje social, tendemos a poner etiquetas o meter en un cajón a las personas por cómo se ven, su estatura, color de piel, tipo de peinado, vestimenta, nivel socioeconómico, entre otros. Continuamente creamos una historia alrededor de las personas, aunque en realidad, nunca sabemos quién está detrás de esa imagen que se nos presenta. El conocer a mucha gente te dará la oportunidad de encontrarte con seres maravillosos.
- **Sé auténtico:** es indispensable ser auténtico en las relaciones, ser tú mismo. El ser auténtico, sincero y transparente es una herramienta que te va a ayudar a conectarte con los demás.
- **Descubre el valor de las personas:** cada ser humano tiene un valor. Si tú logras desarrollar la habilidad de poder descifrar cuál es, definitivamente te va a ayudar a poder relacionarte. Observa qué es lo que los diferencia, qué los hace especiales, de qué se sienten orgullosos, etc. Encuentra el valor de cada persona y eso te abrirá las puertas a una relación.



Ahora vamos a aprender sobre....

Personas que han sido ejemplo en situaciones de adversidad

Si eres una persona con capacidad de empatía, capaz de plantearte un objetivo, perseverante, no te cansas de aprender cosas nuevas, cuidas tu autoestima, evitas el juicio a los demás a y ti mismo, te rodeas de entornos y personas que tengan una visión del mundo positiva y, además, buscas ayuda y apoyo en los demás cuando lo necesitas, posees las cualidades necesarias que te ayudarán a ser una persona **“resiliente”**

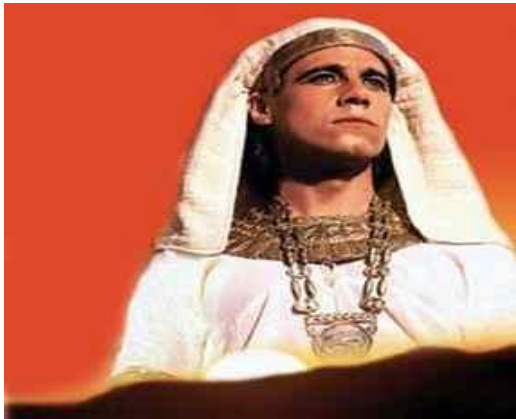
Existen diferentes circunstancias que nos pueden llevar al límite y hacer que nos cuestionemos si tenemos la fuerza y la voluntad necesarias para continuar adelante. En este punto tenemos dos opciones: dejarnos vencer y sentir que hemos fracasado o sobreponernos y salir fortalecidos, apostar por la resiliencia.

Pero... ¿Qué es la resiliencia?

Según la definición de la Real Academia Española de la Lengua (RAE) es la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas, pero en psicología añadimos algo más al concepto de resiliencia: no sólo gracias a ella somos capaces de afrontar las crisis o situaciones potencialmente traumáticas, sino que también podemos salir fortalecidos de ellas.

Personajes bíblicos que fracasaron, pero luego lograron grandes cosas

"El fracaso es tan solo un paso para llegar al éxito". Hoy les quiero mostrar el ejemplo de algunos personajes bíblicos que en cierto momento fracasaron y se encontraron en problemas que no parecían tener una salida; pero pudieron solucionar sus situaciones y consiguieron salir adelante para luego convertirse en personajes históricos y ejemplos de fe y perseverancia conforme al plan de Dios.



JOSÉ: hijo menor de Jacob, y su favorito Este joven desde muy pequeño tenía la habilidad de interpretar sueños. Era el favorito de su padre, quien le diseñó una túnica de colores y lo envió con sus hermanos a recoger trigo.

Sus hermanos celosos de José conspiraron contra él y lo vendieron como esclavo llenaron sus túnicas de sangre y le dijeron a su padre que su hijo había sido asesinado. José llegó a ser consejero del faraón y posteriormente gobernador de Egipto.



JOB: era un ganadero muy rico, con 7 hijos y 3 hijas y numerosos amigos y criados.

Satán se presenta ante Dios argumentando que el amor que Job le profesa era por causa de sus bendiciones y no porque realmente lo ame. Dios concede a Satán el probar la integridad de Job, donde podía tocar sus bienes, familia, ganado, entre otras cosas menos su vida.

A partir de ello, Satán acecha a Job y le causa múltiples desgracias, tales como enfermedades (sarna), el ataque de caldeos y sabeos a sus criados, la muerte de su ganado, la pobreza, el repudio de su mujer e incluso la muerte de sus hijos. Terminadas las pruebas, Job continúa siendo fiel a su Dios y, a pesar de todo lo ocurrido, sale triunfante, por lo que le es restituida su anterior felicidad, con más del doble de lo que tenía, excepto la vida de sus primeros hijos, aunque luego tiene siete hijos y tres hijas, repartiendo su cuantiosa herencia entre todos ellos.

Hay muchos ejemplos de personas con discapacidades que alcanzaron el éxito. Sus vidas presentan dificultades debido a su situación, pero gracias a su voluntad y forma de ver las cosas han podido ser un gran ejemplo para los demás. **Conoce la historia de estos personajes y que los hace tan especiales:**



Stephen Hawking

Es considerado uno de los hombres más inteligentes del planeta. A los 21 años de edad fue diagnosticado con una variación de esclerosis lateral amiotrófica que le generó problemas motrices, pero esto nunca ha sido un impedimento para desarrollar grandes teorías científicas.



Nick Vujicic

Nicholas James Vujicic nació con el síndrome de tetra-amelia, el cual se caracteriza por la carencia de extremidades. Es decir, Nick nació sin piernas ni brazos, solamente tiene una formación o Meromelia de lado inferior izquierdo. Después de mucha reflexión interna, Nick se dio cuenta que él era único, y aunque tenía retos que enfrentar, tenía una oportunidad en su vida para poder inspirar a muchas otras personas que estaban en la misma posición que él.

Nick cambió su perspectiva por la vida. Descubrió que, si uno se cae, debe levantarse y si no tienes fuerzas o esperanzas, debes intentarlo una y otra vez hasta lograrlo.



MOMENTO DE EJEMPLIFICACIÓN

4. El ser humano se realiza en comunidad.

- * **No estamos solos ni vivimos solos en este planeta. Formamos parte de un amplio colectivo de personas. Somos seres sociales y comunitarios.**
- * **La sociedad se forma de modo reflexivo y voluntario; sociedad es el sistema o conjunto de seres humanos que conviven y se relacionan dentro de un mismo ámbito cultural.**

ENRIQUEZCO AL OTRO CON:



- ✓ Mi amistad
- ✓ La manifestación de mi aprecio
- ✓ Mi Optimismo
- ✓ Mi cariño y mi fidelidad
- ✓ Mi solidaridad en todos los acontecimientos de su vida.



Características de las personas resilientes

Tienen la capacidad de identificar las causas de sus problemas y evitar que vuelva a repetirse en una siguiente

Mantienen una visión positiva de sí mismos y de las cosas. Buscan nuevas oportunidades, retos para alcanzar más éxito y satisfacción.

Pueden controlar sus emociones y/o impulsos frente a las adversidades y mantenerse centrados en situaciones de alta presión.

La comunicación para ellos es fundamental ante la solución de problemas. Son empáticos con los demás.

Anímate a ver los siguientes vídeos, donde podrás ampliar tus conocimientos sobre el tema.

Nick Vujicic Subtítulos Español <https://www.youtube.com/watch?v=t6bCL-ZQiAQ>



MOMENTO DE PRÁCTICA



AHORA ES EL MOMENTO DE PRACTICAR LO APRENDIDO

1. Teniendo en cuenta el momento de conceptualización, realiza un esquema que exponga las relaciones adecuadas que debe establecer el ser humano para construirse como persona.
2. Responde las siguientes preguntas:
 - a. ¿Crees que podemos aprender cosas sin tener contacto con las otras personas?
 - b. ¿Qué aporta la vida social al ser humano?
 - c. ¿Para qué acciones necesitas más a los demás?
3. Haz una lista de los grupos a los que perteneces y colócalos de mayor a menor importancia en tu vida según te hayan influido más o menos.
4. Responde las siguientes preguntas:
 - a. ¿Qué es la resiliencia?
 - b. ¿Te consideras una persona resiliente? ¿Por qué?
 - c. Escribe la historia de un familiar o vecino que haya sido ejemplo en situaciones de adversidad.



MOMENTO DE RETROALIMENTACIÓN

1. Escoge dos de los consejos para relacionarte con las demás personas (momento de conceptualización) y explícalos en tus palabras.
2. Consulta otro personaje de la biblia o de la actualidad que sea ejemplo en situaciones de adversidad. Escribe un resumen de por qué es un ejemplo.



MOMENTO DE CAPACIDADES DIVERSAS

Familia: realiza los anexos que encontrarás a continuación. Complementan y repasan los aprendizajes realizados.

1. Dibuja con tantas casillas como sean necesarias un cuadro similar a este. Piensa en un día cualquiera de tu vida y completa:
 - En la columna de la izquierda, escribe la hora de la acción.
 - En la segunda columna, menciona la acción que has realizado.
 - En la tercera, la persona o personas que han intervenido en la acción.
 - En la columna de la derecha, qué te ha aportado a ti personalmente la participación de esa persona.

Hora	Acción	Persona(as) que han participado	Qué te han aportado
5:00 a.m.	Me levanto		

2. Consulta la historia completa de José y léela. Luego, realiza un dibujo y escribe la enseñanza que te deja.



MOMENTO DE CUIDADO



BIBLIOGRAFÍA- CIBERGRAFÍA

- <https://hgloriarubio.wixsite.com/soy-un-ser-social/me-relaciono>
- <https://www.entrepreneur.com/article/302576>
- https://elpais.com/elpais/2018/01/12/mamas_papas/1515745349_369133.html
- <https://www.salud180.com/salud-dia-dia/5-personas-que-han-alcanzado-el-exito-pese-las-adversidades>
- <https://www.beliefnet.com/espanol/espiritual/personajes-biblicos-que-fracasaron-pero-luego-lograron-grandes-cosas.aspx>
- <https://www.slideshare.net/arleyssanmartinbolivar/unidad-1-la-persona-ser-social>