



Institución Educativa
JUAN PABLO I
La Llanada Nariño.

EDUCACION INCLUSIVA

Ética y Valores 8

MODULO 1



Mg. LIBIA QUINTERO C.



**Colombia
aprende**
La red del conocimiento



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia



**ALCALDÍA MUNICIPAL
LA LLANADA**

NIT: 800.149.894-0
Comprometidos con la comunidad

1-1-2020

ETICA 8

EDUCACION INCLUSIVA



Mg. LIBIA QUINTERO C.

INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I – LA LLANADA

Cada uno de nosotros en su interior es un gran tesoro; nuestra evolución espiritual es algo absolutamente individual, no colectiva, no podemos aprender nada por otro, no podemos comer por otro, no podemos desarrollarnos espiritualmente por otro. Sin embargo, tampoco puedo conocerme a mí mismo sin el otro porque ese otro es el espejo maravilloso que me permite ver lo que yo soy y lo que yo tengo.



CONTENIDO

	Pg.
LA AUTOAFIRMACIÓN PERSONAL	3
TALLER 1	6
YO SOY	7
TALLER 2	9
ACTUAR ÉTICO	11
TALLER 3	15

LA AUTOAFIRMACION PERSONAL

La autoafirmación, es una característica de la conducta humana, es la capacidad de sentir y de expresar libre, adecuadamente, con claridad y eficacia sus emociones y opiniones sin ofender o atacar al interlocutor.

La autoafirmación también es el compromiso con tu propia felicidad a partir del ejercicio de tu libertad que es inherente a la toma de decisiones que son coherentes con el pensamiento y la ética personal. Es decir, la reivindicación de los derechos y necesidades personales al tomar conciencia de que el yo es muy importante. Nadie puede ser feliz dándose la espalda a sí mismo.



Es todo lo que nos apoya y nos acerca al valor de expresarnos como verdaderamente somos, seres únicos y singulares. Sin miedo a ser rechazados, delegados, criticados o negados. Tenemos la capacidad de afirmarnos en nuestras decisiones, al tener criterio propio y cuidar de nuestros derechos y espacios.

La autoafirmación significa respetar los deseos, necesidades y valores de uno mismo y buscar su forma de expresión adecuada en la realidad. ... Significa simplemente la disposición a valerse por sí mismo, a ser quien es abiertamente, a tratarse con respeto en todas

las relaciones humanas.

Características de una persona con un alto nivel autoafirmación:

- La persona comienza a verse de otra manera.
- Se acepta a sí misma y acepta sus sentimientos más plenamente.
- Siente mayor confianza en sí misma y sus propias orientaciones.
- Se vuelve más parecida a lo que quisiera ser.
- Sus percepciones se tornan más flexibles, menos rígidas.
- Adopta objetivos más realistas y se plantea metas a corto plazo.
- Se comporta de manera más madura.
- Su conducta inadaptada cambia, se modifican en sentido constructivo.
- Deja de utilizar máscaras.
- Deja de sentir los "debería".
- Deja de satisfacer expectativas impuestas.
- Le importa ser sincera consigo misma.



Para mejorar tu autoafirmación:

1. *Conócete a ti mismo: Quien eres, habilidades. Debilidades, etc.*
2. *Valida tu interior*
3. *Deja salir tu interior y que te conozcan de verdad*
4. *Atrévete a decir "no"*
5. *Celebra cada momento de autoafirmación.*



Fundamentos de la Autoafirmación:

- Saber apreciar objetivamente nuestras propias cualidades y defectos.
- Saber apreciar objetivamente las cualidades y defectos de los otros.
- Saber preguntar, exigir, y si es necesario imponer nuestro punto de vista, pero sin perder nunca el contacto con los interlocutores afectados.
- Saber reconocer los conflictos interpersonales y transformarlos en experiencia positiva.
- Saber emitir y recibir críticas constructivas.
- Aprender a definir metas y derechos asertivos, reconociendo siempre los de los demás.
- Construir una imagen positiva de uno mismo y aprender a transmitirla a los que nos rodean.
- Mantener relaciones abiertas y equilibradas, incluso en periodos conflictivos.
- Saber sobreponerse a las manifestaciones de estrés, ansiedad o timidez inherentes a las relaciones humanas, y conducir una estrategia de comunicación positiva.
- Alcanzar una gestión realista de los objetivos personales y profesionales.
- Adopta objetivos más realistas y se plantea metas.
- Se comporta de manera más madura.
- Deja de utilizar máscaras, se muestra tal y como es.
- Le importa ser sincera consigo misma.
- Procura orientarse a lo que quiere ser.

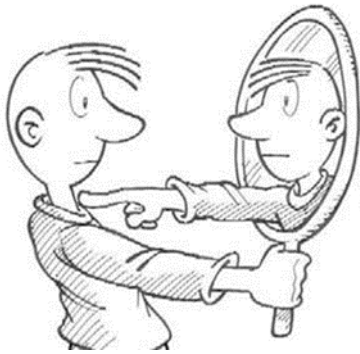


**Nada es más
difícil que
aceptarse
uno mismo**

Recuerde que...

1. La autoafirmación significa respetar mis deseos, necesidades, valores y buscar su forma de expresión adecuada. La situación opuesta es que la persona permanezca oculta en un segundo plano, ocultando su ser, para evitar cualquier forma de enfrentamiento. Quizás con otras personas cuyos valores sean distintos, o con el fin de complacer, para mantener una "buena relación" con alguien.

2. La autoafirmación no significa estar en guerra con los demás, o ser irreverente a sus derechos. Es la disposición de valerse por sí misma/o, a ser una persona abierta, a tratarse con respeto y a tratar con respeto a los demás. Es la negativa a falsear su ser para agradar a los demás, por lo cual equivale a vivir de manera auténtica, a que exista coherencia entre sus convicciones y sentimientos. Es lo que también denominamos conducta asertiva.



3. Estar autoafirmado es estar muy claro, decidido, sin depender de la opinión de los demás para saber su valía. La autoafirmación no significa agresividad inadecuada, no significa abrir el paso para ser siempre el primero o pisar a los demás, no significa afirmar los deseos siendo diferente a los demás. Significa simplemente la disposición a valerse por sí mismo, a ser quien es abiertamente, a tratarse con respeto en todas las relaciones humanas.

La autoafirmación te ayuda a ser más tú todavía. Esto no significa imponer tus decisiones ante los demás sino expresarlas de una forma asertiva y hacer que se respeten.



TALLER I

De manera creativa, desarrollo las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son mis fortalezas y debilidades?
2. ¿Cuáles son mis gustos?
- 3.. ¿Cuál es mi canción favorita?
4. ¿Cuál es mi programa, mi película o serie favorita?
5. ¿En qué situaciones puedo decir **NO**?



CRITERIOS DE EVALUACION

1. ESTE TALLER TIENE UNA VALORACIÓN DE CINCO (5.0).
2. EL TALLER ES INDIVIDUAL Y DEBE SER DESARROLLADO EN SU TOTALIDAD.
3. PARA ESTA ACTIVIDAD DISPONE DE DOS (2) SEMANAS. SEGÚN LO ACORDADO EN CLASE.
4. SI REQUIERE MAYOR INFORMACIÓN COMUNÍQUESE AL CELULAR 3143858218.



YO SOY

la respuesta nunca es fácil, porque implica revelar el propio ser, desnudarnos emocionalmente y retirar un sin fin de capas de cebolla, resistencias y corazas para alcanzar ese territorio privado, donde residimos con autenticidad.

Hay personas que buscan de forma constante la aprobación de otros para tener un punto de referencia, o una falsa sensación de seguridad.



“Conocerse a uno mismo no solo es la cosa más difícil, sino también la más incómoda”.

Porque en realidad, la propia identidad es un **ROMPECABEZAS** de cientos de piezas donde todo debe encajar: somos lo ya vivido y lo deseado, somos un cuerpo, pero también nuestras emociones, pensamientos, valores y deseos.

Por tanto, para aspirar a esa identidad firme, valiente y resuelta lo que necesitamos es hallar **armonía interna** entre todas esas piezas interiores. Necesitamos estabilidad, aceptación, amor propio y fortaleza interior y un toque de ilusión. Porque nuestra identidad debe verse como un proceso continuo. No es una imagen instantánea y estática sino un estado que está en constante crecimiento, y de ahí, que nunca deba faltar la esperanza y el optimismo para dar forma a una identidad más luminosa, capaz de alcanzar sus metas.



Se hace necesario...

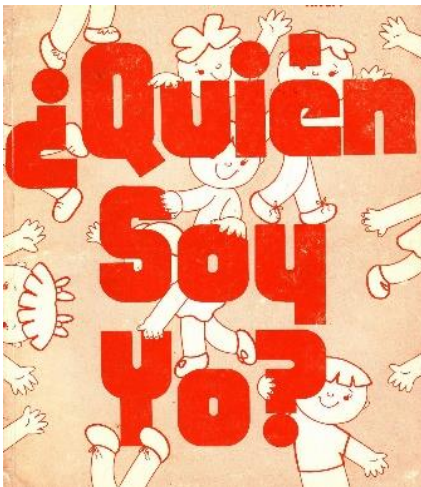
- ✓ De vez en cuando guardar un tiempo para tener una cita contigo mismo. Podrá reflexionar sobre quién has sido, quién eres y en quién te estás transformando. Para que, de nuevo, y cada cierto tiempo te hagas esa pregunta que tanto temes “¿Quién soy yo?”
- ✓ Los momentos de introspección (mirar hacia adentro de uno mismo), de reflexión en soledad, te ayudarán a conocerte, a descubrir tu propia verdad.



- ✓ Hay que conocerse, hacerlo en profundidad y de una manera completamente sincera. Para ello, nada mejor que empezar a hacer eso que te causa satisfacción, como puede ser leer, caminar, pasear en bicicleta, etc.
- ✓ También puedes pedir opinión o asesoramiento. La imagen que los demás tienen de ti te puede dar algunas pistas muy interesantes y ayudarte a descubrir tu verdadero yo. Sin embargo, hay que tener cuidado pues no siempre lo que los demás piensan sobre ti te define.
- ✓ tú tienes la capacidad de elegir lo que es mejor para ti cuando te conoces. Una vez sabes quién eres, es más fácil definir qué quieres, y aumentarás las probabilidades de que tus decisiones sean más acertadas.
- ✓ El verdadero viaje hacia el conocimiento es el autoconocimiento. Puedes conocer mucho acerca del mundo que te rodea, pero necesitarás encuadrarlo en el contexto lógico, formal y racional que conforma tu propia identidad.
- ✓ ¿Te encuentras ahora preparado para responder a la pregunta “**quién soy**”?



YO!



**“Uno debe conocerse a sí mismo.
Aún si esto no sirviera para
descubrir la verdad, al menos es
útil como regla de vida, y por lo
tanto no hay nada mejor”.**

TALLER 2

Responda las siguientes preguntas, para lo cual diseñe una forma creativa un **Mapa Personal** (algo que lo represente) para presentar la evidencia de su trabajo. Puede hacer uso de una cartelera, afiche, Para realizar esta actividad dispone de **DOS (2)** semanas. Teniendo en cuenta lo pactado en clase.



En la parte externa de su Mapa personal, responda las siguientes preguntas:

1. "¿Lo que más me gusta que me hagan es...?", por ejemplo, que me consientan, que me traigan un regalo, que me hablen de tal forma, etc.
2. "¿Lo que yo no soporto que me hagan los demás es...?", puede ser que me ignoren, que me griten, que me impongan, que me prohíban, etc.
3. "¿La vida ha sido injusta conmigo cuando...?", situaciones que te parecen injustas como: cuando me regañaron por algo que yo no hice, cuando me negaron algo que yo creía que me correspondía, cuando no tuve dinero para algo que yo creía importante, etc., ahora o en el pasado.
4. ¿Cómo quiero verme?

5. ¿Cuál es mi misión en este mundo?

En la parte interna de su Mapa Personal, responda las siguientes preguntas:

6. ¿Quién Soy?

7. ¿Soy quién se refleja en el espejo?

8. ¿Soy lo que pienso y creo?

9. ¿Soy lo que me ha pasado o lo que me gustaría aspirar a un futuro?

10. ¿Cuáles son mis gustos o preferencias?



CRITERIOS DE EVALUACION

1. ESTE TALLER TIENE UNA VALORACIÓN DE CINCO (5.0).

2. EL TALLER ES INDIVIDUAL Y DEBE SER DESARROLLADO EN SU TOTALIDAD.

3. PARA ESTA ACTIVIDAD DISPONE DE DOS (2) SEMANAS. A PARTIR DE LA FECHA DE ENTREGA.

4. SI REQUIERE MAYOR INFORMACIÓN COMUNÍQUESE AL CELULAR 3143858218.





ACTUAR ÉTICO

La ética nace como una reflexión del comportamiento humano, de modo que sus ideas versan sobre lo que es **bueno** (correcto) y lo que es **malo** (incorrecto). Cada persona busca encontrar en su vida un fin último, desde ahí es posible deducir cuáles son sus deberes concretos y normas de acción que rigen su comportamiento.

La **ética** nace dentro de un momento social histórico, como una respuesta al escepticismo moral. Se pensaba que las normas y los valores eran una forma de atar o limitar el desarrollo de las personas sobre todo el desarrollo intelectual. Pero las normas son morales no son universales, cada sociedad construye sus propios principios que guían el comportamiento de la persona.

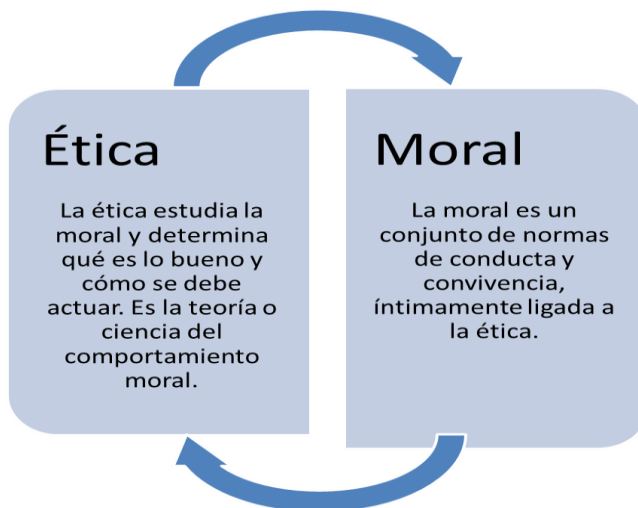




La **ética** pretende cambiar el individualismo moral estableciendo parámetros de comportamiento. El individualismo sostiene que cada persona ante una determinada situación debe seguir el comportamiento, que desee ya que toda respuesta es válida. Pero la ética trata de definir la posibilidad de establecer un bien y un mal.

Surge de la **moral** que un pueblo vive en un momento determinado de su historia, son las normas y valoraciones que comparten la mayoría de los miembros de la sociedad. Es el saber popular. Un ejemplo de este tipo de fundamentación es la religiosa que basa sus principios en la idea de un ser supremo.

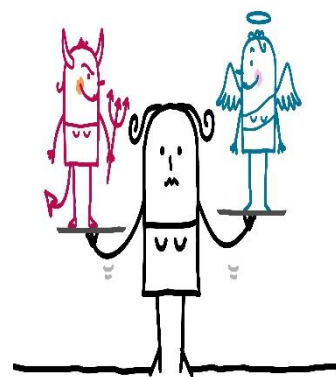
Considera que la **moral** no es una imposición de preceptos por parte de Dios, sino que son pautas que nos permiten acercarnos más a la divinidad que permite que las personas desarrollen plenamente su ser.



De acuerdo a esta fundamentación cada persona tiene el poder y la **capacidad de decidir** que es bueno y que es malo. Es a través de la conciencia que cada persona valida su comportamiento. Esta fundamentación parte del Hedonismo y Kantianismo. El **hedonismo**, parte de las sensaciones de las personas a través de ella el ser humano toma las decisiones. El **kantianismo**, propone que es la razón la que brinda libertad a las personas.

La calidad de vida y los comportamientos se consideran éticos en el momento que le permite al ser humano crecer como persona, potencializar sus cualidades, ser mejor día a día y potencializar las cualidades por el camino del bien y todo esto se llama **desarrollo humano del individuo**.

Nosotros podemos elegir nuestro modo de vivir cada quien construye su vida, es capaz de discernir que es conveniente, lo importante es entender que como todo ser humano racional



nos equivocamos, caemos, nos levantamos y actuamos sobre el error, si somos libres a la hora de elegir, también tenemos la posibilidad de asumir las consecuencias positivas y negativas. **La ética nos enseña a saber vivir.**

ACTO HUMANO



Es aquel que procede de la voluntad libre y deliberada del hombre, es decir, sabiendo y queriendo lo que hace. Los actos humanos son propios del ser racional mientras permanece, siempre sim imputables y de ellos es responsable quien los ejecuta.

Todos los actos que realizamos implican una completa operación mental en la que intervienen los siguientes elementos:

Elementos del acto humano: conocimiento, voluntariedad y libertad.

- **Conocimiento Intelectual:** propio del ser racional.
- **Voluntariedad:** regido por la voluntad, es decir con conocimiento del fin.
- **Libertad:** Es la facultad de obrar o de elegir una cosa con preferencia de otras. El hombre actúa con libertad solamente cuando puede ejecutar un acto o abstenerse de él o cuando puede elegir entre dos cosas diversas.

Clasificación de los actos humanos: puede ser:

el animal, que procede de las potencias vegetativas o sensitivas (digestión, latido cardíaco, reflejos frente al dolor o al desequilibrio, etc.) y compartimos con los animales no racionales.

- **el no deliberado**, efectuado sin voluntariedad alguna, bien por estar privado el sujeto de razón de forma intrínseca (niños sin juicio o deficientes mentales) o en ese momento (pacientes en brote esquizofrénico, narcotizados, plenamente distraídos, etc.); son de suyo inimputables al sujeto, pero no en todos los casos.

- **el violento**, que se realiza por coerción de un agente externo contra la propia voluntad.



- **el humano** propiamente dicho, que se realiza deliberadamente y empleando plenamente su razón, y por virtud del cual es plenamente responsable.

También se hace referencia a los actos coherentes e incoherentes, en realidad esto obedece a una clasificación de los actos y no a un criterio de clasificación, así tenemos que:

Actos coherentes: son aquellos que son producto de una previa determinación y presentan concordancia entre el pensamiento y la acción; solemos escuchar que la gente dice: ***“no hay coherencia entre lo que dice y lo que hace”***. Precisamente un acto es coherente cuando responde a un objetivo, una persona que predica la práctica de la honestidad, pero actúa en forma deshonesto no tiene coherencia en su actuar.

Actos Incoherentes: son aquellos en los que existen visibles discordancias entre el pensamiento y la acción, es decir, obramos en forma distinta a lo que pensamos, por lo general tienen resultados negativos



Características del acto humano:



- ✓ Que sea racional, con pleno dominio y deliberación.
- ✓ Que sea libre, procedente de la libertad humana.
- ✓ Que sea voluntario, realizado a sabiendas.
- ✓ Que sea moral, en cuanto se ajusta o no a las reglas de la moralidad.
- ✓ Que sea imputable, por cuanto el sujeto asume la responsabilidad del mismo.

La vida es moralmente virtuosa si se tiene el hábito de la virtud, “por el cual el hombre se hace bueno y por el cual ejecuta bien su función propia”; la práctica habitual de las virtudes éticas, que consisten en un justo medio entre dos excesos, hace al hombre moral y lo dispone a la felicidad.



TALLER 3

Según la información anterior y con ayuda de sus padres o familia, realice lo siguiente:

1. Construya su concepto personal sobre que es el actuar ético.
2. ¿Considera que sus actos están regidos por la Ética?



3. De su conducta actual, ¿qué aspectos considera debe replantear?
4. A partir de un dibujo represente el tema anterior.

CRITERIOS DE EVALUACION

1. ESTE TALLER TIENE UNA VALORACIÓN DE CINCO (5.0).
2. EL TALLER ES INDIVIDUAL Y DEBE SER DESARROLLADO EN SU TOTALIDAD.
3. PARA ESTA ACTIVIDAD DISPONE DE DOS (2) SEMANAS. SEGÚN LO ACORDADO EN CLASE.
4. SI REQUIERE MAYOR INFORMACIÓN COMUNÍQUESE AL CELULAR 3143858218.

