



VALUES

2st
SECONDARY



**INTELIGENCIA ESPIRITUAL
BUSCANDO MI YO INTERIOR**

 **SACO OLIVEROS**

HELICO CURIOSITY

EL ÁRBOL CONFUNDIDO



Responde:

¿Cómo te imaginas en el futuro?

¿Cómo te preparas para el futuro?

INTELIGENCIA ESPIRITUAL

Es la facultad para afrontar y trascender el sufrimiento y el dolor, para crear valores, otorga habilidades para encontrar el sentido y significado de nuestros actos. Nos permite conducir nuestra propia vida, siendo responsables de nuestros pensamientos, sentimientos, actitudes y valores, teniendo el control de nuestras respuestas ante los acontecimientos de la vida. La inteligencia provoca en el cerebro una clase de ondas que desencadena una exaltación y alegría intensas. Las personas necesitan sentirse armoniosas y para ello necesitan tener respuesta a cuestiones como “¿quién soy?” o “¿hacia dónde voy?”. La inteligencia espiritual es capaz de cuestionar el sentido de su existencia transformando una actitud positiva en la búsqueda de silencio interior para poder observar necesidades que formen parte de nuestra realidad.

NIVELES QUE SE NECESITA DESARROLLAR:

Información.
Conocimiento.
Sabiduría:
Verdad.



CARACTERÍSTICAS:

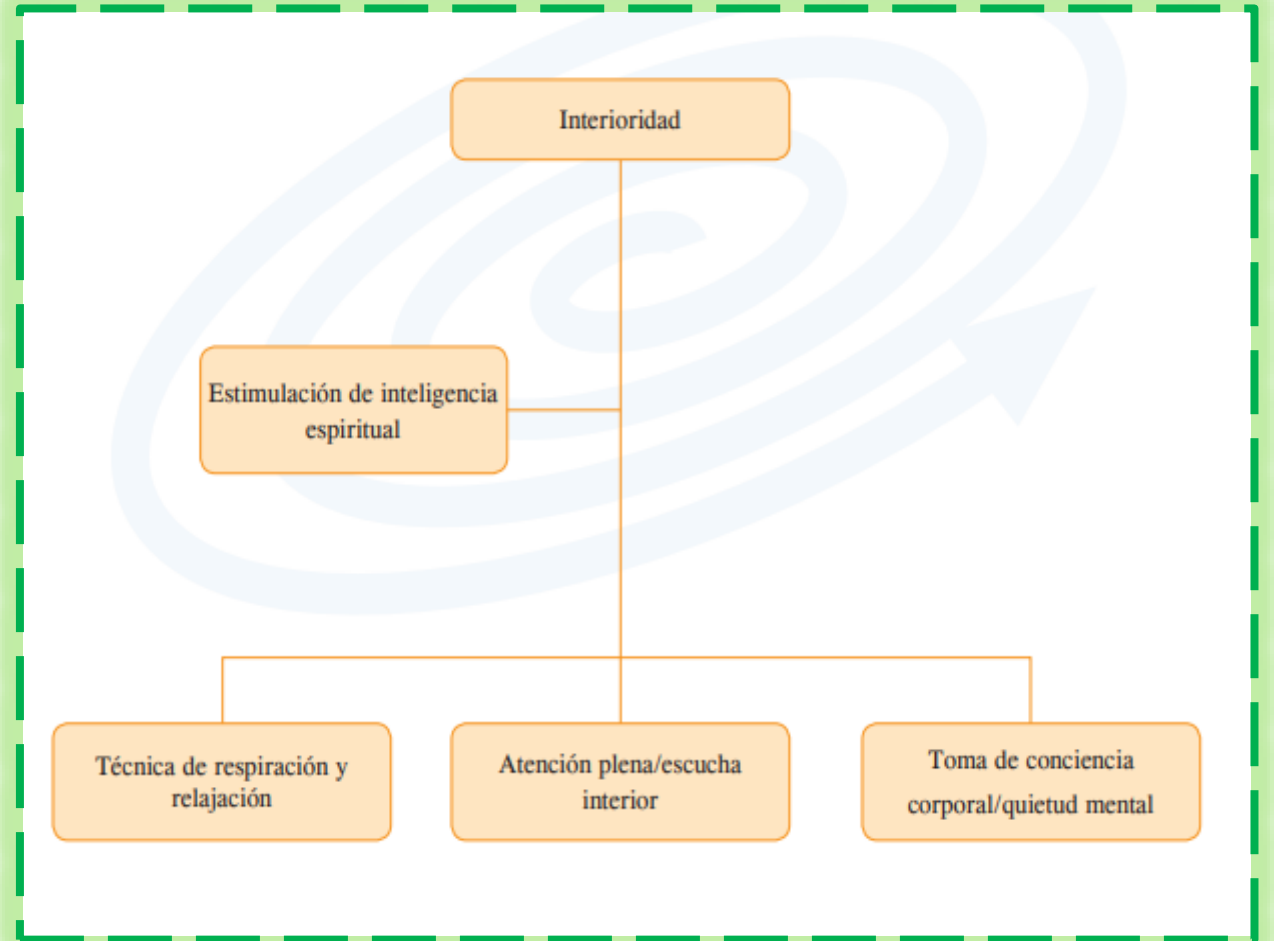
Capacidad de ser flexible.
Capacidad de afrontar y trascender el dolor y el sufrimiento.
Marcada tendencia a preguntar “¿por qué?” o “¿y si?”.
Resistencia a causar daños

SEXUALIDAD Y ESPIRITUALIDAD

Sexualidad y espiritualidad Quizás a primera vista no parece haber relación entre sexualidad y espiritualidad, sin embargo estos dos conceptos están completamente ligados. Se trata de ver la sexualidad de manera integral, no solo como una experiencia física o emocional, pues cada aspecto de la creación, incluyendo la sexualidad, puede ser celebrado y tratado como algo sagrado. Siempre ha existido en nosotros esa necesidad de encontrarle un sentido más profundo a nuestras vidas, la espiritualidad es una auténtica e innegable certeza de saber, en el corazón y en cada célula de nuestro cuerpo, que formamos parte de algo plenamente armonioso y que es mucho más grande que nosotros mismos. La sexualidad espiritual nos habla de la capacidad que tenemos de conectarnos a algo más grande que nuestro aspecto puramente físico: nuestro espíritu. Para esto es indispensable aprender a disfrutarte, aceptarte y conocerte a ti mismo, antes que nada, para poder luego lograrlo con alguien más.



HELICOSYNTESIS





Test de inteligencia espiritual Marca con un aspa (X) según corresponda

	Mucho	Poco	Nada
¿Te adaptas fácilmente a los cambios?			
¿Conoces bien tus fortalezas y debilidades?			
¿Tienes la capacidad de afrontar los problemas y superar el dolor?			
¿Te gusta causar daño a los demás?			
¿Buscas respuestas a preguntas fundamentales como el porqué de las cosas?			
¿Te consideras una persona independiente que no sigue las ideas y creencias de los demás?			

SUMA LOS PUNTAJES.

- Mucho (3 a 6 puntos): tienes desarrollada esta inteligencia, con alta capacidad para ser un líder positivo.
- Poco (0 a 5): tienes la capacidad para desarrollar esta inteligencia.
- Nada (0 a 4): aún te falta desarrollar tu inteligencia espiritual.





¿EN QUÉ ME PAREZCO?

INSTRUCCIONES:

Realiza una metáfora en la que te comparas como persona. Ejemplo: me comparo con un vagón de tren porque me gustaría bajar.

Arrojar una pelotita y el que la coja debe realizar la metáfora.

Para dicha actividad, escribe tu metáfora.



EL FELIZÓMETRO

Materiales: se les reparte una hoja en blanco.

Instrucciones:

- Doblar la hoja por la mitad y cortarla.
- Doblar la tira de papel en 8 partes, de tal manera que queden como un acordeón.
- En el primer cuadrado, escribir la palabra felizómetro.
- En cada cuadro, colocar una pregunta sobre la felicidad; por ejemplo: ¿cuándo eres feliz?
- Cuando hayas terminado le pedirás a tu compañero de al lado que elija un cuadrado, el que quiera, para que conteste tu pregunta y luego él lo hará contigo.
- Todas las preguntas tienen que relacionarse con la felicidad.





LOS MENSAJES:

Hay algunos mensajes que son muy comunes, como por ejemplo, eres muy inteligente, ¿cuándo vas a crecer?, eres igual a tu padre, etc.

1. ¿Qué mensajes recuerdas haber recibido sobre tu apariencia, tu personalidad y tus talentos?

2. Realiza un dibujo en el que te representes. ¿Cómo eres?



DESINTOXICACIÓN DIGITAL:

¿En qué situaciones sueles mirar tu teléfono móvil? Analiza si lo haces antes de salir de la cama, durante las comidas, mientras hablas con otra persona, en el autobús de vuelta a casa... ¿En todas?

PASA UN DÍA SIN TU MÓVIL:

Planea qué harás. Anota cuáles son los impulsos que te piden mirar el teléfono. Y como parte de este ejercicio, registra las cosas agradables que te han ocurrido por prestar más atención en tu trayecto, escuchar a tu alrededor, mirar letreros o grafitis que estén en la calle, etc.

☐ Escribe las cosas que viste y escuchaste.



