



VALUES

1st
SECONDARY

**INTELIGENCIA
ESPIRITUAL**



 **SACO OLIVEROS**



HELICOCURIOSITY

ANALIZAR EL SIGUIENTE VIDEO: «SOLIDARIDAD ENTRE COMPAÑEROS»

Responde:

1. ¿Alguna vez sucedió lo mismo con algún compañero? ¿Qué hiciste al respecto?
2. ¿Por qué crees que es importante compartir?

GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y ESPIRITUALIDAD

Cuando nos referimos a la habilidad para manejar nuestras emociones, involucramos aspectos como la empatía, el autocontrol y la motivación. Ello nos hace más prudentes y socialmente más hábiles: la llamada inteligencia emocional, con la que podemos ser hábiles en el momento de entender a los demás. Pero este es también un paso previo a la espiritualidad que, en buena cuenta, nos hace más conscientes de nosotros y nuestro propósito en la vida. Se define como el grado de intimidad con el que se encuentra uno mismo y reflexiona sobre su rol en la vida propia y la influencia en su entorno. De esto se desprenden valores como el respeto, la piedad, la solidaridad, la generosidad entre otros.

Los individuos con la inteligencia espiritual desarrollada:

- ☐ Tienen capacidad de afrontar y trascender el dolor, así como también, el sufrimiento.
- ☐ Adquieren el poder de cambiar su destino.
- ☐ Mejoran su toma de decisiones.
- ☐ Toman riesgos, abrazan la vida.
- ☐ Viven el presente.



LA PIEDAD Y LA SOLIDARIDAD

Definimos a la piedad como la consideración a la vida del otro, no solo para salvar su existencia sino para ofrecerle calidad en su día a día. Se nutre de la compasión y respeto por los demás, por lo que es importante en nuestro establecimiento social.

La solidaridad es el valor por el cual nos desprendemos de nosotros mismos para ayudar al prójimo. Es la ayuda sin esperar nada a cambio, solo la satisfacción de que se pudo hacer un poco mejor la vida de los que más necesitan.

Es un interés genuino por el bien ajeno. No es dar una fracción de lo que se tiene, sino que se da uno mismo al servicio del prójimo. Se manifiesta de diferentes maneras:

PIEDAD

- Socorrer al desvalido.
- Cuidar y defender al débil.
- Apoyar al compañero que sufre bullying.
- Cuidar de tu hermanito menor.
- Perdonar las deudas u ofensas.



SOLIDARIDAD

- Hacer donaciones.
- Ayudar en programas de voluntariado.
- Ayudar a tu familia, tus hermanos.
- Apoyar a tu compañero.

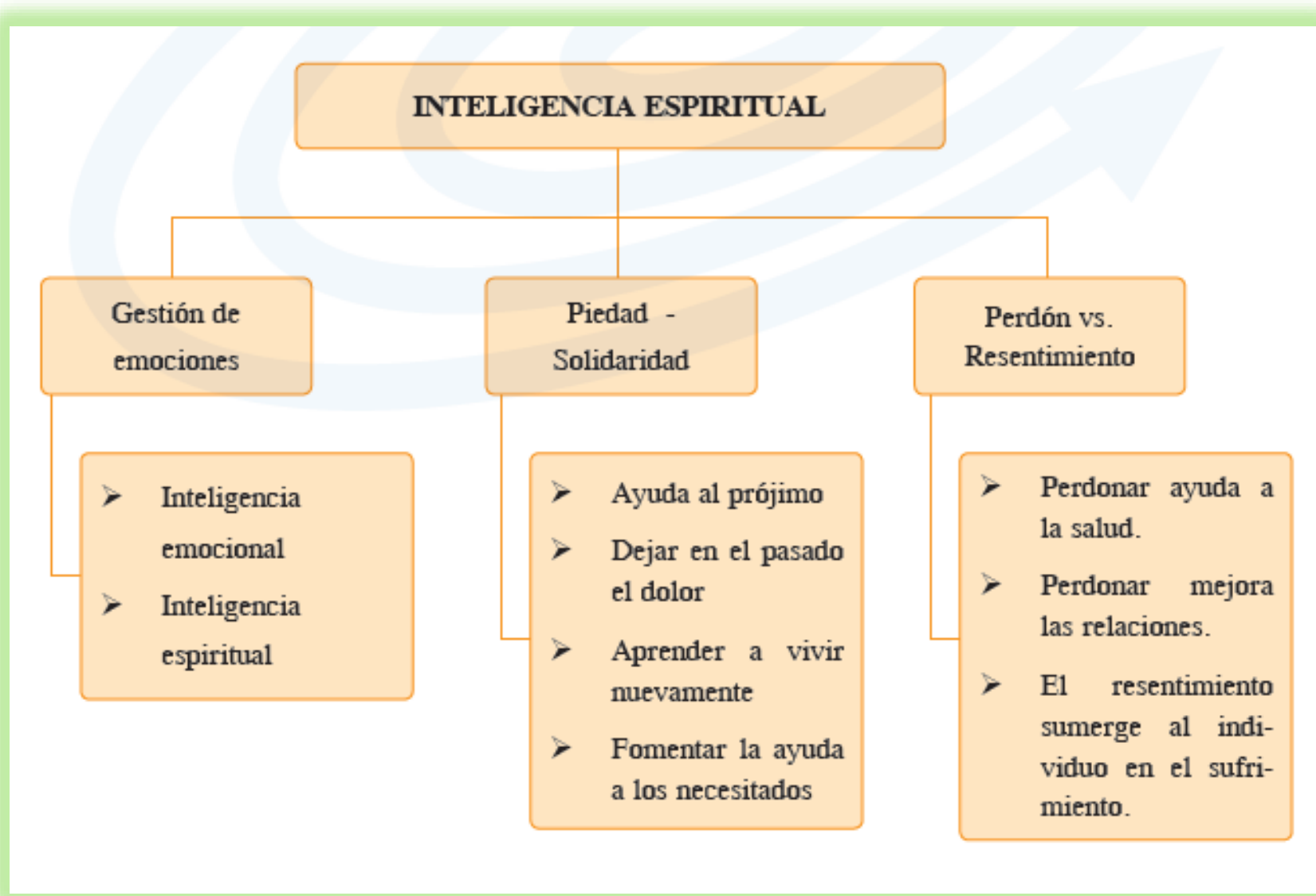
EL PERDÓN Y EL RESENTIMIENTO

El perdón es un acto de dejar atrás el dolor para dar paso al aprendizaje, abrazar la vida y dejar las culpas. No es que uno caiga en lo mismo al olvidar al que dañó, sino que se hace menos vulnerable, pero conservando la calidez y naturalidad de niño. Es un acto de amor a la humanidad.

El resentimiento es ese estado donde, ante la dificultad para olvidar el agravio, se conserva en la mente el dolor, para luego sumergirse en el sufrimiento. En el extremo, desemboca en la venganza. Este sentimiento daña el alma, encadena los pensamientos en el pasado y no permite vivir nuevas experiencias. El perdón permite sanar heridas, mientras que el resentimiento las mantiene abiertas, sostenidas por una equivocada idea de justicia.



HELICOSYNTESIS





1

Un acto de solidaridad:

- A) se realiza llevando cámaras y publicidad.
- B) tiene como interés un beneficio económico.
- C) es difícil, pues significa desprenderse de sí mismo.
- D) trata con inferioridad a quien recibe ayuda.

2

El resentimiento:

- A) permite aprender de los demás.
- B) nos lleva a la venganza y al odio
- C) es hacer justicia
- D) es saludable.





1. Danos una opinión de la historieta.

2. Completa las frases.

- Me molesta que:
- Tengo miedo que:
- Recuerdo que me entristece:
- Siento que la gente:

ABRAZOS



Practicaremos con nuestros compañeros. Una manera de descubrir que somos capaces de experimentar piedad y reconocer el rencor es en el contacto con los demás. Usaremos los siguientes abrazos:



ABRAZO EN FORMA DE A

Este abrazo se da de manera que no hay compromiso, hay distancia afectiva, de hecho se da entre conocidos (si es que se animan a darse un abrazo).



ABRAZO DE COSTADO

Es más cercano. Brinda confianza, se puede dar mientras caminamos. Ayuda a generar un ambiente de apoyo en las personas.



ABRAZO SÁNDWICH

Aquí se da mayor cercanía: uno al centro y dos que apachurran al costado. Se puede dar entre tres o más personas; consuela y brinda apoyo moral. Fortalece la sensación de grupo.



ABRAZO GRUPAL

Se da entre amigos. Festejamos, nos despedimos y animamos con esta clase de abrazos.



ABRAZOS



ABRAZO DE CORAZÓN

Se da con mayor confianza. Se hace juntando todo el cuerpo: se percibe incluso el latir del corazón.

Se da entre grandes amigos o cuando se ha compartido experiencias muy importantes.

Intenta realizar este abrazo con tu compañero de carpeta. Trata de percibir las emociones que genera en ti, las sensaciones en tu organismo (respiración, latidos del corazón).



TRABAJAMOS JUNTOS

COMPETENCIA:

El estudiante reconocerá y fortalecerá la importancia del trabajo en equipo en su entorno.

DESCRIPCIÓN:

El estudiante realizará en clase la siguiente sopa de letras, donde se resaltan términos sobre el trabajo en equipo.

RESPONDEMOS:

1. ¿El trabajo en equipo es importante en la familia? Explique.
2. Menciona tres recomendaciones para mejorar el trabajo en equipo en el aula.

D	G	K	E	A	P	X	E	E	T	H
E	I	C	V	S	D	I	V	M	O	F
R	P	K	M	E	C	A	A	P	L	A
E	K	E	E	R	O	M	L	A	R	S
C	A	S	R	T	N	I	U	T	R	E
H	C	C	E	I	F	S	A	I	A	L
O	T	U	S	V	L	T	C	A	N	X
S	I	C	P	I	I	A	I	J	C	W
K	V	H	E	D	C	D	O	J	I	F
E	A	A	T	A	T	B	N	N	A	M
I	N	C	O	D	O	J	B	N	R	Z

Términos

- a. Logrado
- b. Asertividad
- c. Evaluación
- d. Conflicto
- e. Escucha
- f. Activa
- g. Derechos
- h. Empatía
- i. Amistad
- j. Tolerancia
- k. Respeto



