

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA  
MINISTERIO DEL PODER POPULAR PARA LA EDUCACIÓN  
UE “LIBERTADOR BOLÍVAR”  
MIRAFLORES, ESTADO MONAGAS

**Docente:** Julia Ruiz

**Correo:** Lebasij24@hotmail.com



**Fecha:** 30/10/2020

**Sección:** 5to año “A” y “B”

**Tema indispensable:** Adolescencia y juventud sexualidad responsable y placentera.

**Tema generador:** La adolescencia, nuevas responsabilidades para el ejercicio pleno de la responsabilidad y la ciudadanía.

**Referente- teórico Práctico:** Resiliencia y relaciones interpersonales.

**Para:** Abigail...


**Fecha:** 24/04/2073

**De:** tu abuelita...

Mi querida nieta Abigail, he leído tus cartas y veo que has mejorado mucho en la escritura, me dijo tu padre que deseas estudiar letras como tu abuela, que ya está vieja y extraña a su viejito que sé que está muy orgulloso de ti, aunque debe estar jugando ajedrez con Dios. Como han pasado los años, desde aquella vez que naciste, un mes después cuando ya tus ojos se podían ver, tu abuelito se alegró mucho, porque heredaste mis ojos y mi forma de mirar, se emocionó tanto como cuando se enteró que iba a ser padre por primera vez y ahora mírate, en la última ocasión que te vi ya eras toda una señorita y muy pronto entrarás a la universidad. Un mundo que no es fácil que está muy lejos del mundo en que has vivido.


Cuando tu padre me dijo que ibas a entrar en la universidad y precisamente en la carrera de licenciatura en letras, de pronto sentí una alegría y nostalgia profunda, de aquellos recuerdos de mi juventud, cuando tenía tu edad, tan solo 17 años y que pensaba que iba encontrar a jóvenes iguales que yo, mi mayor sorpresa es que fui la más joven del grupo y la más madura pero la madurez es relativa de acuerdo a la realidad y experiencia que vive cada ser humano y de la educación y formación de la familia.

Encontrarás compañeros de clase con mayor edad pero la edad no dice la madurez, pendiente con eso. No hagas críticas de lo que desconoces pues cada ser humano es un mundo y se tiene que respetar, aunque no estés de acuerdo, es difícil luchar con las debilidades humanas, todos en algún momento pecamos.



Conocerás a buenas amigas y amigos pero también a personas maliciosas y envidiosas y la envidia es mala porque hace críticas para destruir lo que está a su alrededor. Te darás cuenta que no todos tienen una familia; un padre y una madre juntos, encontrarás a compañeros de estudio con hijos, divorciados, casados y con muchos conflictos, conflictos que no son sanos para una muchacha de tu edad, aléjate de esos conflictos. Posiblemente, tus amigas también sean de padres divorciados, te darás cuenta de la manera de pensar de cada uno de ellos, te sentirás rara en un mundo tan conflictivo y tan fuera de lo “normal” porque tu mundo es muy diferente al de ellos.

Tropezarás en la vida con personas que dicen conocerte pero dan juicios erróneos de lo que eres, solo tú te conoces, tu familia y tus verdaderos amigos, aléjate de esas personas que dicen conocerte y hablan de ti y dan un valor esquivado de lo que eres, acuérdate que cada individuo mira de acuerdo a su cristal, después andan arrepintiéndose de lo que dicen. Verás, en tu camino habrá personas que te juzgarán y hablarán mal de ti como también cosas buenas, no hagas caso a los comentarios mal intencionados, ten fe en lo que eres y en lo que serás, no en lo que te dicen o en lo que quieren que te conviertas. El tiempo y tus acciones definirán quién eres. Oirás consejos muy malos y otros muy buenos que te ayudará a analizar a la persona que te lo dice y darte cuenta de sus intenciones. Las palabras, Abigail, son dañinas y el mundo da muchas vueltas, ten cuidado y sé precavida, no hagas caso a palabras cizañosas que dicen que eres hipócrita o que eres una santa, muchas veces esos dos enunciados irónicos hacen que cometamos muchas equivocaciones, por no tener claro nuestras prioridades. Hay individuos que conocen a personas puras y entonces quieren ensuciarlas porque juzgan por su propia condición y sus propios errores, no asimilan que hay personas con una formación y valores distintos a ellos.




Entrarás a la universidad con la ilusión de encontrar un mundo parecido al tuyo pero no es así, cuando conozcas a tus profesores te darás cuenta de lo que te digo, creemos que son perfectos y se llenan la boca dando clase de moral y de ética cuando muchos de ellos no la tienen.

No juzgues a las personas por su manera de pensar, de vestir e ideología, dependiendo de estos aspectos te darás cuenta que cada ser humano tiene su historia y a través de esa historia crea su educación, su moral, su ética y formación, eso no quiere decir que están equivocados sino que tienen su propia perspectiva de mundo, su verdad y lo que ellos consideran real, de acuerdo a sus experiencias, ahí es cuando tú tienes que ser firme y conservar la convicción de tu vida, tu mundo y tu verdad, no permitas que las frustraciones y el mundo de otros, corrompan el tuyo, porque la vida también te otorgará a personas de tu mismo mundo.

Cuando un ser humano convive con lodo cree siempre que el mundo entero también está formado de lodo, pero eso no es así, hay cosas hermosas en la vida y que tú descubrirás.

El amor, Abigail, es tan extraño como los diferentes puntos de vista de la creación que no se sabe cómo ni cuándo. Una vez tu abuelito me regaló unas rosas rojas que vimos en el vivero de Caripe, me antojé de esas rosas, así que la sembré en el jardín que creamos juntos, las cuidaba mucho, las regaba, les compraba abono pero al final a pesar de los esfuerzos que hice para que se mantuviera viva, se secó porque la tierra de mi jardín no era apta para las rosas, entonces tu abuelo me regaló unas gardenias y ahí están, mis hermosas gardenias que se conservan tan vivas y esplendorosas como el amor que conservo de tu abuelito.





Así es el amor, encontrarás en tu camino a hombres que querrán sembrar en tu jardín, pero, que por más que intenten sembrar no cosecharán nada, en cambio, encontrarás a uno que no hará nada para sembrar en su jardín ni en el tuyo pero que espontáneamente y sin permiso alguno crecerá un gran árbol igual al roble, fuerte y eso se llamará Amor, como el amor a tu abuelito.

Mi querida Abigail, la vida no es fácil, encontrarás momentos tormentosos, tristes pero también alegres, la vida te quitará pero también te dará. Se fuerte, valiente, leal y sobre todo mantén presente tus valores, nunca decaigas a pesar de lo duro que la vida pueda ser contigo en determina circunstancia.

Disfruta esta etapa, que es hermosa, ya eres bachiller, ahora, las decisiones son tuyas, tus aciertos y tus errores.

Atentamente  
tu abuelita

# Sabias que!!!

La carta es un texto epistolar que permite expresar nuestras emociones y sentimientos hacia un ser querido.

## **La Resiliencia y las relaciones interpersonales,**

El cuál es un proceso de buena adaptación frente a la adversidad, el trauma, la tragedia y amenaza; ante significantes fuentes de estrés tales como familia, problemas de relación, problemas serios de salud, o situaciones estresantes en el lugar de trabajo, y problemas económicos entre otros. Las emociones pueden ser positivas o negativas. Una persona que mayormente sienta emociones positivas experimentará bienestar y confianza en sí mismo, así como en el entorno, lo que facilitará sus relaciones interpersonales. Buena comunicación.

Una buena comunicación facilitará las relaciones con los demás.

Respecto al área interpersonal, la inteligencia emocional juega un papel primordial en el establecimiento y construcción de las relaciones con el otro.

Las personas emocionalmente inteligentes tienen la habilidad de percibir, comprender y manejar las emociones en la propia experiencia y en la interacción con los demás.

## **¿Cómo afecta en los demás?**

Se sienten bien consigo mismos y tienen relaciones saludables. Sin embargo, muchas cosas que suceden en su vida pueden perturbar su salud emocional. Esto puede llevar a fuertes sentimientos de tristeza, estrés o ansiedad. Incluso los cambios buenos o deseados pueden ser tan estresantes como los cambios no deseados.

## **¿Cómo influye en la familia?**

Las emociones, van a definir nuestra forma de actuar en las interacciones sociales y en la relación afectiva, y en nuestras relaciones familiares. Un estado emocional positivo favorecerá nuestras relaciones y facilitarán que éstas sean más fluidas y constructivas.

## Actividad

Realiza una carta para una persona importante en tu vida.

**Escribe desde lo positivo, escribe palabras alentadoras, desde el amor y con optimismo hacia las adversidades.**

Redacta la carta con un mínimo de una pagina en tres párrafos de 10 líneas cada una, máximo de páginas 3 y mínimo de páginas 1.

Luego de realizar tu carta léela y grábala en un podcast o nota de voz.

La redacción de la carta tiene una ponderación de 20 puntos.

El podcast tiene una ponderación de 20 pts.

### ¿Qué evaluaré?

#### Del texto escrito:

Coherencia, cohesión,  
ortografía



Estaré asesorando en el Aula chat y te mostraré un podcast para que veas una referencia.

#### Del podcast

Entonación, tono de voz,  
pronunciación.