

**Jueves
11
de noviembre**

**3° de Secundaria
Formación Cívica
y Ética**

Decidir para transformar

Aprendizaje esperado: Valora la dignidad y los derechos humanos como criterios éticos para ejercer la libertad y autorregularse tanto en el plano personal como social.

Énfasis: Reflexionar sobre el uso de su libertad para incidir en la transformación de su entorno.

¿Qué vamos a aprender?

En esta sesión se verá cómo ejercer la libertad para incidir en la transformación de su entorno.

Ten a la mano tu cuaderno y bolígrafo para hacer notas de tus reflexiones o dudas respecto al tema.

¿Qué hacemos?

¿Te has fijado que la mayoría de las acciones que haces todos los días están regidas por la libertad para decidir? Quizá no, porque desde que se nace se goza de ella, y es probable que no se valore porque piensas que “eso es normal”.

De manera cotidiana decides cómo te peinas, las palabras que utilizas para expresarte, la manera en que te relacionas con tus amigas y amigos, entre muchas otras situaciones que dependen de ti.

En esta ocasión, se analizará cómo se concretan esas decisiones en acciones que pueden incidir en la transformación del entorno. Una de las características más importantes del ser humano es que quiere hacer cosas y que hace las cosas que quiere; es decir, es un ser que actúa.

¿Qué significa actuar para ti?

No sólo es ponerse en movimiento: brincar, caminar, hablar; también implica pensar, reflexionar y regularse para transformar tu entorno. La acción es una forma de responder ante las necesidades del entorno, un ser activo transforma la realidad misma.

¿Consideras que se puede actuar de cualquier manera?

Todo lo que haces tiene repercusiones, favorables o desfavorables. Si continúas tus estudios a nivel profesional, si decides practicar deporte, la manera en que te alimentas; aunque hay también muchos mensajes a tu alrededor motivándote a que hagas algunas cosas, consume, compra o piensa de determinada forma. Debes tener presente que la decisión es tuya, pero siempre habrá consecuencias en tus actos.

Responde en tu cuaderno ¿qué opinas de las decisiones que tomas y sus efectos o consecuencias?

Observa qué piensa un grupo de estudiantes adolescentes como tú.

- https://youtu.be/3mQJF8yQu_w

Del inicio al segundo 00:16

- <https://youtu.be/PgWiop5fZO8>

Tus compañeras y compañeros comentaron la manera en que perciben las consecuencias de sus actos. Algunas veces decides para resolver algo o para obtener algo, pero también se mencionaron las consecuencias de los actos.

Aunque debes tomar en cuenta que el hecho de realizar acciones que se consideran como “correctas” no siempre lleva a los resultados esperados, por diversas razones; por ejemplo, es posible que sean correctas para ti, pero no para las y los demás. El término correcto trae consigo muchos aspectos que deben considerarse, como la cultura, la sociedad, tus valores y creencias.

Cuando te sientas confundido en tu forma de actuar puedes tomar en cuenta los derechos humanos como referencia para decidir lo que es deseable y no.

Pero antes de profundizar en ello, escucha al psicólogo educativo Ignacio Ramírez González, quien tiene una amplia experiencia en estos temas. La pregunta es:

¿Cómo se puede apoyar a las y los adolescentes para tomar decisiones, considerando que éstas pueden tener consecuencias irreversibles en su vida?

El ejercicio de la libertad implica tener en cuenta la responsabilidad, la empatía y la autorregulación, pero, en el fondo, lleva a la pregunta ¿cuál es la finalidad de lo que haces? Uno de tus compañeros, en el video, decía que para resolver algo o para obtener algo. ¿Tú para qué ejerces la libertad?

Como sabes, tienes derecho a la libertad, pero debe de ser razonada, pues las decisiones que tomas no sólo te afectan a ti, sino a tu familia y a las personas cercanas, tanto de forma positiva como negativa.

Un ejemplo de un joven que quiso ser doctor trabajó duro para ello, y regresó a su comunidad para ayudar a su gente. Hoy, ese lugar goza de salud, gracias a la decisión que tomó aquel adolescente de lo que quería ser y lo que consiguió con muchos esfuerzos.

Piensa también en el caso de las y los jóvenes que deciden delinquir, tal vez no lo supieron desde el inicio, pero es posible que las personas que les rodean no se sientan tranquilas y tranquilos, que se angustien por lo que pueda pasarles o que a veces se alejen. Por eso es importante pensar en el entorno dónde vives.

Anota en tu cuaderno, qué opinas de la afectación que puede existir, al no pensar en las y los demás cuando tomas decisiones personales.

Observa qué respondieron a esto algunas y algunos jóvenes.

- <https://youtu.be/u7xeAUE0TDU>

Fragmento 00:26 al 00:32

- <https://youtu.be/PgWiop5fZO8>

Tus compañera y compañero asumen que las decisiones que toman impactan en las personas que les rodean. También son conscientes de que no siempre tendrán los resultados esperados, pero que pueden aprender para no repetir sus errores.

Las y los jóvenes, como todas las personas, toman decisiones razonadas, aunque hay ocasiones en que las emociones o las circunstancias nos inhiben para que puedas tomar un momento para la reflexión. Debes aprender a ser cada vez más consciente de tus actos.

También hay decisiones que pueden parecer poco significativas, pero que dejan ver el cuidado que tienes de las demás personas.

La manera en que tomas decisiones, permitirá que puedas ejercer una libertad en armonía con el entorno. Esto tiene que ver con el ejercicio de la libertad, ¿ves que no se trata sólo de hacer lo que uno quiere?

Pero otro criterio que debes tomar en cuenta es el respeto y ejercicio de la dignidad, ¿recuerdas qué significa?

La dignidad es la cualidad propia de la condición humana de la que emanan los derechos fundamentales, junto al libre desarrollo de la personalidad.

Una persona digna es íntegra, da respeto y lo recibe, no acepta ni permite humillaciones, busca la manera de garantizar su crecimiento y desarrollo de manera integral y saludable.

Pero esto no se logra en automático, sólo con pensarlo o desearlo, es necesario incidir en el entorno social y natural, poniendo en juego tus conocimientos, capacidades y talentos para defender tu dignidad.

Piensa en alguien que, bajo el influjo de alguna droga, provoca un accidente o se comporta de manera violenta, ¿afecta sólo su dignidad? No, afecta también la dignidad de otras personas. Se trata de un ejercicio de la libertad carente de reflexión, respeto y empatía.

Anota y responde las siguientes preguntas en tu cuaderno.

¿Alguna persona ha intentado transgredir tu integridad o tus derechos humanos?
¿Conoces algún caso? Si es así, ¿qué solución le has dado?

Observa qué dicen tus compañeras y compañeros.

- <https://youtu.be/h6XXMVxHfsY>
- <https://youtu.be/PgWiop5fZO8>

Fragmento 00:27 al 00:56

¿Qué te parece? Las respuestas hacen ver la importancia del respeto a la dignidad, comentan de casos que se pudieron resolver, pero también expresan la necesidad de que todas las personas, en especial padres o madres de familia y adolescentes, participen con acciones muy concretas en la solución de un problema en el país, que es la violencia hacia las mujeres.

Elabora un sondeo con tres mujeres que sean de tu familia, pregúntales lo siguiente:

- ¿Has sentido temor o angustia en los últimos meses?
- ¿Cuáles son los lugares donde te sientes más segura?
- ¿Qué podrías hacer para ayudar a otra mujer si no se siente segura?

Después de tu sondeo, responde en tu cuaderno: Tomando en cuenta el ejercicio de la libertad, ¿qué propones para que todas y todos vivamos una vida libre de violencia?

Es importante el cuidado de sí mismo. Que cuides de sentirte bien y si sucede algo que te haga sentir mal, que consideras una transgresión, y hagas lo posible para que lo puedas resolver. Una forma es acudir a alguien con autoridad; otra es hablar directamente con la persona. Habría que tomar en cuenta las condiciones, el tipo de violencia o las posibilidades de un acuerdo, pero, sin duda, es importante que comprendas que el ejercicio de la libertad no justifica transgredir la dignidad de alguien. Debes de ser libre y responsable

Estás pensando que no es tan fácil, porque existen muchos factores para lograr esa libertad responsable de la que se habló. Sobre este tema, se mencionará brevemente la autorregulación.

Esta tiene que ver con que te conozcas y poder controlar esos impulsos que en ocasiones hacen que te molestes, o que tomes malas decisiones. tú eres quien se ponen límites, te debes saber comunicar con los demás de una manera clara y asertiva, para no entrar en conflictos

Un consejo es que pienses bien las cosas antes de actuar, tómate tu tiempo para pensar. No te dejes presionar

Realiza un ejercicio:

Dibuja una balanza en tu cuaderno y coloca del lado izquierdo las buenas decisiones que has tomado en tu vida y del lado derecho las malas, enumérenlas. ¿A qué lado se inclinó tu balanza?

Ahora, debajo de tu balanza, anota una serie de acciones que debes realizar para mejorar lo que se fue del lado derecho, ¿de qué manera se pueden autorregular?

Observa tus compañeras y compañeros para que te digan cómo se autorregulan.

- <https://youtu.be/CD2HSXKHfG0>
- <https://youtu.be/PgWiop5fZO8>

Fragmento 1:00 al 01:05

Es interesante la respuesta de las y los estudiantes, encuentran que la autorregulación tiene que ver con la empatía, con el control de las emociones y la búsqueda de soluciones. Esto es importante, aunque también hay otros aspectos que se pueden considerar.

Se trata de los derechos de las personas, es importante que los tengas presentes. Cuando alguien quiere ejercer su libertad puede buscar, de muchas maneras, el logro de sus propósitos, pero en ese trayecto afectar a otras personas.

Un ejemplo muy claro es cuando se juega fútbol o basquetbol. El propósito de ambos juegos es anotar más puntos para ganar un partido. Quienes juegan ahí saben ese propósito y buscan lograrlo, pero a veces, en ese ánimo se rompen las reglas. ¿Para qué sirven esas reglas?

En ambos casos, las reglas buscan proteger a las y los jugadores; si no hubiera reglas las personas podrían lastimarse entre sí, con el fin de ganar un partido. Las reglas son un apoyo para la autorregulación en estos deportes.

En la vida cotidiana, la autorregulación tiene que ver con los valores que se han desarrollado, el conocimiento de los derechos de otras personas y la búsqueda de una convivencia armónica.

¿Si todas las personas considerasen esto, habría violencia?

El Reto de Hoy:

Puedes darte cuenta de que al decidir puedes favorecer una mejor convivencia en el entorno. Ya sea al saludar, al ofrecer un trato amable o cuando estableces límites a las personas para que les respeten.

Pero también pueden favorecer tus derechos y el entorno cuando tomas decisiones que son importantes en tu vida. Aunque a veces puedes hacer un alto, si es necesario, para saber si seguirás por ese camino o debes cambiar la ruta. Es importante analizar pros y contras, no elijas siempre lo más sencillo, ya que no siempre es la mejor elección.

La libertad, al igual que otros derechos humanos, ha sido una conquista por la que han luchado muchas personas y grupos a lo largo de la historia. Es importante que hagas efectivos tus beneficios, que realices acciones de conocimiento, defensa y ejercicio de los derechos humanos que contribuyan a mejorar el entorno social y natural del lugar donde vives.

Toma en cuenta la importancia de que tus decisiones no sólo repercuten en ti, sino que pueden trascender en la vida de tu familia y/o quienes te rodean, incluso hasta en la comunidad donde vives.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/>