

**Miércoles  
02  
de febrero**

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

*El ejercicio de la libertad en una  
balanza*

**Aprendizaje esperado:** *ejercicio responsable de la libertad.*

**Énfasis:** *valorar la dignidad, los derechos humanos y el ejercicio de la libertad.*

**¿Qué vamos aprender?**

En esta sesión, realizarás una recapitulación del tema del ejercicio responsable de la libertad. Analizarás la importancia del ejercicio de la libertad y se analizarán algunos casos.

Lo que se va a utilizar esta sesión es tu cuaderno para anotar los puntos importantes de esta sesión.

¿Conoces a alguna persona dispuesta a perder su libertad por expresar sus ideas?

En la historia hay varios casos conocidos de personas que pasaron por esta situación debido a que decidieron expresar sus ideas, rebelándose ante situaciones injustas, sin importar que por esta causa perdieran su libertad.

Es el caso de Ngawang Sangdrol, una monja tibetana que a sus 13 años de edad asistió a una manifestación exigiendo la independencia del Tíbet. Ngawang fue puesta en arresto, después fue enjuiciada. Estuvo presa por el gobierno durante nueve meses.

Cuando la liberaron, le prohibieron reintegrarse a su monasterio, pero ella decidió hacerlo. La arrestaron nuevamente por participar en una manifestación y le dieron de sentencia 3 años de cárcel.

Ngawang, estando en prisión con otras monjas budistas, grabó canciones de protesta, lo que le mereció una nueva pena, esta vez por 6 años. Actualmente, Ngawang es analista y activista en derechos humanos.

¿Conoces alguna persona o grupo que realice acciones a favor del derecho a la libertad?

El derecho a la libertad forma parte de los derechos humanos. Son muchas las personas, grupos y naciones los que han trabajado a lo largo de los años en defensa de los derechos humanos y las libertades fundamentales, una de ellas es, como se mencionó, Ngawang Sangdrol; en su tiempo, también Mahatma Gandhi, Oskar Schindler, Nelson Mandela y Martin Luther King dedicaron su vida a defender la igualdad, la libertad y el respeto a los derechos humanos de las personas.

Los derechos humanos se refieren a los principios que protegen la dignidad de las personas, mismos que se ven reflejados en las leyes que se establecen en algunas naciones.

La dignidad humana es el derecho que tiene cada persona de ser valorada en lo individual y social, de contar con la igualdad de circunstancias para su desarrollo, respetando sus características y condiciones particulares por el solo hecho de ser persona.

Para que las personas vivan con dignidad, se necesita que cuenten con las condiciones efectivas y materiales necesarias para tener seguridad y bienestar en todos los aspectos de la vida, física, social, política, económica y culturalmente hablando, como garantías del crecimiento y desarrollo.

Hubo un tiempo en que se discutió si todas las personas estaban dotadas de razón. Hoy es claro que todas y todos tienen la capacidad de aprender, reflexionar y generar ideas.

Esto permite, entre otras cosas, saber, entender y respetar lo que piensan y sienten las y los demás, por lo cual no puedes cerrar los ojos ante las personas que tratan a otras y otros de manera desigual en su día a día.

Tienes que valorar la dignidad propia y de las y los demás, porque es el fundamento de los derechos humanos. Esto hará que se respete también la libertad de otras personas y que nadie quiera propasarse con otras y otros simplemente porque los considera "inferiores". A esto se le conoce, sencillamente, como discriminación, y lo que hay que favorecer es el respeto.

Es importante que entre las personas impere el respeto a la dignidad y los derechos humanos, pero también que los gobiernos los tomen en cuenta y garanticen su ejercicio.

Aunque que para cada persona son distintas las circunstancias sociales, políticas, culturales y la propia historia de vida, no hay motivos para que las diferencias deban considerarse como un obstáculo para que seas respetuosos con las y los demás.

Favorecer el respeto a los derechos humanos demanda de los gobiernos realizar determinadas acciones para garantizarlos y les impide hacer otras que vulneran los derechos de sus ciudadanos. Es por ello que las personas tienen la responsabilidad de hacer valer sus derechos y de respetar los derechos de las y los demás.

## ¿Qué hacemos?

Una persona con dignidad puede cubrir sus necesidades básicas y ejercer sus derechos, uno de los cuales es el derecho a la libertad, la cual debe ejercerse con responsabilidad, sin intentar propasarse con otras y otros. observa el siguiente video del inicio al 02:55, en él se aborda qué es la libertad y de qué manera puedes ejercerla.

### **1. El derecho a la libertad visto por jóvenes y adolescentes**

<https://youtu.be/wFfKCNMzvm0>

En el video se destaca qué es la libertad y la manera en que ésta se relaciona con otros derechos. Por ello se debe subrayar que, al coartar cualquier derecho, se afecta también la libertad de las personas.

Para ejercer con responsabilidad tu libertad, es necesario pensar de manera crítica, tomando en cuenta los derechos de otras personas. Pero también se puede basar en consejos de personas que buscan el bienestar de ti y el de las y los demás. Escuchar otras opiniones, contrastarlas con lo que piensas y analizar las posibles consecuencias, te permitirá tomar decisiones responsables.

También hay casos de personas que quisieron ejercer su libertad y encontraron oposición en grupos o personas, regularmente con más poder. Desigualdades como estas han generado movimientos sociales que buscan el ejercicio de los derechos; algunos han tenido repercusión en el mundo. Un ejemplo de cómo se defiende el derecho a la libertad y los derechos humanos es el caso de Malala Yousafzai,

adolescente paquistaní que lucha por defender los derechos de niñas, niños y adolescentes.

En Pakistán, las niñas tenían prohibido asistir a la escuela, por ello no tenían acceso libre a la información y a la educación, de esa manera se estarían afectando los derechos a la libertad, la igualdad y a la educación de las niñas pakistaníes.

El caso de Malala es importante porque la acción de una adolescente tuvo consecuencias a nivel internacional. Como ya sabes, a Malala le gustaba asistir al colegio y aprender, pero un día, un grupo de extremistas radicales, conocidos como talibanes, tomaron el control del lugar y prohibieron que las niñas asistieran al colegio. Como respuesta, Malala creó un blog para enterar al mundo sobre cómo es que a las niñas se les había revocado el derecho a estudiar.

Como consecuencia, la joven vivió un atentado que la dejó gravemente herida. Tras su recuperación, con ayuda de su padre, Malala abrió una fundación, cuyo propósito es brindar oportunidades a todas las niñas para alcanzar sus metas. En 2014 recibió el Premio Nobel de la Paz.

Pero es probable que, si se habla de una chica de Pakistán, a la cual se le dio el Premio Nobel de la Paz, lo veas como algo lejano; sin embargo, los derechos humanos están vigentes en todo el mundo y también en México. Observa los siguientes videos de quienes hablan de situaciones de adolescentes como tú, a quienes les han sido vulnerados sus derechos humanos.

## **2. Ricardo**

<https://youtu.be/bBvnNjxhG2U>

Del segundo 00:45 a 01:03

## **3. Héctor.**

<https://youtu.be/PgWiop5fZO8>

Del segundo 00:37 a 00:57

## **4. Isabela**

<https://youtu.be/h6XXMVxHfsY>

## **5. Valentina**

<https://youtu.be/QIHTI6DFF74>

Del segundo 00:45 a 01:02

Distintos, pero, sobre todo, son hechos verídicos que cuentan tus compañeras y compañeros acerca de la realidad mexicana, en la que las personas son violentadas en sus derechos y libertades.

Entonces, los derechos humanos tienen como fin proteger la dignidad de las personas y su derecho a la libertad, para que nada, ninguna idea o acto, denigre su

integridad. Por el contrario, hay muchas situaciones en la vida cotidiana en que la dignidad de las personas puede estar en juego si no se actúa con respeto y reconoces que tus derechos deben ser protegidos.

Ignacio Armando Ramírez González es psicólogo educativo con una gran experiencia en trato con jóvenes. Él comenta qué hacer en caso de que sientas que están transgrediendo tus derechos humanos. Observa el siguiente video del minuto 00:12 a 2:30

## **6. Armando. Especialista pregunta 1**

<https://youtu.be/VbRIJFUgujQ>

¿Conoces algún caso en donde estén siendo violentados los derechos humanos? Quizá en tu casa, en la colonia, en la escuela. Anótalo en tu cuaderno. El derecho a la libertad implica la capacidad para pensar, creer, expresarse y hacer elecciones con base en la propia conciencia, necesidades y preferencias. Saber elegir con responsabilidad es un valor que favorece el desarrollo pleno.

También hay que comprender que cuando se habla de libertad, tiene que ver en la toma de decisiones; al ejercerla es posible, en ocasiones, decidir de manera equivocada. Debes aceptar que algunas veces se toman decisiones sabiendo que repercutirán negativamente en otros aspectos de la vida.

Todo lo que se hace tiene repercusiones, favorables o desfavorables. Por ejemplo, puedes decidir si continúas estudiando con el objetivo de concluir una carrera profesional; puedes decidir practicar un deporte y la manera en que deseas desarrollarte. Aunque también debes considerar que hay muchos mensajes a tu alrededor que te van a motivar a realizar algunas cosas, consumir, comprar o pensar de determinada forma. Debes tener presente que la decisión es tuya, pero siempre habrá consecuencias en tus actos.

Observa que opinan Ricardo, Héctor, Isabela y Valentina de las consecuencias de sus actos.

## **7. Ricardo**

<https://youtu.be/bBvnNjxhG2U>

Del segundo 00:04 a 00:14

## **8. Isabela**

[https://www.youtube.com/watch?v=3mQJF8yQu\\_w&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=3mQJF8yQu_w&feature=youtu.be)

## **9. Héctor**

<https://www.youtube.com/watch?v=PgWiop5fZO8&feature=youtu.be>

Del inicio a 00:12

## **10. Valentina**

<https://youtu.be/QIHTI6DFF74>

Del segundo 00:07 a 00:16

Tus compañeras y compañeros tienen muy claro que siempre van a tener consecuencias sus actos, tanto de forma positiva como negativa; es importante tenerlo claro.

En el ejercicio de la libertad es importante asumir que, cuando se ponga en práctica, conviene buscar que tenga consecuencias positivas y evitar las negativas. Aunque cueste mucho trabajo o exista presión social, de verdad, no hagas cosas que te acarreen malestar. La libertad es hermosa cuando se lleva a cabo conscientemente y con responsabilidad.

Existen muchos factores para lograr esa libertad responsable de la que se habla. Al respecto, abordarás brevemente la autorregulación.

Ésta tiene que ver con aprender a establecer límites propios y distinguir cuándo y cómo usar la libertad en favor de la construcción de entornos sanos, respetuosos y libres de violencia. Implica conocer y poder controlar esos impulsos que, en ocasiones, hacen que te moleste o que tomes malas decisiones. Tú eres quien se ponen límites. Debes aprender a comunicarte con las y los demás de una manera clara y asertiva, para no entrar en conflictos.

Piensa bien las cosas antes de actuar, tómate tu tiempo para pensar. No te dejes presionar

Realiza la siguiente actividad. Dibuja una balanza en tu cuaderno. Coloca del lado izquierdo las buenas decisiones que has tomado en tu vida. Coloca del lado derecho las malas. Enumera las decisiones en cada lado de la balanza, ¿a qué lado se inclinó tu balanza?

Debajo de tu balanza anota una serie de acciones que debes realizar para mejorar lo que está del lado derecho. ¿De qué manera se pueden autorregular?

El especialista Ignacio Ramírez comenta acerca de tomar decisiones, lo que en el conocimiento de la libertad podría jugar en contra o a favor. Observa el siguiente video. Del minuto 00:21 al 02:22

## **11. . Armando. Especialista. Pregunta 2**

<https://youtu.be/yPDJK-S2PW0>

Comenta algo que es importante: se causa, no efecto de las cosas que pasan en tu vida. ¿te has encontrado con esos dos personajes que menciona Ignacio? Por un lado, el viejito sabio, y el otro, el niño que siempre quiere hacer travesuras. A veces es difícil tomar el buen consejo, pero piénsalo, puede ser que la decisión que tomes una sola vez te pueda implicar tener una pesada carga para toda la vida.

Puede ser difícil tomar las mejores decisiones, sobre todo, cuando la diferencia entre hacer una cosa u otra parece poco relevante. En estos casos se trata de un dilema. Es una situación difícil de resolver porque, aun cuando hay varias alternativas de solución, no se sabe cuál de ellas escoger y las consecuencias de cada alternativa son igualmente deseables o complicadas.

Un dilema puede ser real, es decir, un suceso de la vida cotidiana, o ficticio, dicho de otra manera, imaginario. En ambos casos, encontrar su solución permite poner en práctica los criterios éticos y juicio moral.

Un ejemplo. Alicia quería estudiar la universidad, pero para ello tendría que ir a vivir a la ciudad y dejar a su familia. Esto representaba que su papá se molestara porque en esa localidad se piensa que las mujeres no pueden vivir solas, menos aún salir del pueblo sin haberse casado.

Para Alicia es un dilema porque desea tener el aprecio de su papá y que no esté molesto. Pero también quiere estudiar la universidad, aunque en su localidad se vea mal.

Se puede ver como un dilema: lo bueno para su papá es malo para Alicia. Lo bueno para Alicia es malo para su papá.

## **El reto de hoy:**

Escribe una carta o graba un audio aconsejando a Alicia. Ayúdala a reflexionar:

¿Cómo puede hacer para cumplir su sueño y no ser rechazada por la comunidad o su papá? Toma en cuenta lo que ahora sabes sobre la libertad, los derechos humanos y la dignidad.

Compártelo más adelante con tu familia, personas cercanas y con tu profesor o profesora.

¿Qué te pareció esta breve recapitulación de la libertad en donde se involucran los derechos humanos, los valores y la dignidad humana? La libertad hace que el juicio ético salga a flote al momento de tomar decisiones; de esta manera, si las decisiones son correctas, el entorno cambiará de forma positiva.

Si tienes dudas del tema, pregúntale a tu profesora o profesor de grupo, acércate con un familiar, amiga o amigo de confianza y comenta lo que te pasa, consulta tu libro de texto donde se amplían algunos aspectos del tema. Ahora sabes que tienes derechos y hay que hacerlos valer.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**

**Para saber más:**

Lecturas

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