

## 2. Somos personas con dignidad y derechos

Sesión  
1



La abolición de la esclavitud en las colonias francesas en 1848 del pintor francés François-Auguste Biard (1799-1882) plasma el reconocimiento de la dignidad humana.

### ■ Para empezar

En este momento de tu vida parte del autoconocimiento implica reconocerte como adolescente que vive cambios y tiene nuevas capacidades. Asimismo, eres una persona con dignidad y derechos, que convive con otras personas también dignas y con derechos.

Como inicio del trabajo responde:

- ¿Qué es tener derechos?
- ¿Por qué es importante para tu vida personal y tus relaciones de convivencia?
- ¿Qué significado le das a la frase “respetar la dignidad de una persona”? Piensa en un ejemplo.

Para avanzar en el conocimiento y cuidado de uno mismo es indispensable reflexionar sobre el significado de la dignidad humana y lo que implica ser sujeto de derechos.

Actividad ▶

### 1. Retoma el relato autobiográfico que comenzaste anteriormente y responde:

- a) Si alguien lo lee, ¿podría reconocer tus valores y cualidades? ¿Por qué?
- b) Reflexiona un poco más sobre lo que te caracteriza. Completa el siguiente cuadro.

	Sí	A veces	No	¿Por qué?
Reconozco mis cualidades y me valoro				
Respeto a los demás y pido que me respeten				
Siento que merezco un buen trato				
Defiendo mi derecho a ser como soy				
Me cuido para evitar acciones que me dañan				

- c) Más adelante ocuparás este cuadro para realizar otra actividad.

## ■ Manos a la obra

### El significado de la dignidad humana

A lo largo de la historia los seres humanos han modificado la manera en que se definen a sí mismos y cómo explican lo que significa vivir dignamente. Para comenzar a indagar en el tema, responde las siguientes preguntas:

- ¿Qué se necesita para decir que una persona lleva una vida realmente humana?
- ¿Qué es lo que nadie debería aceptar que se haga a otro ser humano?
- ¿Todas las personas deberían recibir el mismo trato?

Las respuestas a estas y otras preguntas han sido diversas y a veces opuestas. Por ejemplo, algunas naciones han argumentado que invadir y conquistar otros territorios es necesario pues las personas nativas o indígenas no son humanos y necesitan que los eduquen y gobiernen. Se les consideraba salvajes y, por lo tanto, se creía que era correcto dominarlos. Lamentablemente todavía hay muchas personas que piensan de esa manera.

Sin embargo, los abusos y actos inhumanos en todo el mundo han despertado la conciencia de personas y pueblos que han manifestado que no cualquier forma de vida y de trato son aceptables, que los seres humanos tienen un valor y no pueden ser vistos o usados como objetos. Este pensamiento está relacionado con un concepto al que regresarás constantemente a lo largo de esta asignatura: la dignidad humana.



La esclavitud era considerada válida porque la calidad de “humano” era sólo para unos cuantos.

#### Actividad ▶

### 2. Lean en voz alta el siguiente texto.

#### ¿Qué es la dignidad humana?

Una forma de definir la dignidad humana es el valor que cada persona tiene y que debe ser respetado en todo momento. La dignidad es un valor que no depende de ninguna condición física, intelectual o moral, es un atributo ligado a la existencia humana. Para que esto suceda deben reunirse ciertos factores que permiten hablar de una vida realmente humana.

Por una parte hay *factores biológicos* y entonces se puede decir que tener vida significa respirar, que el corazón lata, que los distintos órganos funcionen y que la persona se nutra.

Pero también hay *factores que dependen del ambiente social y de la convivencia*; por ejemplo el alimento, un hogar, recibir y dar aceptación y afecto, tener libertad y vivir con seguridad.

a) Retomen el cuadro de la página 26 y respondan:

- ¿En qué frases respondieron *Sí*? ¿En cuáles respondieron *A veces* o *No*?
- ¿Por qué en ocasiones cuesta trabajo que una persona se valore o valore a otras personas? ¿Qué pasa cuando esto ocurre?

Yo siento que se respeta mi dignidad cuando toman en cuenta mi opinión.

La verdad, a mí me cuesta trabajo respetar a quienes no me caen bien.

Yo me siento mal cuando me ofenden por ser mujer o ser morena.



Las personas tenemos la capacidad de reconocer lo que sentimos. Así identificamos lo que fortalece o afecta nuestra dignidad.

Cuando una persona reconoce y valora su dignidad es más probable que la proteja y la defienda en cada aspecto de su vida. Por ejemplo, puede reconocer cuando alguien le está faltando al respeto y exigirle que se detenga. También es posible que detecte una acción que puede causarle daño en su cuerpo, sus emociones o sus metas a futuro. En cambio, quien no se valora puede dejar pasar las agresiones, creer que “se las merece” o que “es lo normal” y pensar que es correcto vivir así. Muchas personas que sufren violencia se encuentran en esa situación y eso hace más difícil que tomen conciencia del daño que están experimentando.

Lo mismo ocurre cuando no se reconoce la dignidad de los demás: es más fácil agredir, tolerar o ignorar cuando se agrede a alguien, porque no se considera que la otra persona merezca un buen trato ni se reconoce su dolor. Todo ello abre la puerta a la violencia y a actos inhumanos.



Para complementar este tema, observa el recurso audiovisual [La dignidad humana](#) donde conocerás un poco más sobre la importancia de esta idea y algunos casos que la ilustran.