VALORES ÉTICOS

2 ESO

SERIE PARTICIPA

El libro Valores Éticos para 2.º ESO es una obra colectiva concebida, diseñada y creada en el Departamento de Ediciones Educativas de Santillana Educación, S. L., dirigido por **Teresa Grence Ruiz**.

En su realización ha participado el siguiente equipo:

Carmen Pellicer Iborra
Francisco Ferrer Falcón

EDICIÓN EJECUTIVA

Manuel Sequeiros Murciano

DIRECCIÓN DEL PROYECTO

Mercedes Rubio Cordovés

Las actividades de este libro no deben ser realizadas en ningún caso en el propio libro. Las tablas, esquemas y otros recursos que se incluyen son modelos para que el alumno los traslade a su cuaderno.

SANTILLANA

Presentación

¿Cómo te gustaría que fuera el mundo en el que vivimos? En clase de Valores Éticos tenemos la oportunidad de contestar a esa pregunta y de plantearnos entre todos cómo podemos hacer que sea posible, qué cosas concretas debemos cambiar para que se haga realidad y por dónde hemos de empezar y de la forma más inmediata. A través de los proyectos que se proponen en estas páginas, exploraremos muchos temas que afectan a la vida cotidiana, sobre los que podrás indagar y que compartirás no solo con tus compañeros y profesores, sino también con tu familia, tus amigos y la gente con la que te relacionas.

¿Cómo podemos contribuir? Muchos de los problemas que afectan a nuestro mundo parecen muy lejanos a nosotros. Veremos cómo los medios de comunicación son ventanas a una realidad compleja y difícil de conocer, en la que necesitamos ahondar.

Sin embargo, nuestras decisiones personales, los estilos de vida que elegimos, la coherencia de nuestras actitudes y comportamientos y los compromisos que adquirimos pueden hacer que muchas de estas cosas sean diferentes. Conoceremos, además, muchas iniciativas solidarias y testimonios de personas y organizaciones que hacen cada día que el mundo sea mejor.

¿Qué hacemos cuando vemos la realidad de forma diferente? No vivimos solos. El libro que te presentamos es una herramienta para ayudarte en tu búsqueda personal y facilitar el diálogo y la colaboración con tus compañeros, para aprender a trabajar en proyectos comunes, compartir objetivos, respetar otros puntos de vista y resolver los problemas que surgen en la convivencia y el trabajo común.

Una persona puede saber mucho de arte, de su historia, de los artistas, conocer a los marchantes más importantes, visitar fábricas de materiales de pintura y museos, ser especialista o catedrático, pero a pintar solo aprenderá pintando… Podéis aprender muchas cosas sobre valores para la convivencia, pero para ser personas valiosas y convivir en armonía hay que entrenarse día a día en las circunstancias concretas donde cada uno puede marcar una diferencia. Esta asignatura os puede ayudar a crecer y practicar, a compartir y dialogar, a reflexionar y decidir, y, sobre todo, a elegir cómo queréis que sea el futuro de todos y cómo podéis contribuir a que se haga realidad.

Los autores

ÍNDICE

TÍTULO DE LA UNIDAD	EL TÓPICO	DESMONTANDO EL TÓPICO	ENTREVISTA
1 **Adolescentes imposibles** p. 8	¿Qué es ser adolescente?	Jóvenes comprometidos	La formación de los adolescentes
2 **¿Inteligentes y guapos?** p. 20	Atributos incompatibles	El canon de belleza	La importancia de la imagen
3 **¿Inmigrantes conflictivos?** p. 32	¿Cómo vemos a los inmigrantes?	Puede pasarle a cualquiera	Los derechos de las personas
4 **¿Millonarios o emprendedores?** p. 44	Ricos y ambiciosos	Solidaridad y filantropía	La iniciativa del compromiso
5 **¿Funcionarios comprometidos?** p. 56	¿Qué sabemos de los funcionarios?	Funcionarios al servicio de la sociedad	La importancia de las instituciones
6 **¿Científicos locos?** p. 68	¿Qué sabemos de los científicos?	El científico anónimo	Los apasionados de la ciencia

TÚ ELIGES	EN CONCIENCIA	TEMAS Y CONTENIDOS DE LA UNIDAD
El respeto	Las emociones y el equilibrio personal	El respeto y el equilibrio personal
La belleza interior	El cuidado de uno mismo	Los estereotipos sexuales Los valores éticos como belleza interior Hábitos en belleza exterior e interior
¿Qué diferencia hay entre lo legal y lo moral?	El contrato social	La dignidad y la situación del inmigrante Los derechos humanos
La toma de decisiones	Liderazgo y trabajo en equipo	Liderazgo Proactividad e iniciativa Colaboración en el trabajo en equipo
La honestidad	Tu compromiso	La honestidad Respeto en las relaciones interpersonales
Actitud ante los avances científicos	Visión de futuro	La visión de futuro La constancia

ASÍ ES TU LIBRO

EL CONTENIDO DE ESTE LIBRO SE HA DISTRIBUIDO EN SEIS UNIDADES DE DOCE PÁGINAS. EN CADA UNA DE ELLAS ENCONTRARÁS LAS SIGUIENTES SECCIONES:

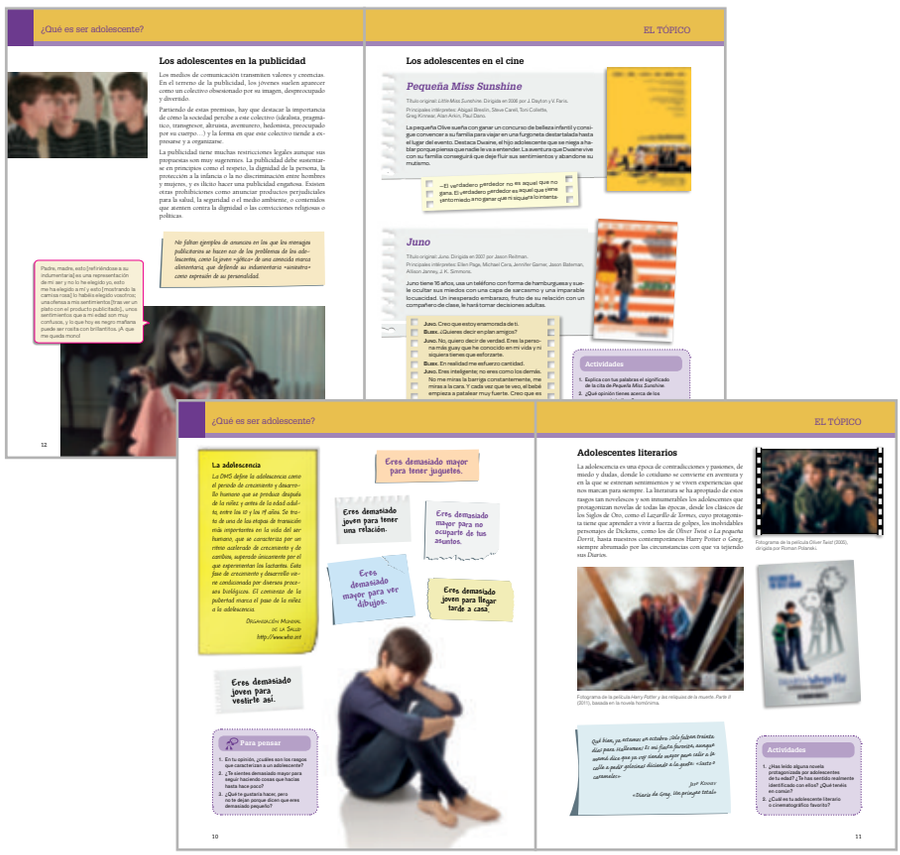
DOBLE PÁGINA INTRODUCTORIA

Cada unidad gira en torno a un determinado estereotipo generado en la sociedad y se abre con un texto introductorio, un plan de trabajo y una explicación o testimonio que se trabaja con actividades de toma de decisiones, valoración de la propia conciencia, etc.

EL TÓPICO

A lo largo de cuatro páginas desarrollaremos el estereotipo tratado en la unidad. Analizaremos dicho tópico, primero desde frases que oímos, o incluso pronunciamos, de forma habitual y mecánica, y después, a partir de la manera en que ese modelo ha sido reflejado en los medios, la literatura, el cine, la publicidad, el humor…

Mediante este análisis deberemos ser capaces de ponernos en la piel de quienes, de forma totalmente injustificada, sufren las consecuencias de ser juzgados por unos rasgos que no se corresponden con la realidad y comprender, así, la complejidad y problemática por la que pueden llegar a pasar ciertos colectivos.

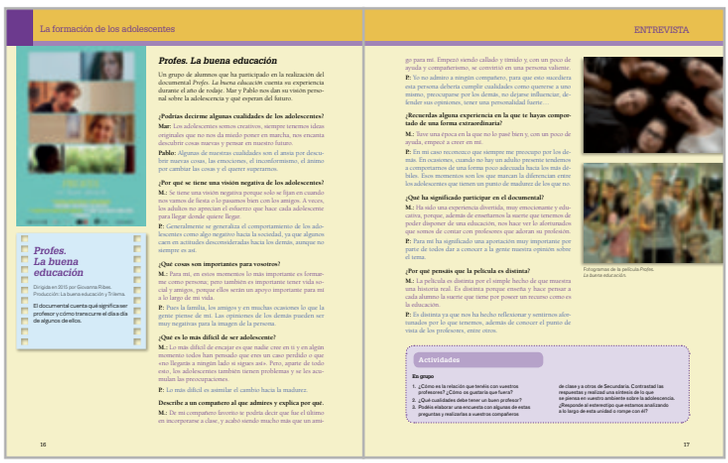


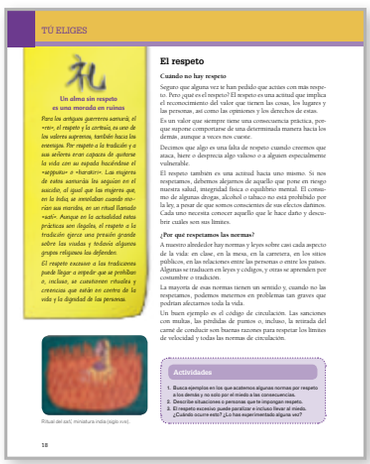
DESMONTANDO EL TÓPICO

En esta doble página, se reúnen experiencias, conductas y argumentos que, de una forma contundente, dejan sin validez las conjeturas y los prejuicios expuestos en las páginas anteriores.

ENTREVISTA

En todas las unidades se dedican dos páginas a mostrar, a través de una entrevista efectuada a dos personas pertenecientes al colectivo al que alude el estereotipo analizado, cuáles son sus opiniones, impresiones o sentimientos al respecto.



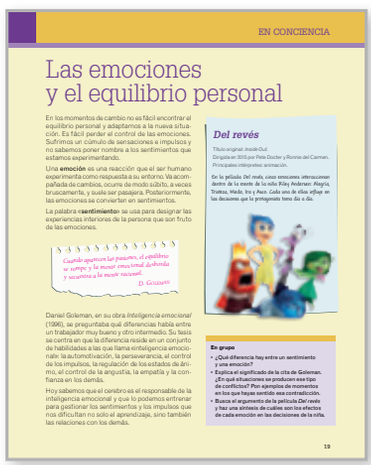


TÚ ELIGES

Una vez analizado el tema en profundidad, solo queda tomar una decisión para actuar en consecuencia a un valor de referencia o adoptar una determinada postura.

EN CONCIENCIA

Cada tema se cierra con una secuencia de reflexión y construcción del pensamiento propio a partir de determinadas vivencias, relatos, etc., en los que quedan condensados los valores que hemos explorado durante la unidad didáctica.



1 ¿Adolescentes imposibles?

¿QUÉ VAMOS A HACER?

1. Conocer los estereotipos que más determinan a los adolescentes.
2. Entender cómo se ha construido una imagen negativa de la adolescencia.
3. Aprender a valorar las normas y el respeto a las personas.
4. Aprender a vivir la adolescencia y los cambios desde un punto de vista positivo.

Los adolescentes a menudo tienen mala fama entre los adultos. Muchos los perciben como descuidados, apáticos, rebeldes, inestables, agresivos y con tendencia a meterse en líos y a adquirir cierto tipo de adicciones, como, por ejemplo, a su consola o al móvil.

Y, sin embargo, esas generalizaciones y estereotipos no responden al comportamiento de una gran mayoría de jóvenes que, a pesar de las dificultades, los malos momentos y las presiones, están aprendiendo a madurar mientras descubren su propia personalidad.

¿Por qué se tiene una imagen tan negativa de los jóvenes de esta edad? ¿Qué podemos hacer para romper este estereotipo?

¿Una cuestión de imagen?

¿Has probado a poner en Google/imágenes la palabra «adolescente»?

Salen dos tipos de imágenes: las primeras son de adolescentes vestidos de colores vivos en ambiente de fiesta, siempre sonriendo y posando en *selfies* para compartir en las redes sociales o haciendo botellón.

El segundo tipo de fotos que se encuentran son de adolescentes con ropa oscura, en penumbra, que parecen apartados de la sociedad porque nadie los entiende o porque no encuentran su sitio. También aparecerán imágenes de jóvenes discutiendo con sus padres, levantando la voz y haciendo aspavientos con las manos como si no supieran hablar de manera normal y mantener un diálogo con personas adultas.

¿Estás de acuerdo con esta imagen estereotipada del adolescente? ¿Por qué crees que se tiene esta imagen?

Para pensar

En grupo

1. Preparad una encuesta para saber qué piensan los adultos sobre los adolescentes.
2. Elaborad un cuestionario con diez preguntas sobre este tema y planteadlo, al menos, a diez adultos de diferente edad y ocupación.
3. Analizad las respuestas: ¿cuáles son los rasgos que predominan?, ¿a qué se dedican?, ¿qué les gusta hacer?, ¿cómo se relacionan con sus compañeros?
4. ¿Podéis encontrar en vuestro entorno amigos que se parecen a los adolescentes descritos por la encuesta? ¿Con cuál te identificas más? ¿Por qué?

La adolescencia

La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos. El comienzo de la pubertad marca el paso de la niñez a la adolescencia.

Organización Mundial de la Salud
http://www.who.int

Eres demasiado mayor para tener juguetes.

Eres demasiado joven para tener una relación.

Eres demasiado mayor para no ocuparte de tus asuntos.

Eres demasiado mayor para ver dibujos.

Eres demasiado joven para llegar tarde a casa.

Eres demasiado joven para vestirte así.

Para pensar

1. En tu opinión, ¿cuáles son los rasgos que caracterizan a un adolescente?
2. ¿Te sientes demasiado mayor para seguir haciendo cosas que hacías hasta hace poco?
3. ¿Qué te gustaría hacer, pero no te dejan porque dicen que eres demasiado pequeño?

Adolescentes literarios

La adolescencia es una época de contradicciones y pasiones, de miedo y dudas, donde lo cotidiano se convierte en aventura y en la que se estrenan sentimientos y se viven experiencias que nos marcan para siempre. La literatura se ha apropiado de estos rasgos tan novelescos y son innumerables los adolescentes que protagonizan novelas de todas las épocas, desde los clásicos de los Siglos de Oro, como el *Lazarillo de Tormes,* cuyo protagonista tiene que aprender a vivir a fuerza de golpes, los inolvidables personajes de Dickens, como los de *Oliver Twist* o *La pequeña Dorrit,* hasta nuestros contemporáneos Harry Potter o Greg, siempre abrumado por las circunstancias con que va tejiendo sus *Diarios*.

Fotograma de la película *Oliver Twist* (2005), dirigida por Roman Polanski.

Fotograma de la película *Harry Potter y las reliquias de la muerte. Parte II* (2011), basada en la novela homónima.

Qué bien, ya estamos en octubre. ¡Solo faltan treinta días para Halloween! Es mi fiesta favorita, aunque mamá dice que ya voy siendo mayor para salir a la calle a pedir golosinas diciendo a la gente: «Susto o caramelos».

JEFF KINNEY

«Diario de Greg. Un pringao total»

Actividades

1. ¿Has leído alguna novela protagonizada por adolescentes de tu edad? ¿Te has sentido realmente identificado con ellos? ¿Qué tenéis en común?
2. ¿Cuál es tu adolescente literario o cinematográfico favorito?

Los adolescentes en la publicidad

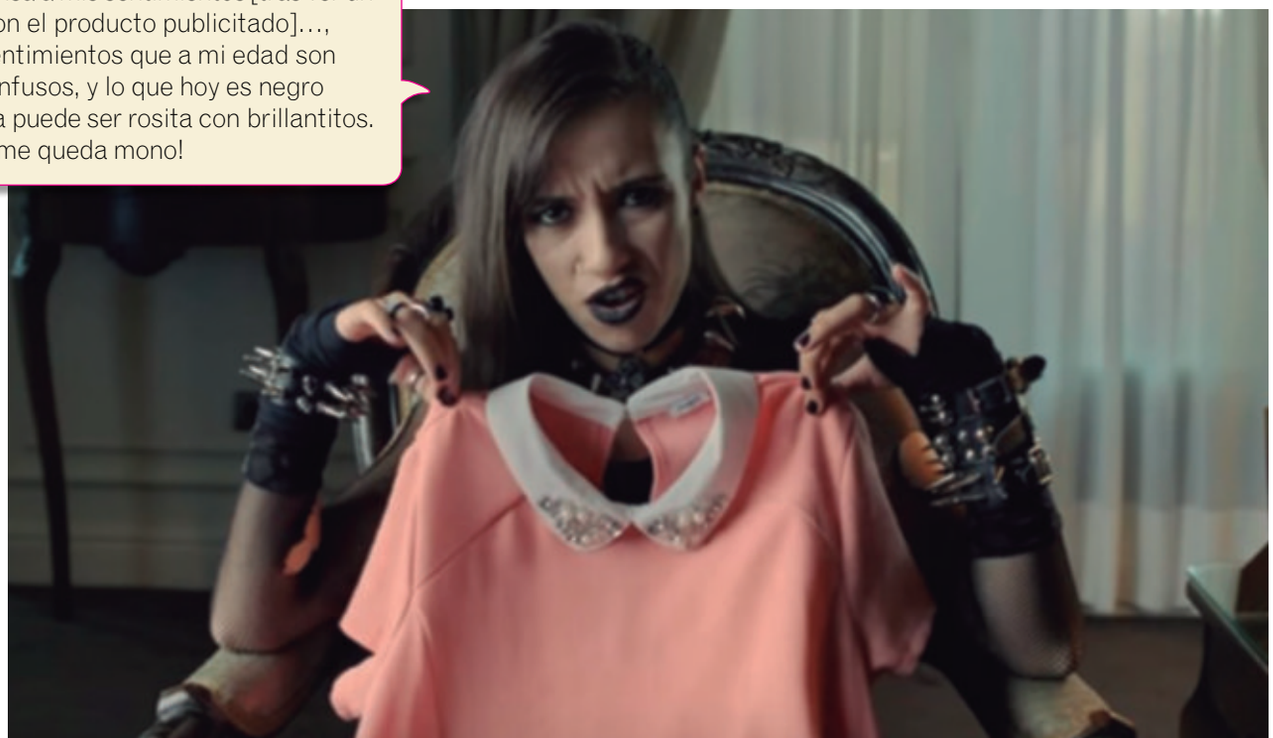
Los medios de comunicación transmiten valores y creencias. En el terreno de la publicidad, los jóvenes suelen aparecer como un colectivo obsesionado por su imagen, despreocupado y divertido.

Partiendo de estas premisas, hay que destacar la importancia de cómo la sociedad percibe a este colectivo (idealista, pragmático, transgresor, altruista, aventurero, hedonista, preocupado por su cuerpo…) y la forma en que este colectivo tiende a expresarse y a organizarse.

La publicidad tiene muchas restricciones legales aunque sus propuestas son muy sugerentes. La publicidad debe sustentarse en principios como el respeto, la dignidad de la persona, la protección a la infancia o la no discriminación entre hombres y mujeres, y es ilícito hacer una publicidad engañosa. Existen otras prohibiciones como anunciar productos perjudiciales para la salud, la seguridad o el medio ambiente, o contenidos que atenten contra la dignidad o las convicciones religiosas o políticas.

No faltan ejemplos de anuncios en los que los mensajes publicitarios se hacen eco de los problemas de los adolescentes, como la joven «gótica» de una conocida marca alimentaria, que defiende su indumentaria «siniestra» como expresión de su personalidad.

Padre, madre, esto [refiriéndose a su indumentaria] es una representación de mi ser y no lo he elegido yo, esto me ha elegido a mí y esto [mostrando la camisa rosa] lo habéis elegido vosotros; una ofensa a mis sentimientos [tras ver un plato con el producto publicitado]…, unos sentimientos que a mi edad son muy confusos, y lo que hoy es negro mañana puede ser rosita con brillantitos. ¡A que me queda mono!



Los adolescentes en el cine

Pequeña Miss Sunshine

Título original: *Little Miss Sunshine.* Dirigida en 2006 por J. Dayton y V. Faris.

Principales intérpretes: Abigail Breslin, Steve Carell, Toni Collette, Greg Kinnear, Alan Arkin, Paul Dano.

La pequeña Olive sueña con ganar un concurso de belleza infantil y consigue convencer a su familia para viajar en una furgoneta destartalada hasta el lugar del evento. Destaca Dwaine, el hijo adolescente que se niega a hablar porque piensa que nadie le va a entender. La aventura que Dwaine vive con su familia conseguirá que deje fluir sus sentimientos y abandone su mutismo.

—El verdadero perdedor no es aquel que no gana. El verdadero perdedor es aquel que tiene tanto miedo a no ganar que ni siquiera lo intenta.

Juno

Título original: *Juno.* Dirigida en 2007 por Jason Reitman.

Principales intérpretes: Ellen Page, Michael Cera, Jennifer Garner, Jason Bateman, Allison Janney, J. K. Simmons.

Juno tiene 16 años, usa un teléfono con forma de hamburguesa y suele ocultar sus miedos con una capa de sarcasmo y una imparable locuacidad. Un inesperado embarazo, fruto de su relación con un compañero de clase, le hará tomar decisiones adultas.

Juno. Creo que estoy enamorada de ti.

Bleek. ¿Quieres decir en plan amigos?

Juno. No, quiero decir de verdad. Eres la persona más guay que he conocido en mi vida y ni siquiera tienes que esforzarte.

Bleek. En realidad me esfuerzo cantidad.

Juno. Eres inteligente; no eres como los demás. No me miras la barriga constantemente, me miras a la cara. Y cada vez que te veo, el bebé empieza a patalear muy fuerte. Creo que es porque mi corazón empieza a palpitar cada vez que te ve.

Bleek. El mío también.

Actividades

1. Explica con tus palabras el significado de la cita de *Pequeña Miss Sunshine.*
2. ¿Qué opinión tienes acerca de los concursos de belleza?
3. ¿Qué consecuencias puede tener un embarazo a edades tan tempranas?

Una buena manera de desmontar un estereotipo

Los medios de comunicación de todo el mundo han contribuido con entusiasmo a difundir el ejemplo de Malala. El siguiente fragmento procede de una noticia publicada en la edición digital de *El Heraldo de Aragón*:

> Cuando el promedio de adolescentes invierte parte de su tiempo en la recreación propia de su edad, Malala se ha convertido en símbolo inspirador para la humanidad, en su tenaz defensa, aun a riesgo de su existencia, de los derechos inalienables a la educación, independientemente de sexo o condición socioeconómica de quienes aspiran a recibir los beneficios de la enseñanza.
>
> Conmovido ante sus convicciones y altruismo, el secretario general de Naciones Unidas declaró: «Con su coraje y determinación, Malala ha mostrado lo que los terroristas más temen: una niña con un libro».

Qué está cambiando

Los estereotipos que hemos visto en las páginas anteriores se pueden cambiar porque no responden del todo a la realidad. De los propios adolescentes depende llamar la atención sobre otros aspectos que están muy lejos de esa imagen tan negativa que proyectan a veces y tomar conciencia del papel fundamental que desempeñan en la sociedad.

Una de las cosas que se echa en cara a los jóvenes es que llevan los sentimientos al extremo, pero, precisamente, en esa capacidad de entusiasmo y entrega reside su esencia.

Tal vez, a los adultos, demasiado cargados de racionalidad, se les olvida cómo eran a los quince años. Pero, a menudo, sienten nostalgia por la autenticidad con que abrazaban sus ideales y comprenden que es justo que los adolescentes defiendan lo suyo con tanta vehemencia, aunque no siempre sean tan racionales y correctos como cabría desear. Sería estupendo encontrar un nuevo estado en el que se sumaran la pasión adolescente y el equilibrio adulto.

El caso es que esa combinación existe, como lo demuestra el ejemplo de Malala Yousafzai, una joven nacida en 1997 en Mingora (Pakistán), y que fue tiroteada en octubre de 2012 por terroristas talibanes por defender su derecho y el de todas las jóvenes de su país a estudiar, algo que los talibanes no toleran y que tratan de erradicar por la fuerza bombardeando escuelas y disparando a las jóvenes que intentan acudir a ellas.

Malala sufrió gravísimas lesiones a consecuencia de los disparos, pero sobrevivió y, lejos de abandonar sus ideales, siguió con su activismo, aún con más fuerza y entusiasmo.

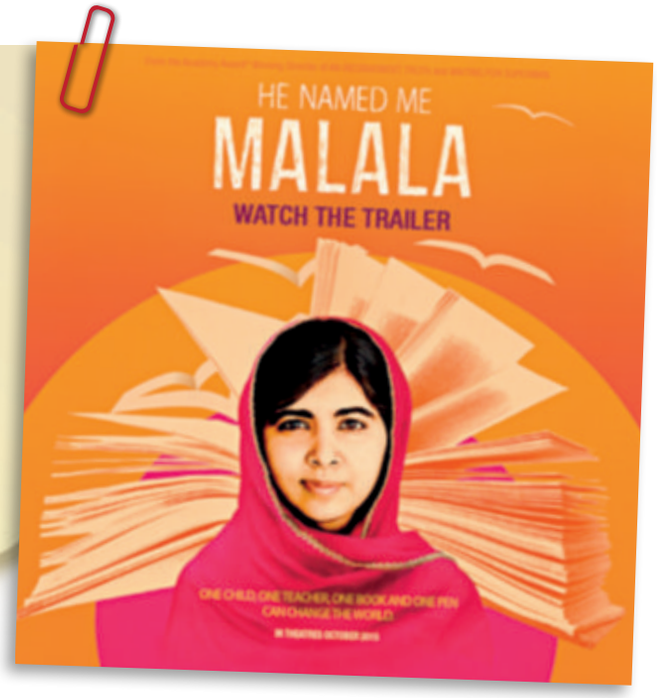
En 2014 fue galardonada con el Premio Nobel de la Paz y el Premio Niños del Mundo. Malala donó el dinero recibido con los premios para la reconstrucción de las escuelas de Gaza. Se dedica a dar conferencias por todo el mundo para contagiar de valor y coraje a jóvenes y adultos, transmitiendo su entusiasmo y su convicción de que solo con dar acceso a los jóvenes a la educación el mundo puede ser mucho mejor.

Él me llamó Malala

Título original: *He Named Me Malala.* Dirigida en 2015 por Davis Guggenheim.

Principales intérpretes: Malala Yousafzai, Ziauddin Yousafzai, Toor Pekai Yousafzai, Khushal Yousafzai, Atal Yousafzai.

En este documental de 87 minutos, que ha obtenido prestigiosos premios cinematográficos, se ofrece un retrato intimista de Malala Yousafzai, activista pakistaní, la persona más joven que ha recibido el Premio Nobel de la Paz.



El documental *Él me llamó Malala* fue nominado al mejor documental en los Premios BAFTA, Critics' Choice Awards y Annie en el año 2015.

Krishna Reddy y el alcoholímetro

Un caso distinto, pero también muy interesante para ejemplificar la capacidad de los adolescentes para afrontar tareas serias, es el del joven Krishna Reddy, que a los 13 años ha inventado un dispositivo que puede salvar la vida de miles de conductores.

Krishna nació en Wichita Fall (Texas, Estados Unidos). Preocupado por las estadísticas de muertes en carretera ocasionadas por conductores bajo los efectos de drogas y alcohol, ideó un ingenioso dispositivo, capaz de mejorar los alcoholímetros usados por la policía, ya que estos solo detectan el alcohol, mientras el suyo delata también la presencia de drogas y estupefacientes.

Para difundir su invento lo presentó al «Young Scientist Challenge», un concurso anual de jóvenes científicos que convoca una entidad privada en Estados Unidos.

Su invento se basa en la observación de las pupilas, que se dilatan por efecto del consumo de alcohol y drogas.

Actividades

En grupo

1. Malala se ha convertido en un símbolo en la defensa del derecho a la educación. Buscad otros ejemplos de adolescentes que han dado un testimonio de su valor y su compromiso con aquello que creían.
2. Krishna Reddy ha destacado por su creatividad al resolver un problema. Podéis consultar la página web: www.youngscientistchallenge.com, y escribir un comentario personal sobre su contenido.
3. ¿Qué problemas os gustaría resolver? ¿Cuál creéis que podría ser vuestra contribución? ¿Qué ayuda necesitaríais?

Profes. La buena educación

Dirigida en 2015 por Giovanna Ribes.
Producción: La buena educación y Trilema.

El documental cuenta qué significa ser profesor y cómo transcurre el día a día de algunos de ellos.

Profes. La buena educación

Un grupo de alumnos que ha participado en la realización del documental *Profes. La buena educación* cuenta su experiencia durante el año de rodaje. Mar y Pablo nos dan su visión personal sobre la adolescencia y qué esperan del futuro.

¿Podrías decirme algunas cualidades de los adolescentes?

Mar: Los adolescentes somos creativos, siempre tenemos ideas originales que no nos da miedo poner en marcha, nos encanta descubrir cosas nuevas y pensar en nuestro futuro.

Pablo: Algunas de nuestras cualidades son el ansia por descubrir nuevas cosas, las emociones, el inconformismo, el ánimo por cambiar las cosas y el querer superarnos.

¿Por qué se tiene una visión negativa de los adolescentes?

M.: Se tiene una visión negativa porque solo se fijan en cuando nos vamos de fiesta o lo pasamos bien con los amigos. A veces, los adultos no aprecian el esfuerzo que hace cada adolescente para llegar donde quiere llegar.

P.: Generalmente se generaliza el comportamiento de los adolescentes como algo negativo hacia la sociedad, ya que algunos caen en actitudes desconsideradas hacia los demás, aunque no siempre es así.

¿Qué cosas son importantes para vosotros?

M.: Para mí, en estos momentos lo más importante es formarme como persona; pero también es importante tener vida social y amigos, porque ellos serán un apoyo importante para mí a lo largo de mi vida.

P.: Pues la familia, los amigos y en muchas ocasiones lo que la gente piense de mí. Las opiniones de los demás pueden ser muy negativas para la imagen de la persona.

¿Qué es lo más difícil de ser adolescente?

M.: Lo más difícil de encajar es que nadie cree en ti y en algún momento todos han pensado que eres un caso perdido o que «no llegarás a ningún lado si sigues así». Pero, aparte de todo esto, los adolescentes también tienen problemas y se les acumulan las preocupaciones.

P.: Lo más difícil es asimilar el cambio hacia la madurez.

Describe a un compañero al que admires y explica por qué.

M.: De mi compañero favorito te podría decir que fue el último en incorporarse a clase, y acabó siendo mucho más que un ami-

go para mí. Empezó siendo callado y tímido y, con un poco de ayuda y compañerismo, se convirtió en una persona valiente.

P.: Yo no admiro a ningún compañero, para que esto sucediera esta persona debería cumplir cualidades como quererse a uno mismo, preocuparse por los demás, no dejarse influenciar, defender sus opiniones, tener una personalidad fuerte…

¿Recuerdas alguna experiencia en la que te hayas comportado de una forma extraordinaria?

M.: Tuve una época en la que no lo pasé bien y, con un poco de ayuda, empecé a creer en mí.

P.: En mi caso reconozco que siempre me preocupo por los demás. En ocasiones, cuando no hay un adulto presente tendemos a comportarnos de una forma poco adecuada hacia los más débiles. Esos momentos son los que marcan la diferencian entre los adolescentes que tienen un punto de madurez de los que no.

¿Qué ha significado participar en el documental?

M.: Ha sido una experiencia divertida, muy emocionante y educativa, porque, además de enseñarnos la suerte que tenemos de poder disponer de una educación, nos hace ver lo afortunados que somos de contar con profesores que adoran su profesión.

P.: Para mí ha significado una aportación muy importante por parte de todos dar a conocer a la gente nuestra opinión sobre el tema.

¿Por qué pensáis que la película es distinta?

M.: La película es distinta por el simple hecho de que muestra una historia real. Es distinta porque enseña y hace pensar a cada alumno la suerte que tiene por poseer un recurso como es la educación.

P.: Es distinta ya que nos ha hecho reflexionar y sentirnos afortunados por lo que tenemos, además de conocer el punto de vista de los profesores, entre otros.

Fotogramas de la película *Profes. La buena educación.*

Actividades

En grupo

1. ¿Cómo es la relación que tenéis con vuestros profesores? ¿Cómo os gustaría que fuera?
2. ¿Qué cualidades debe tener un buen profesor?
3. Podéis elaborar una encuesta con algunas de estas preguntas y realizarlas a vuestros compañeros de clase y a otros de Secundaria. Contrastad las respuestas y realizad una síntesis de lo que se piensa en vuestro ambiente sobre la adolescencia. ¿Responde al estereotipo que estamos analizando a lo largo de esta unidad o rompe con él?

Un alma sin respeto es una morada en ruinas

Para los antiguos guerreros samurái, el «rei», el respeto y la cortesía, es uno de los valores supremos, también hacia los enemigos. Por respeto a la tradición y a sus señores eran capaces de quitarse la vida con su espada haciéndose el «seppuku» o «harakiri». Las mujeres de estos samuráis les seguían en el suicidio, al igual que las mujeres que, en la India, se inmolaban cuando morían sus maridos, en un ritual llamado «satí». Aunque en la actualidad estas prácticas son ilegales, el respeto a la tradición ejerce una presión grande sobre las viudas y todavía algunos grupos religiosos las defienden.

El respeto excesivo a las tradiciones puede llegar a impedir que se prohíban o, incluso, se cuestionen rituales y creencias que están en contra de la vida y la dignidad de las personas.

Ritual del *satí*, miniatura india (siglo XVIII).

El respeto

Cuándo no hay respeto

Seguro que alguna vez te han pedido que actúes con más respeto. Pero ¿qué es el respeto? El respeto es una actitud que implica el reconocimiento del valor que tienen las cosas, los lugares y las personas, así como las opiniones y los derechos de estas.

Es un valor que siempre tiene una consecuencia práctica, porque supone comportarse de una determinada manera hacia los demás, aunque a veces nos cueste.

Decimos que algo es una falta de respeto cuando creemos que ataca, hiere o desprecia algo valioso o a alguien especialmente vulnerable.

El respeto también es una actitud hacia uno mismo. Si nos respetamos, debemos alejarnos de aquello que pone en riesgo nuestra salud, integridad física o equilibrio mental. El consumo de algunas drogas, alcohol o tabaco no está prohibido por la ley, a pesar de que somos conscientes de sus efectos dañinos. Cada uno necesita conocer aquello que le hace daño y descubrir cuáles son sus límites.

¿Por qué respetamos las normas?

A nuestro alrededor hay normas y leyes sobre casi cada aspecto de la vida: en clase, en la mesa, en la carretera, en los sitios públicos, en las relaciones entre las personas o entre los países. Algunas se traducen en leyes y códigos, y otras se aprenden por costumbre o tradición.

La mayoría de esas normas tienen un sentido y, cuando no las respetamos, podemos meternos en problemas tan graves que podrían afectarnos toda la vida.

Un buen ejemplo es el código de circulación. Las sanciones con multas, las pérdidas de puntos o, incluso, la retirada del carné de conducir son buenas razones para respetar los límites de velocidad y todas las normas de circulación.

Actividades

1. Busca ejemplos en los que acatemos algunas normas por respeto a los demás y no solo por el miedo a las consecuencias.
2. Describe situaciones o personas que te impongan respeto.
3. El respeto excesivo puede paralizar e incluso llevar al miedo. ¿Cuándo ocurre esto? ¿Lo has experimentado alguna vez?

Las emociones y el equilibrio personal

En los momentos de cambio no es fácil encontrar el equilibrio personal y adaptarnos a la nueva situación. Es fácil perder el control de las emociones. Sufrimos un cúmulo de sensaciones e impulsos y no sabemos poner nombre a los sentimientos que estamos experimentando.

Una **emoción** es una reacción que el ser humano experimenta como respuesta a su entorno. Va acompañada de cambios, ocurre de modo súbito, a veces bruscamente, y suele ser pasajera. Posteriormente, las emociones se convierten en sentimientos.

La palabra «**sentimiento**» se usa para designar las experiencias interiores de la persona que son fruto de las emociones.

> *Cuando aparecen las pasiones, el equilibrio se rompe y la mente emocional desborda y secuestra a la mente racional.*
>
> D. GOLEMAN

Daniel Goleman, en su obra *Inteligencia emocional* (1996), se preguntaba qué diferencias había entre un trabajador muy bueno y otro intermedio. Su tesis se centra en que la diferencia reside en un conjunto de habilidades a las que llama «inteligencia emocional»: la automotivación, la perseverancia, el control de los impulsos, la regulación de los estados de ánimo, el control de la angustia, la empatía y la confianza en los demás.

Hoy sabemos que el cerebro es el responsable de la inteligencia emocional y que lo podemos entrenar para gestionar los sentimientos y los impulsos que nos dificultan no solo el aprendizaje, sino también las relaciones con los demás.

Del revés

Título original: *Inside Out.*

Dirigida en 2015 por Pete Docter y Ronnie del Carmen.

Principales intérpretes: animación.

En la película *Del revés*, cinco emociones interaccionan dentro de la mente de la niña Riley Andersen: Alegría, Tristeza, Miedo, Ira y Asco. Cada una de ellas influye en las decisiones que la protagonista toma día a día.

En grupo

- ¿Qué diferencia hay entre un sentimiento y una emoción?
- Explicad el significado de la cita de Goleman. ¿En qué situaciones se producen ese tipo de conflictos? Poned ejemplos de momentos en los que hayas sentido esa contradicción.
- Buscad el argumento de la película *Del revés* y haced una síntesis de cuáles son los efectos de cada emoción en las decisiones de la niña.