

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA ESPERANZA</b>	
	<b>SECCIÓN BACHILLERATO</b>	
<b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE</b>		

**Nodo:** DESARROLLO HUMANO – ÉTICA

**Docente:** Sandra Gutiérrez y Dora Elma Carvajal      **Grado:** 8° \_\_\_\_\_      **Fecha:** \_\_\_\_\_

## LA IDENTIDAD

La identidad no la concede la sociedad, sino que es la propia persona quien la forma. Sin embargo, a veces la persona debe hacer frente a numerosas influencias que pretenden decirle como debe ser. El ser humano es capaz de tomar **decisiones** y construirse a sí mismo.

Todos nosotros, a lo largo de nuestra vida, nos construimos como personas a medida que desarrollamos nuestras capacidades y cualidades de forma armónica y complementaria. Así, día a día, año tras año, moldeamos nuestra personalidad y avanzamos hacia nuestro ideal de persona que libremente hemos escogido.

## LA INTELIGENCIA

La inteligencia es la capacidad de asimilar, almacenar y elaborar información, y utilizarla para resolver problemas. Esto también son capaces de hacerlo los animales y los ordenadores, pero el ser humano va más allá, ya que desarrolla una capacidad de iniciar, dirigir y controlar operaciones mentales y otras actividades que manejen información.

Aprendemos, reconocemos, sabemos relacionar y además tenemos la capacidad de integrar estas actividades mentales y controlarlas de forma voluntaria. La inteligencia nos permite adaptarnos y comprender el mundo que nos rodea.

La inteligencia de un apersona está formada por un conjunto de variables como la atención, la capacidad de observación, la memoria, el aprendizaje, las habilidades sociales, etc.

## LOS SENTIMIENTOS

Son impulsos hacia lo sentido o lo imaginado como bueno o de rechazo ante lo sentido o imaginado como malo. Responden a frases como: me gustaría, me cae bien o no tengo ganas, no soporto.

Entre los primeros están el amor, la simpatía, la admiración, el deseo, el gozo, la esperanza.

Entre los segundos: el odio, la antipatía, la repugnancia, el fastidio, la tristeza, el temor, la ira.

Una emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva a los estímulos del ambiente que acompañada de cambios fisiológicos: temblor, sonrojo, respiración agitada...

## EDUCAR LOS SENTIMIENTOS

Aprender a educar los sentimientos sigue siendo hoy una de las grandes tareas pendientes. Muchas veces se olvida que los sentimientos son una poderosa realidad humana, y que son habitualmente lo que con más fuerza nos impulsa o nos retrae en nuestro actuar.

Las personas que gozan de una buena educación afectiva suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y hacen rendir mejor su talento natural. En cambio, quienes no logran dominar bien su vida emocional se debaten en constantes luchas internas que socaban su capacidad de pensar, de trabajar y de relacionarse con los demás.

A. Aguiló, *Educación los sentimientos. Palabra, 1999*

## ACTIVIDAD

1. Explica brevemente al lado de cada una de las palabras, cómo te comportas cuando experimentas los siguientes sentimientos o emociones. Fíjate en cómo actúas, qué piensas, qué tipos de sensaciones tienes y cómo reacciona tu cuerpo.

Alegría

Angustia

Miedo

Felicidad

Rabia

Amor

Tristeza

Tranquilidad

2. Resume las ideas principales del texto "Educar los sentimientos" y da tu opinión: ¿crees que es necesario aprender a cuidar de nuestros sentimientos?