

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

### INSTITUCION EDUCATIVA GUSTAVO URIBE RAMIREZ GRANADA CUNDINAMARCA

AREA: EDUCACIÓN ÉTICA Y EN VALORES HUMANOS      DOCENTE: ÁLVARO GARCÍA  
CICLO: III      PERIODO: PRIMERO      FECHA: DE 25 ABRIL HASTA 31 MAYO  
TEMA: VIDA AUTENTICA

INDICADORES: Argumenta la necesidad de tener una vida auténtica

#### REFERENTE TEORICO

¿Por qué el hombre vive en un proceso de cosificación constante y por qué objetiva su ser de manera inconsciente en todos los eventos de su vida?, ¿por qué se aleja cada vez más de la esencia de su ser y se distancia de su propia autenticidad?

Estas son las preguntas que nos responde Erich Fromm en su libro *La vida auténtica*. De tal forma que el ser humano se encuentra en constante cambio, aunque no sea consciente del hecho. Lo exterior rige su existencia y pierde espacio la vida interior, pues el desarrollo sólo se verá en el plano social. El éxito estará medido por el juicio de los otros, por la posesión de lo material. Sin embargo, para el hombre es posible una dignificación, una reconciliación entre la libertad y la existencia.

Erich Fromm fue un pensador que se ocupó del tratado de la esencia natural del hombre. Lo que lo llevó a considerar la libertad como el objetivo a alcanzar en la vida. Para Erich Fromm la libertad podrá ser alcanzada por el hombre cuando recupere su identidad personal y deje a un lado las ideologías preestablecidas que no le pertenecen. Sin embargo, esto no sucederá hasta que transforme la percepción de la realidad y comience a vivir de forma auténtica.

**EL MIEDO A LA LIBERTAD:** La propuesta de Fromm está fundada en la idea de que las relaciones del hombre se encuentran siempre en movimiento. Su conducta y su "creatividad" no serán más que el resultado del proceso de cognición social. Las inclinaciones humanas, tanto las "más bellas, así como las más repugnantes, no forman parte de una naturaleza humana fija y biológicamente dada, sino que resultan del proceso social que crea el hombre".

En este mismo orden, la existencia de la sociedad que reproduce y lo reproduce es indispensable para la vida, pues el hombre no puede existir sin formas de cooperación. Es decir, el hombre requiere de los otros y de la sociedad misma para desarrollarse. Esto le generará la conciencia de la otredad y, por ello, se sabrá diferente.

Esta diferencia estará presente en toda su vida. Sin embargo, se adaptará de forma dinámica a las necesidades sociales de la situación, pues es regla fundamental de la vida en sociedad cumplir normas y conductas que le permitan relacionarse con el mundo exterior. Ahora bien, el hecho de saberse diferente no significará que se aleje de las reglas impuestas, sino todo lo contrario, generará en él un deseo inmensurable de pertenencia. La pertenencia le hará someterse a más reglas y conductas que limitarán aún más su libertad.

Además, Fromm nos dice respecto del proceso de crecimiento de la libertad humana: "se trata de un proceso de crecimiento de su fuerza e integración, de su dominio sobre la naturaleza, del poder de su razón y de su solidaridad con otros seres humanos". Sin embargo esta libertad creciente significa *aumento paulatino de su inseguridad y aislamiento*.

Al encontrarse aislado e inseguro, el hombre se convertirá en un ser superfluo que transitará por la impotencia y frustración de la supuesta libertad adquirida. Mal entendiendo, quizá, su condición de "libre", pues la enajenación doblegará a su razón.

Ahora bien, es necesario mencionar el papel que desempeña el sistema capitalista en el que se desenvuelve el hombre, ya que al instaurarse, no solamente liberó al hombre de sus vínculos tradicionales sino que contribuyó al crecimiento de un "yo activo, crítico y responsable".

Al ser el sistema capitalista un proceso de relaciones sociales, se consideró a la actividad económica, al éxito, a las ganancias materiales como fines en sí mismos; es decir, el destino del hombre se transformó en fin último. Seres dueños de los medios de producción y seres dueños de la fuerza de trabajo se convierten en meras personificaciones del capital.

El problema quizá no sería tan grande si este proceso se quedaría en la oficina, la cuestión es que rebasa el plano laboral para asentarse en las relaciones entre personas, lo que inmoló al yo.

No es posible continuar sin decir que este proceso es considerado por el hombre como "libre albedrío", es decir, él es el que decide —aparentemente— qué camino andar. No es consciente del

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

hecho de que el capital ha transformado su libertad; es decir, en palabras de Fromm, ha dejado de realizar su yo —no siendo lo que realmente es, un ser creativo—, pues limita su propia esencia humana.

Esta actitud se confrontará con un sistema económico donde el *capital*, el *mercado* y la *competencia* lo conducirán hacia la inseguridad, el aislamiento y la angustia. Para Fromm la estructura de la sociedad moderna afecta simultáneamente al hombre de dos formas: "por un lado, lo hace más independiente y más crítico, otorgándole una mayor confianza en sí mismo, y por otro, más solo, aislado y atemorizado".

Entonces, podemos decir que el ser humano tiene miedo de encontrarse aislado de la convivencia con los demás, puesto que es un ser que está hecho para desarrollarse en sociedad. Por lo tanto, es capaz de sacrificar su libertad, es decir, su creatividad, para desenvolverse en una vida de apariencias y relaciones.

**LAS CONDICIONES DE LA NO AUTENTICIDAD:** El ser humano considera indescifrable el mundo, para él no existe otro juego que el de mostrar los fracasos de todo esfuerzo realizado para tratar de descifrarlo. Se ha vuelto ajeno a sus propias obras. Se encuentra en crisis emocional y de estrés constante, ya sea por la vida agitada, o por la vida no agitada que lleva.

Sus estados anímicos revelan una gran desesperanza; piensa en el pasado que no volverá; idealiza un futuro mejor, pero no desea considerar el presente, pues éste es cada vez más incierto. Depende de las condiciones externas de la vida para subsistir material y espiritualmente. Sus pensamientos están condicionados a las leyes del mercado, *la oferta y la demanda*.

Ha transformado al "éxito" en el pilar de su existencia. Un éxito entendido como un proceso de reconocimiento transitorio, es decir banal y superfluo por parte de sus semejantes. La posesión es el eje de su vida, no sólo desea bienes materiales, también desea pertenecer y que le pertenezcan.

Su conciencia está invadida de contradicciones constantes, pues su naturaleza humana es innegable; es decir, su vínculo natural con la vida interior y exterior. El ser humano distingue una realidad aparente, disfraza al ser de cosa y al conocimiento lo subsume a las necesidades del mercado.

La no autenticidad, entonces, será la realidad actual del hombre. Una realidad construida por su actitud, conducta, temor e ilusión, ya sea en el plano social o en el individual.

Según Erich Fromm, el mayor riesgo que corre el hombre en la actualidad, es convertirse en autómatas, pues el afán desmedido de producir bienes y servicios, de transformar los medios en fines, lo convierten en objeto. Sin embargo, el hombre no es un objeto. Ahora bien, para desenvolverse en ese mundo cosificado, adquiere un sentido de identidad ilusoria, elemento clave de la no autenticidad.

Asimismo, la no autenticidad está atravesada por el concepto de igualdad, pues según nuestro autor, en la actualidad ésta se equipara con identidad, es decir, ser igual equivale a ser una misma entidad.

Otro factor relevante de la no autenticidad está vinculado con el consumo (gastar y consumir), pues la vida misma se aborda en un sentido comercial. Sin embargo, este consumo no nos hace utilizar nuestra capacidad creadora. Por tanto, entramos en una dinámica de nunca acabar. Entonces, "el consumo nos deja permanentemente insatisfechos, porque en el fondo es estéril nuestra actitud. Producimos cosas pero somos improductivos en nuestra relación con los demás, en nuestra relación con los objetos".

Cabe decir que el aislamiento y el sentimiento de soledad constituyen un rasgo característico de la no autenticidad, pues el hombre siente la inquietud perentoria de estar siempre en compañía de alguien.

En el mismo orden, tenemos al sentimiento de impotencia, pues éste reprime la capacidad creadora en todas sus dimensiones, eliminado así cualquier rasgo de autenticidad en la vida del hombre.

El hombre actual se caracteriza por ser abruptamente contradictorio. Si bien produce un mundo repleto de cosas formidables y prodigiosas, éstas, sus propias criaturas, le resultan ajenas y amenazadoras, de modo que, una vez que las ha creado, ya no se siente su dueño, sino su servidor.

**LA AUTENTICIDAD DEL SER:** Para entender el concepto de autenticidad es necesario mencionar la concepción de la naturaleza humana que considera Erich Fromm: "La naturaleza

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

humana no es sólo un principio, sino también una capacidad. En otras palabras, el hombre tiende a realizar su ser en la medida en que desarrolla el amor y la razón".

La autenticidad, para Fromm, es un proceso de concientización integral del conocimiento mismo del ser. El hombre tiene la capacidad de conocerse y de conocer a los demás, a profundidad, de tal forma que pueda desarrollar nuevas capacidades creadoras. Es un proceso productivo que libera al hombre de las cadenas que lo atan a la no autenticidad, y que generan en él realidades ilusorias.

Ahora bien, esta autenticidad deberá considerar la libertad. Ya que "la libertad positiva consiste en la actividad espontánea de la personalidad total integrada".

En esta línea, la actividad espontánea no será más que la libre actividad del yo y esto implica el *ejercicio de la propia y libre voluntad*. Al hablar de actividad, Fromm se refiere al carácter creador que puede hallarse tanto en las experiencias emocionales, intelectuales y sensibles, como en el ejercicio de la propia voluntad, pues alcanza la integración fundamental de la esencia misma. De tal modo que es en la espontánea realización del yo donde el individuo se integra con la naturaleza y con él mismo.

Para Fromm existe la posibilidad de que el hombre recupere su capacidad creadora y propone una serie de actividades que permitirán modificar la forma de ver la realidad; una realidad verdadera, en la que el hombre se sentirá libre y podrá expresar sin temor su esencia. De tal forma que el hombre distinga entre autenticidad y apariencia.

Antes que nada está la propuesta de *ver*. Aprender a *ver* significa para Erich Fromm "tomar plena conciencia de la realidad interior y exterior de uno mismo".

Le sigue la *capacidad de asombro*, ésta la encontramos aún en los niños. Es la premisa de toda creación, ya sea en el arte o en la ciencia. La tercera actividad creadora es la *capacidad de concentración*, ésta nos dice que el hombre está acostumbrado a hacer al menos dos actividades al mismo tiempo, lo que no le permite concentrarse plenamente. "Si uno se concentra, lo que hace en cada momento es la cosa más importante de la vida". El siguiente aspecto es el *sentido del yo o el sentido de la identidad*; significa que "me percibo como verdadero artífice de mis actos". Ése es el significado de ser original. Y, por último, encontramos la *capacidad de aceptar el conflicto*; los conflictos son el origen del sentimiento de asombro, del desarrollo de la fortaleza.

**ACTIVIDADES:** responder lo siguiente en la parte de atrás de esta hoja.

1. ¿Cuáles son las actividades que propone Fromm para que el hombre recupere su capacidad creadora y pueda modificar la forma de ver la realidad?
2. ¿Qué es la autenticidad para Fromm?
3. ¿Por qué se afirma, en la lectura, que el hombre actual se caracteriza por ser abruptamente contradictorio?
4. ¿Cuáles son las dos características esenciales de la no autenticidad?
5. ¿Cuál es el tercer factor relevante de la no autenticidad hoy?
6. ¿Cuál es, según Erich Fromm, el mayor riesgo que corre el hombre en la actualidad?
7. ¿Por qué se afirma que el hombre actual se encuentra en crisis emocional y de estrés constante?
8. ¿Cuáles son las dos formas de la estructura social que afectan simultáneamente al hombre hoy?
9. ¿Qué es lo que lleva a que el hombre se convierta hoy en un ser superfluo e inseguro?
10. ¿Por qué el hombre requiere de los otros y de la sociedad misma para desarrollarse?
11. ¿Según Erich Fromm, cuándo el hombre podrá alcanzar la libertad?

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

### INSTITUCION EDUCATIVA GUSTAVO URIBE RAMIREZ GRANADA CUNDINAMARCA

AREA: EDUCACIÓN ÉTICA Y EN VALORES HUMANOS      DOCENTE: ÁLVARO GARCÍA  
CICLO: III      PERIODO: PRIMERO      FECHA: DE 25 ABRIL HASTA 31 MAYO  
TEMA: AUTOESTIMA

INDICADORES: Define autoestima y los factores que la favorecen

#### REFERENTE TEORICO

Puede definirse la autoestima como el sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. El concepto que tenemos de nosotros mismos no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la asimilación e interiorización de la opinión de los demás respecto a nosotros. La importancia de la autoestima radica en que nos impulsa a actuar, a seguir adelante y nos motiva para perseguir nuestros objetivos.

Las personas con alta autoestima se caracterizan por lo siguiente:

- Superan sus problemas o dificultades personales.
- Afianzan su personalidad.
- Favorecen su creatividad.
- Son más independientes.
- Tienen más facilidad a la hora de tener relaciones interpersonales.

Cuando tienes una autoestima alta, te sientes bien contigo mismo; sientes que estás al mando de tu vida y eres flexible e ingenioso; disfrutas con los desafíos que la vida te presenta; siempre estás preparado para abordar la vida de frente; te sientes poderoso y creativo y sabes como " hacer que sucedan cosas " en tu vida.

Por el contrario, las personas con una baja autoestima:

- Falta de credibilidad en sí mismo, inseguridad
- Atribuir a causas internas las dificultades, incrementando las justificaciones personales
- Desciende el rendimiento
- No se alcanzan las metas propuestas
- Falta de habilidades sociales adecuadas para resolver situaciones conflictivas (personas sumisas o muy agresivas).
- No se realizan críticas constructivas y positivas
- Sentimiento de culpabilidad
- Incremento de los temores y del rechazo social, y, por lo tanto, inhibición para participar activamente en las situaciones

**¿CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA?** Es necesario conocer cómo funcionamos, es decir, cuáles son nuestras fortalezas y aspectos positivos y cuáles son nuestras limitaciones. A partir de esta valoración, decidiremos qué aspectos deseamos mejorar y cuáles reforzaremos. El plan de acción para cambiar determinadas características debe ser realista y alcanzable en el tiempo (por ejemplo, la edad que tenemos es inamovible, la altura es otro factor poco variable a determinadas edades, etc.). Es decir, tenemos características que tendremos que aceptar y con las que convivir, intentando sacar partido y ver su aspecto positivo.

Veamos quince claves para mejorar la autoestima:

1. No idealizar a los demás.
2. Evaluar las cualidades y defectos
3. Cambiar lo que no guste
4. Controlar los pensamientos
5. No buscar la aprobación de los demás
6. Tomar las riendas de la propia vida
7. Afrontar los problemas sin demora
8. Aprender de los errores
9. Practicar nuevos comportamientos
10. No exigirse demasiado
11. Darse permisos
12. Aceptar el propio cuerpo
13. Cuidar la salud
14. Disfrutar del presente

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

### 15. Ser independientes

**AUTOCONCEPTO (Una parte importante de la autoestima)** ¿Qué es el autoconcepto? Es el concepto que tenemos de nosotros mismos. ¿De qué depende? En nuestro autoconcepto intervienen varios componentes que están interrelacionados entre sí: la variación de uno, afecta a los otros (por ejemplo, si pienso que soy torpe, me siento mal, por tanto hago actividades negativas y no soluciono el problema).

- Nivel cognitivo - intelectual: constituye las ideas, opiniones, creencias, percepciones y el procesamiento de la información exterior. Basamos nuestro autoconcepto en experiencias pasadas, creencias y convencimiento sobre nuestra persona.
- Nivel emocional afectivo: es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales. Implica un sentimiento de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros.
- Nivel conductual: es la decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente.  
Los factores que determinan el autoconcepto son los siguientes:
- \* La actitud o motivación: es la tendencia a reaccionar frente a una situación tras evaluarla positiva o negativa. Es la causa que impulsa a actuar, por tanto, será importante plantearse los porqués de nuestras acciones, para no dejarnos llevar simplemente por la inercia o la ansiedad.
- \* El esquema corporal: supone la idea que tenemos de nuestro cuerpo a partir de las sensaciones y estímulos. Esta imagen está muy relacionada e influenciada por las relaciones sociales, las modas, complejos o sentimientos hacia nosotros mismos.
- \* Las aptitudes: son las capacidades que posee una persona para realizar algo adecuadamente (inteligencia, razonamiento, habilidades, etc.).
- \* Valoración externa: es la consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros. Son los refuerzos sociales, halagos, contacto físico, expresiones gestuales, reconocimiento social, etc.

**AUTOESTIMA PRECISA:** Ya sabemos que la autoestima es uno de los factores más relevantes para el bienestar personal y una clave para relacionarnos con el entorno de una forma satisfactoria.

Si nuestra tendencia es a sobrevalorar las dificultades o defectos sin valorar las propias capacidades o posibilidades, la suma global (la percepción de uno mismo) hace que nos sintamos insatisfechos. Si esta forma de pensar está generalizada, nuestras actuaciones van a estar sesgadas o actuaremos con temor y hay más posibilidades que los fallos se repitan en el futuro.

También podemos tener un pensamiento distorsionado en el sentido contrario, si lo que tenemos es un sentimiento exagerado de autoestima, nos puede crear problemas, lo cual ocasionará que no podamos resolver los problemas de forma adecuada.

**Aceptación de límites y capacidades.** En esta sociedad se nos pide que seamos perfectos, ¡Los mejores!; esto choca frontalmente con nuestra vivencia. Lo adecuado es en sentir una parte de nosotros como maravillosa, aquella que se refiere a nuestras capacidades. Somos buenos para unas cosas, tenemos cualidades que ponemos o no en práctica, hemos conseguido cosas, etc.

La otra parte de nosotros alberga los límites. Si a veces somos odiosos, nos enfadamos, somos débiles o miedosos, no sabemos qué hacer, e incluso nos equivocamos. La parte de los límites es la que intentamos esconder, la que nos avergüenza de nosotros mismos. Ponemos tanta atención en nuestros defectos que no hacemos sino hacerlos más presentes y empeorar las cosas, por no aceptarlos, cambiar o salir de ellos. Toda esta energía puesta en los límites nos impide desarrollar las capacidades y superarnos.

Necesitamos aceptarnos como un todo, con límites y capacidades. Querernos sin condiciones. Sólo así sentiremos el aumento de la autoestima. Necesitamos estimar lo mejor de nosotros y lo menos bueno.

**ACTIVIDADES:** Resolver lo siguiente:

- ¿Qué ocurre si alguien tiene una autoestima demasiado alta?
- ¿Qué es el autoconcepto? ¿de qué depende?
- De las quince claves para mejorar la autoestima tome 5 que le hacen falta a Usted y escriba cómo hacer para mejorar en cada una de ellas.
- ¿Qué es la autoestima?
- ¿Cuál es la importancia de la autoestima?
- ¿Cómo es una persona con una buena autoestima?
- ¿Cómo es una persona con una baja autoestima?
- ¿Cuáles son los factores que determinan el autoconcepto?

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

### INSTITUCION EDUCATIVA GUSTAVO URIBE RAMIREZ GRANADA CUNDINAMARCA

AREA: EDUCACIÓN ÉTICA Y EN VALORES HUMANOS      DOCENTE: ÁLVARO GARCÍA  
CICLO: III      PERIODO: PRIMERO      FECHA: DE 25 ABRIL HASTA 31 MAYO  
TEMA: EL AMOR PROPIO  
INDICADORES: Da motivos por los cuales se debe tener amor por sí mismos

#### REFERENTE TEORICO

**¿Qué tanto me quiero?:** Amor propio y autoestima son elementos importantes para que cualquier persona lleve una vida satisfactoria, la base es la familia. Los padres a través del amor, la aceptación y los cuidados que les proporcionan a los hijos les demuestran lo importante que son para ellos.

Posteriormente conforme se crece, la seguridad, el valor, respeto y satisfacción de uno mismo que es como se le define al amor propio y autoestima, deben estar vinculados con el autoconocimiento. Esto significa saber cuáles son tus cualidades y fortalezas pero también tus defectos y debilidades.

Si no te conoces, es porque no te interesas y probablemente no te quieras, pero si te amas, estarás dispuesto a saber de ti, a aceptarte y a trabajar para reforzar todo aquello que te hace sentir completo, pero también eliminar o cambiar todo lo que te limita.

Date cuenta de lo especial que eres simplemente por ser tú, y verás que terminarás por admirarte. Si finalmente eres una persona dispuesta a enfrentar y solucionar tus problemas, no buscas imitar a nadie, eres creativa, extrovertida, independiente, amigable y amorosa; seguramente es porque tienes un amor propio y autoestima muy positivo y elevado. Pero si no es así, entonces haz lo cambios necesarios y toma el control de tu vida, porque sólo así tendrás el poder para alcanzar lo que deseas.

Los resultados se reflejarán en ti: mostrándote como una persona feliz, positiva y segura.

En tu familia conviviendo en paz, aceptándose y queriéndose tal cual es cada uno.

En el trabajo serás más realista, comunicativo, te adaptarás a los cambios; controlando y evitando todo aquello que te estrese.

Y en todas aquellas relaciones personales demostraras que puedes ser un ser humano capaz de dar y recibir.

¿Qué pasa cada vez que te ves frente al espejo?, ¿te sientes orgulloso de lo que hay en frente?, o más bien dices, ¿quién es ese pendejo que está frente a mí? En este mundo hay fuertes y débiles, los fuertes son los que salen adelante y dejan huella, y los débiles son los que sucumben y pasan desapercibidos por la vida, echando culpas por la desgracia propia que según ellos están sufriendo.

El amor propio es una característica de las personas fuertes. Los débiles creen que esas personas son perfectas, y por eso reniegan ante las imperfecciones de la vida. Pero lo que no se dan cuenta es que el fuerte también tiene imperfecciones, pero estos últimos las han sabido aceptar y asimilar. ¿Por qué hay hombres gorditos o feos que salen con un bombón de mujer?, ¿por qué hay gente sin maestría detrás de un escritorio en una empresa importante? Porque a diferencia de los demás, ellos saben lo que es el amor propio, y han salido adelante.

Los débiles, en cambio, creen fielmente en la suerte. Creen que han tenido mala suerte para no sentirse responsables de sus fracasos en su vida. Creen que ellos son los únicos que fracasan. Nada más que sus opuestos, los fuertes, han fracasado más veces, porque lo intentan más, y de los fracasos aprenden. Y el débil ante el fracaso se repliega y se dice -si fracasé una vez, ya no lo debería intentar, ¿para qué tropezar con la misma piedra? Y yo al débil le digo. -Señor débil, no sea pendejo usted, la piedra será siempre la misma, pero la forma de abordarla puede cambiarla; pero si usted utiliza el mismo método una y otra vez quedará donde mismo, y lo que es peor, si ya no hace nada, será como ir un paso atrás.

## GUIAS DE TRABAJO: PLAN DE CONTINGENCIA POR PANDEMIA

El débil siempre se disfraza de bueno. Aparentar bondad siempre es fácil, aparentar compasión también lo es. Pero curiosamente esa actitud ya de por sí es un fracaso. Y es paradójico que lo hagan los que “tienen miedo de fracasar”. Y luego se preguntan por qué sale todo mal. Y otra vez, vamos a llamar a juicio a “La Mala Suerte”, a “Dios”, a “La Otra Persona”, a ver quién de ellos ha sido el culpable de la desgracia. El problema es que aún entambados en la cárcel de la conciencia del débil, el seguirá siempre siendo eso, débil. Porque no confía en él, porque no tiene amor propio. Porque a cada rato se repite: Soy un pendejo, soy un pendejo, soy un pendejo.

Y él cree que nadie lo escucha, pero cuando lo ven pasar, los demás se dicen: -¿quién será ese pendejo que va caminando por ahí?, no se, ha de ser un pendejo. Y los que más se fijan en eso son los otros débiles, los fuertes ignoran al “pendejo”, pero los débiles se fijan en ver cuantos pendejos hay para no sentirse solos, o buscan otros más pendejos para sentir que no lo son tanto: Malditos conformistas.

El amor propio es clave en la vida. La bondad, como he mencionado alguna vez, es un principio moral, no es una estrategia, y quien la utiliza con este último fin, es un débil, y sí, es un pendejo.

**ACTIVIDADES:** Responder detrás de la hoja lo siguiente:

1. ¿Por qué el amor propio es clave en la vida?
2. ¿Por qué el amor propio es una característica de las personas fuertes?
3. ¿Cuáles son las características de una persona que tiene un buen amor propio?
4. ¿Por qué el amor propio debe estar vinculado al autoconocimiento?
5. ¿Cuáles son los elementos importantes para que una persona lleve una vida satisfactoria?
6. Tú ¿eres una persona fuerte o débil? ¿por qué?
7. De las películas vistas escoja tres personajes que hayan demostrado un verdadero amor propio y tres que no lo tengan, descríbalos y diga por qué son así.