

# 7.6

## Si me dejo llevar por mis afectos

### Introducción

Ser imparcial es una actitud que consiste en entrenar la mente para no tener apego, aversión e indiferencia hacia las demás personas. Si los estudiantes la practican, se les facilitará entablar vínculos sanos con los demás.

Cuando los estudiantes evitan utilizar sus propios intereses y necesidades para generarse preconcepciones de las personas, entonces se abren a la posibilidad de conocerlas mejor y permitirse valorar de manera objetiva en qué categoría ubicarlas –amigos, extraños o personas difíciles –.

### ¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes identifiquen actitudes que favorecen una perspectiva imparcial hacia los demás, para practicarlas en su vida diaria.

### ¿Por qué es importante?

Porque si los estudiantes entrenan esta disposición, estarán más abiertos a relacionarse con las personas sin generar preconcepciones de las mismas.

### Concepto clave

Actitud imparcial

### Orientaciones didácticas

3 min. Individual

#### Introducción para los estudiantes

Lectura y reflexión del texto introductorio, de la cita y “El reto es”.

- Solicite a los estudiantes que lean la introducción, la cita y “El reto es”.
- Realice un ejercicio de reflexión puede preguntar al grupo si saben qué es una actitud imparcial. Esto permitirá recuperar conocimientos previos.

7 min. Grupal

#### Actividad 1

Explicación de cómo influye el anteponer nuestros intereses o necesidades en la manera en la que percibimos y catalogamos a los demás.

- Se tiene el objetivo de que los estudiantes comprendan que si anteponen sus intereses para relacionarse con los demás, no tendrán una actitud imparcial y se apejarán o alejarán de los otros dependiendo de sus propias necesidades disminuyendo así, la probabilidad de establecer vínculos sanos.

Matemáticas

# 7.6

## Si me dejo llevar por mis afectos

*“Ser neutral no significa ser indiferente e insensible. No hay que matar el sentimiento dentro de uno mismo. Basta matar el odio dentro de uno mismo”.*

Andrzej Sapkowski.

Mariana invitó a su amiga Alejandra a jugar a casa de su primo Diego con quien lleva una excelente relación. Cuando él se salió de su habitación, ellas se pusieron a jugar con una pelota y Mariana rompió uno de los trofeos favoritos de karate de su primo.

Al regresar Diego se puso furioso y sin pensar ni preguntar, le echó la culpa a Alejandra a quien acababa de conocer.

¿Te ha pasado algo así? ¿Piensas que Diego se dejó llevar por el afecto hacia su prima y fue parcial al juzgar quién podría haber roto su trofeo?

**El reto es** identificar actitudes que favorecen una perspectiva imparcial hacia los demás, para practicarlas en tu vida diaria.

**Actividad 1.** En parejas, lean el caso y respondan las preguntas.

a. Rosaura tiene una fiesta en la noche y quiere pedirle a alguien que sepa de peinados que la ayude a arreglarse.

Antes de irse a la fiesta, va al deportivo donde el entrenador le pide que escoja a alguien que forme parte de su equipo el cual seguramente será el ganador porque Rosaura es una de las atletas más dedicadas y destacadas. En el grupo a) está Lucía que siempre entrena y es muy disciplinada, en el b) está Marisela que se caracteriza por jugar muy bien y limpio, aunque siempre se viste de negro y en el c) está Juliana quien siempre llega con diferente barniz de uñas y hermosos peinados antes de ponerse su ropa deportiva y es inconsistente en los entrenamientos. Al final, Rosaura elige a Juliana.

b. Respondan las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué piensan que Rosaura eligió a Juliana?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. ¿Cómo se sentirían si los eligieran principalmente porque pueden cubrir las necesidades e intereses de otro?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

SEP  
CONSTRUYE T  
www.sems.gob.mx/construyet  
Conciencia social | 1

- Le sugerimos poner especial atención en aquellos estudiantes que no logren contactar de inmediato con un compañero, en esos casos puede formar usted las parejas.
- En esta actividad promueva un ambiente de respeto y escucha activa.
- Para la reflexión final, pida una participación voluntaria.

6 min. Individual

### Actividad 2

Conocer los pasos del entrenamiento mental para tener imparcialidad.

- El objetivo es poner en práctica el entrenamiento mental para favorecer el desarrollo de una perspectiva imparcial en los estudiantes.
- Al finalizar, puede pedir una participación breve por pregunta.

2 min. Individual

### Reafirmo y ordeno

Lectura y análisis del texto.

- Pida a un alumno que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio. Si el tiempo se lo permite puede comentar una conclusión breve.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida que escriban en su cuaderno lo que consideran más relevante de la lección.

1 min. Individual

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a leer y a realizar las actividades de las secciones. En *¿Quieres saber más?* pueden conocer más sobre qué implica tener una actitud imparcial.

Lección 7. Prejuicios: los obstáculos a la empatía Si me dejo llevar por mis afectos

**Actividad 2. De forma individual, lee y responde.**  
 a. Pasos del entrenamiento mental para fomentar imparcialidad  
 Tomando como base el ejercicio anterior, podrás notar que algunas veces nos acercamos a las personas porque pueden resolver nuestras necesidades e intereses, lo que dificulta establecer vínculos sanos con ellas. Esto en parte, se podría evitar si tenemos una visión más imparcial carente de apego, aversión o indiferencia hacia los demás. A continuación, se te explicará cómo puedes entrenar tu mente para lograrlo.  
 En la columna A, lee cómo llevar a cabo el entrenamiento de la mente para ser más imparcial y, en la columna B responde a los ejercicios que se te plantean.

| A   | B   |
|---|---|
| <p>1. Visualiza a una persona de cada uno de los siguientes grupos: a) amigo, b) persona difícil c) extraño.</p>                                    | <p>Identifica tres personas que ubiques en cada una de las categorías. Nota: no es necesario que escribas sus nombres.<br/>                     a. Amigo: _____<br/>                     b. Persona difícil: _____<br/>                     c. Extraño: _____</p>   |
| <p>2. Examina las sensaciones y sentimientos que experimentas hacia cada uno de ellas.</p>  | <p>¿Qué sensaciones (en el cuerpo) y sentimientos, te provocan cada uno?<br/>                     a. Amigo: _____<br/>                     b. Persona difícil: _____<br/>                     c. Extraño: _____</p>   |
| <p>3) Analiza ¿en qué te basas para considerar a alguien como amigo, persona difícil o extraño?</p>   | <p>Responde:<br/>                     Cuando catalogas a una persona como amigo, enemigo o extraño, describe ¿Qué tiene más peso?<br/>                     ¿Sus características personales? o ¿Sus necesidades e intereses? o ¿El apego, aversión o indiferencia que sientes hacia ella?</p>  |
| <p>4. Deja ir el apego, la aversión y la indiferencia que experimentas por ellos y permite que tu mente descanse en un estado de imparcialidad.</p> | <p>En tu mente, repite la frase:<br/>                     "Admito que, en ocasiones, establezco relaciones con las personas dependiendo de mi percepción sobre ellas, de mis necesidades e intereses lo que dificulta vincularme sanamente. Sería positivo contar con una visión más imparcial para estar más abierta a conocerlas sin prejuizar".<br/>                     Las actitudes que favorecen tener una perspectiva imparcial son ser neutral, no emitir juicios, no tener prejuicios y ser objetivo al observar las cualidades y defectos de las personas.</p> |

b. ¿Por qué consideras que es importante practicar el entrenamiento mental de la imparcialidad?

2 | Conciencia social

Lección 7. Prejuicios: los obstáculos a la empatía Si me dejo llevar por mis afectos

**Reafirmo y ordeno**  
 Ser imparcial es generar una mente carente de apego, aversión e indiferencia hacia las personas. Es permitir a nuestra mente ser más objetiva y ecuánime.  
 La imparcialidad es una actitud que te va a permitir tener una mejor convivencia con los demás. Se caracteriza por el respeto, la justicia y la igualdad. Asimismo, disminuirá tu tendencia a catalogar a las personas como amigos, enemigos o extraños basándose principalmente en tus necesidades e intereses.  
 Para lograr dicha actitud, la práctica del entrenamiento mental de la imparcialidad te puede ser de mucha utilidad. Te invitamos a practicarla.

**Para tu vida diaria**  
 Con tu familia, cada uno piense en una ocasión que no hayan tenido una visión imparcial y catalogaron a determinada persona –sin conocerla bien– como amigo, enemigo o como alguien con quien no les interesa relacionarse. Hoy a la distancia, reflexionen ¿qué les llevó a no ser parciales? Y en cuál les beneficiará ser más parciales para catalogar a las personas?

**¿Quieres saber más?**  
 Para conocer más sobre el tema de la imparcialidad, se te recomienda ver el video ¿Cómo ser más imparcial que encuentras en: <https://www.youtube.com/watch?v=ugj05n9e7c0>

**CONCEPTO CLAVE**  
**Actitud imparcial:** Implica ser neutral y ecuanime al emitir un juicio de valor sobre una persona; es decir, se refiere a tener una mente carente de apego, de prejuicios, de indiferencia y de aversión hacia los demás

1 | Significado de Imparcial: Respuestas de Baza/ConcienciaSocial/Imparcial/Modelo de sems. 11/07/18

3 | Conciencia social

## Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Para el aula:

Se considera que, en la enseñanza de la imparcialidad, usted tiene una oportunidad de oro en la forma en la que interviene para resolver los conflictos dentro del salón de clases. Si evita dejarse llevar por su apego, aversión o indiferencia hacia uno (s) de los involucrados, y por el contrario se muestra neutral al resolver el asunto, entonces se convertirá en un ejemplo a seguir en este tema sin tener siquiera que enseñarlo explícitamente. Recuerde que a través del currículo oculto - los aprendizajes que son incorporados por los alumnos, aunque no figuren en el currículo oficial- usted también puede brindar grandes enseñanzas a sus estudiantes.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables y/o reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento, preguntar al estudiante ¿qué le serviría en ese momento? y brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, escribir en su diario de emociones o atender las sensaciones en el cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo. México: SEP, 2017)* y el Artículo primero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, disponibles en los siguientes enlaces:

**Equidad e Inclusión:**

<http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

**Artículo primero:** [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1\\_150917.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf)

Para su vida diaria:

Le sugerimos que trate de desarrollar una actitud imparcial que le permita mirar a los demás de manera más objetiva y sin prejuicios entre sus compañeros y alumnos de la escuela.

## Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

| Rubro   | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|---|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| Al menos 50% de los estudiantes identificaron actitudes que favorecen una perspectiva imparcial hacia los demás, para practicarlas en su vida diaria. |                          |               |         |            |                       |
| Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.   |                          |               |         |            |                       |
| Se logró un ambiente de confianza en el grupo.  |                          |               |         |            |                       |
| ¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?   |                          |               |         |            |                       |
|   |                          |               |         |            |                       |
| Dificultades o áreas de oportunidad   |                          |               |         |            |                       |
|   |                          |               |         |            |                       |
| Observaciones o comentarios   |                          |               |         |            |                       |
|   |                          |               |         |            |                       |