

7.3

Si me centro en mis necesidades e intereses...

“El que quiere en esta vida todas las cosas a su gusto, tendrá muchos disgustos en su vida”.

Francisco de Quevedo y Villegas.

Juan pasará la tarde en casa de sus primos pequeños. Deciden jugar con otros niños en el patio y organizan unas carreras de velocidad por equipos.

Juan tiene una única meta: ganar. Para lograrlo, se autoproclama líder de un equipo y escoge a sus compañeros dejando fuera a sus primos quienes se entristecen. A Juan eso no le importa, e incluso les comunica que, al no formar parte de su equipo, esa tarde los considera adversarios y no quiere tener relación con ellos.

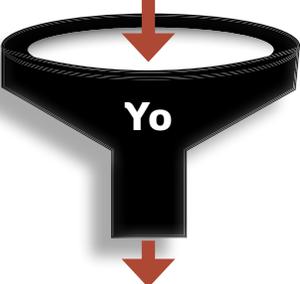
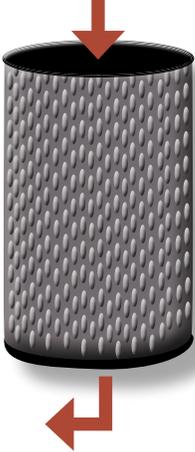
¿Conoces a alguien que sólo piensa en sí mismo y que clasifica a los demás como amigos o como personas difíciles dependiendo de si le son útiles o no para cumplir sus propios intereses o cubrir sus necesidades?

El reto es explicar las razones por las que clasificar a las personas como amigas y difíciles se basa en una mentalidad auto centrada.

Actividad 1.

En binas, realicen la siguiente actividad y escriban aquí o en su cuaderno lo que se les solicita.

- Tomando como base el relato de Juan expliquen con sus propias palabras los siguientes esquemas:

Postura auto centrada en exceso	Postura imparcial
 <p>Mi percepción de las personas pasa por el filtro de mis propias necesidades e intereses (postura autocentrada).</p> <p>Como resultado, juzgo a las personas con base en las ideas que hay en mi mente y no por quién en realidad son, y es así como las clasifico en:</p> <p>Amigos ← → Personas difíciles</p>	 <p>Mi percepción de las personas es neutral y no pasa por el filtro de mis propias necesidades e intereses, es decir, evito tener una postura autocentrada en exceso.</p> <p>Entiendo que cada individuo tiene sus propias características con independencia de mi punto de vista.</p> <p>Como resultado, tengo una visión más imparcial de las personas y me abro a la posibilidad de conocerlas sin juicios.</p>
<p>Explicación</p> <hr/> <hr/>	<p>Explicación</p> <hr/> <hr/>

- b. Analicen y escriban una consecuencia positiva o negativa que puede tener cada una de las distintas posturas.

Postura auto centrada en exceso	Postura imparcial
¿Qué consecuencias puede experimentar una persona que sólo piensa en sí misma y clasifica a los demás como <i>amigos</i> o <i>personas difíciles</i> basándose en sus propias necesidades e intereses?	¿Cómo se siente y se relaciona con los demás una persona que no piensa solamente en sí misma y que se da la oportunidad de conocerlos sin catalogarlos como <i>amigos</i> o como <i>personas difíciles</i> ?
Consecuencias: <hr/> <hr/> <hr/>	Consecuencias: <hr/> <hr/> <hr/>

- c. Para generar un diálogo con sus compañeros, respondan a la siguiente pregunta: Pongan atención al docente que llevará la actividad.
¿De qué se dan cuenta con sus respuestas?

Actividad 2. De forma individual completa la frase.

- a. Cuando clasifico a las personas en amigos o en personas difíciles con base en mis intereses y necesidades, ellas se pueden sentir...

Reafirmo y ordeno

Cuando centras tanta atención en ti mismo, en tus deseos y necesidades, puedes dejar de ver objetivamente la realidad.

Lo anterior, tiende a complicar y hasta destruir tus relaciones familiares y de amistad. Si te centras sólo en ti, puedes confundirte y no ver las verdaderas cualidades y defectos de los demás, sino que las juzgas únicamente por tu sentir y por cómo se relacionan contigo y/o con tus seres queridos. Esto te puede llevar a clasificarlas en amigos o personas difíciles sin conocerlas en realidad, y sólo basándote en las ideas que tú te haces de ellas.

Para evitarlo, hay que ser más imparciales y disminuir nuestra tendencia a catalogar a las personas utilizando una visión auto centrada en exceso. La buena noticia es que tú tienes el poder de desarrollar habilidades para tener una mirada más objetiva sobre los demás, que te lleve a estar abierto a conocerlos y a entablar relaciones que te provoquen mayor bienestar.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

En familia, reflexionen sobre las consecuencias de tener una visión auto centrada en exceso. Para ello, se sugiere que reflexionen sobre los siguientes cuestionamientos: ¿a qué se debe que las personas clasifiquemos a otras con base en una visión auto centrada?, ¿qué consecuencias tiene el clasificar a los demás con base en los propios intereses y necesidades, perdiendo objetividad al emitir juicios sobre ellos? Y, en términos más generales: ¿cuáles son las consecuencias de que los individuos persigan sus propios intereses por encima de los de los demás, sin pensar en las repercusiones que puedan ocasionarles? responde las preguntas con tu familia y si quieres puedes compartir la experiencia con tu grupo.

¿Quieres saber más?

Se te recomienda ver el video llamado la "Asamblea en la Carpintería" el cual les ayudará a reflexionar sobre lo poco aconsejable que es el auto centrarse en exceso. Por el contrario, se muestra la importancia de estar abierto a percibir los aciertos de quienes nos rodean y así, estar en disposición de dialogar y entablar relaciones con ellos. Para verlo, haz click en: <https://www.youtube.com/watch?v=ukkd0yGCupo>

CONCEPTO CLAVE

Mentalidad autocentrada:

Es una manera de pensar que busca atender los intereses y necesidades propios desde una perspectiva estrecha que no toma en cuenta a los demás. Es una forma de ver el mundo centrada en el "yo", "lo mío", "para mí", que se vuelve ciega a las necesidades de los otros.