

CENS Juan De Garay

Docente: Ivana, Aciar.

Año: 2º 1º y 2º 2º

Turno: Noche.

Área Curricular: Filosofía y Psicología.

GUÍA PEDAGÓGICA N° 12

Tema: “La Pandemia e Inteligencia emocional”.

Contenidos:

- La inteligencia emocional.

Objetivos:

- Identificar los distintos tipos de emociones.
- Describir la inteligencia emocional.

Capacidades a desarrollar:

- Comprensión lectora.
- Resolución de problema.
- Compromiso y responsabilidad.

Metodología:

*Guía de análisis y lectura reflexiva.

Desarrollo de Actividades

Actividad 1:

¿Qué es la inteligencia emocional?

La inteligencia emocional es la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás, es decir, la capacidad que tenemos para tratarnos bien y tratar bien a los demás. Consta de tres procesos básicos que la engloban

* **Percibir:** Reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.

***Comprender:** Integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.

***Regular:** Dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz.

2)- Elabora un esquema del texto sobre “La Inteligencia emocional”

3)-Lee con atención el siguiente texto.

Texto para la lectura comprensión y reflexionar

CUE: 700097600

Profesora: Ivana, Aciar.

Directora: Graciela, Pérez.

Filosofía de emergencia para tiempos de cuarentena

VIVIR

En estas semanas difíciles, los grandes pensadores pueden echarnos una mano en la tarea de aceptar la realidad: «Nos dicen que no hay momento que no sea una crisis»

CARLOS BENITO
Lunes, 30 marzo 2020, 00:05



La filosofía es nuestro compañero inevitable de epidemia y cuarentena, aun en el caso de que las estanterías de nuestra casa esa en la que permanecemos forzosamente enclaustrados no guarden ni una sola obra de pensadores ilustres. En estos momentos de zozobra, cuando nuestras certezas y hábitos se han hecho añicos hasta volverse inservibles, se nos agolpan en la mente las grandes preguntas que han pellizcado desde siempre al ser humano. **Por poco propensos a la reflexión que seamos, la filosofía se acaba colando en nuestros hogares y nuestras cabezas. ¿Por qué nos está sucediendo esto? ¿Tan vulnerable es la humanidad?** ¿Es justo que mis padres enfermen y los del vecino no? ¿Cuáles son los comportamientos éticos en estas jornadas difíciles? ¿Por qué en unos ánimos prima la solidaridad y en otros el egoísmo? ¿En qué consiste ese amor que nos hace añorar dolorosamente a los seres queridos, temer por ellos, sentirlos tan cercanos a pesar de la distancia? ¿Es legítimo experimentar momentos de felicidad familiar en mitad de tanto sufrimiento? ¿Cómo se debe resolver esa situación terrible en la que queda solo una cama y se acumulan varios enfermos? Preguntas como estas, complejas y a menudo incómodas, dan sustancia a la historia de la filosofía, y las cavilaciones y conclusiones de las mejores inteligencias del pasado pueden acudir en nuestro auxilio y quizá brindarnos algo de consuelo o servirnos de guía. Estamos en una situación extrañísima, insólita, en la que las discusiones sobre ética se han vuelto omnipresentes y cotidianas: **un desencuentro en las redes sociales sobre el acopio de papel higiénico o sobre el abuso de pasear al perro más de la cuenta puede llevar a invocaciones del imperativo**

CUE: 700097600

2

Profesora: Ivana, Aciar.

Directora: Graciela, Pérez.

categorico de Kant, aquello de comportarnos de manera que la máxima de nuestra conducta pueda convertirse en ley universal. ¿Qué nos puede aportar la filosofía en estas circunstancias? «La capacidad de estar quietos y solos en un cuarto y que de nosotros no salga un chorro de tedio, sino alguna idea sobre el sentido y la falta de sentido de lo que está pasando. La filosofía dice que, en realidad, no hay momento presente que no sea una crisis, pequeña o grande, y que está enfermo aquel que no quiere ver esto porque no puede soportarlo. Y por la ventana casi puedo ver una terrible cantidad de miedo descontrolado», plantea Miguel García- Baró, profesor de la Universidad de Comillas y autor de 'La filosofía como sábado'. «La filosofía no va a resolver problemas materiales o sociales inminentes, pero sí es una disciplina práctica y, cómo tal, sí puede y debería aportar mucho a las personas», analiza Guillermo Gallardo, fundador de la Sociedad de Filosofía Aplicada, un inesperado 'hit' en Facebook que acumula tres millones de seguidores. «Especialmente añade en situaciones donde las cosas se han salido de sus cauces habituales y la gente tiene que replantearse muchas cosas para seguir con un día a día muy cambiado.

La filosofía tiene la función y casi el deber de ayudarnos a situarnos y ver la realidad desde prismas y ópticas diferentes para tratar de recuperar una cierta normalidad en nuestro día a día... y, a ser posible, salir reforzados, con una reflexión razonada de esta situación de cuarentena que nos ha caído sorpresivamente y aún tiene visos de durar». Hay una frase que recorre buena parte de la historia del pensamiento, y es aquella que sostiene que filosofar no es otra cosa que aprender a morir o, formulado de otra manera, aprender a vivir sin miedo a la muerte propia o ajena. Quizá tampoco se trate de llegar a los extremos del griego Jenofonte, discípulo de Sócrates de quien se cuenta que, al enterarse del fallecimiento de su primogénito en batalla, se limitó a pronunciar un breve comentario de aceptación: «Sabía que lo engendré mortal». Pero seguramente sí que nos convendría impregnarnos un poco de estoicismo, esa corriente filosófica que busca, en palabras del escritor y exministro César Antonio Molina, «aminorar el impacto» de la muerte y propiciar una vida virtuosa. «No permitas que te turbe la imagen de tu vida entera. No te preocupes pensando en los muchos e importantes sufrimientos que probablemente te esperan (...). **Ni el porvenir ni el**

pasado te agobian, sino siempre el presente. Y se reduce al mínimo si lo dejas solo y si refutas a tu inteligencia cuando se cree incapaz de afrontarlo sola», escribió Marco Aurelio, el emperador filósofo, que algo sabía de epidemias: le tocó vivir la peste antonina, que acabó con millones de romanos y lleva, de hecho, el nombre de su familia.

Reflexiona y Responde las siguientes preguntas

- 1)- ¿Por qué nos está sucediendo esto? ¿Tan vulnerable es la humanidad? ¿Es justo que mis padres enfermen y los del vecino no?
- 2)-¿Cuáles son los comportamientos éticos en estas jornadas difíciles?
- 3)-¿Por qué en unos ánimos prima la solidaridad y en otros el egoísmo?
- 4)-¿En qué consiste ese amor que nos hace añorar dolorosamente a los seres queridos, temer por ellos, sentirlos tan cercanos a pesar de la distancia?
- 5)- ¿Es legítimo experimentar momentos de felicidad familiar en mitad de tanto sufrimiento?
- 6) ¿Cómo se debe resolver esa situación terrible en la que queda solo una cama y se acumulan varios enfermos?
- 7) ¿La Inteligencia emocional cumple un papel fundamental en nuestro accionar? ¿Cuál?
- 8)- Elabora un collage de imágenes sobre el tema “Pandemia e Inteligencia emocional”. Recuerda que puedes recopilar información de los contenidos vistos en las guías durante el año lectivo. Puedes utilizar un afiche para realizar la tarea.

Evaluación:

- Desarrollo de las actividades propuestas.
- Presentación en tiempo y forma.
- **Bibliografía:**

CUE: 700097600

Profesora: Ivana, Aciar.

Directora: Graciela, Pérez.

***Web Futuro del trabajo.**

* “Filosofía de emergencia para tiempos de cuarentena”.

*Merino González, Sheila (Inteligencia emocional).