



Guía N°2 Convivencia Social (2do Semestre): “La Convivencia es determinante para tu salud mental”.

Objetivo: Entender que muchos problemas de salud tienen están relacionados con la convivencia social, la no expresión de emociones, ocultar ideas y el no conocimiento de uno(a) mismo(a).

Instrucciones:

1. Imprime la Guía y responde en ella.
2. En caso de “NO” poder imprimirla, lee y responde las preguntas en tu cuadernos de la asignatura.
3. Responde con letra clara y legible cada una de las respuestas.

I. Comprensión Lectora:

Lee el siguiente texto y luego responde las siguientes preguntas.

El ser humano vive en sociedad y la forma de convivencia es determinante para su salud mental.

El ser humano no puede vivir aislado de los demás y, a pesar de definirse como el ser más perfecto de la naturaleza, tiene carencias que lo limitan y lo hacen vulnerable y sensible a los efectos del ambiente natural, físico y social que lo rodea. Por ello, es un ser carencial, porque no cuenta con muchas armas naturales que le permitan sobrevivir en cualquier lugar y medio. Pero también es un ser en evolución constante.

Su desarrollo no solo es cronológico, sino que evoluciona en su pensamiento, capacidad de conocer, de aprender, de sentir, de expresarse, de comunicarse y de adaptar su entorno a sus necesidades inmediatas. Por lo que es el único ser que vive permanentemente en un proceso de cambio.

Es un ser que ha hecho de la comunicación su gran herramienta y gracias a ella se expresa, se relaciona, transforma, aprende, piensa y trasciende. Es un ser psicológico que manifiesta emociones, sentimientos, afectos, pensamientos, actitudes, deseos, metas, temores, esperanza, temperamento y carácter. Es creador, investigador y productivo y durante los últimos años, se ha progresado enormemente en estos campos y ha logrado grandes progresos en los medios de comunicación masiva, en la informática, en la ciencia y tecnología médica, la genética y otros campos que le abren nuevas rutas de desarrollo y bienestar integral. Otra de sus características es que es trascendente y siempre anda en busca de sentido.

Durante la historia, la convivencia del ser humano no ha sido del todo fácil, pero es hasta ahora que se han logrado relacionar muchos de sus problemas de salud con la forma de relacionarse y de interactuar con el medio ambiente, sobre todo con el medio social.

Entre los principales problemas de salud y de las primeras causas de mortalidad, se encuentran la violencia y los suicidios, lo que nos refleja, por un lado, la falta de control ante situaciones de estrés, la falta de tolerancia, la incapacidad de resolver los problemas adecuada y respetuosamente y la disminución o carencia de valores humanos.

a. ¿Cuál es la idea principal del texto? Menciona 2 ideas claras.

b. ¿Cuáles son las grandes virtudes que tiene el ser humano? Nombra por lo menos 3.

c. ¿Por qué crees tú, que la forma de convivencia es determinante para la salud del ser humano? Fundamenta tú respuesta

d. ¿Qué problemas de salud están asociados a la convivencia, relaciones personales u ocultamiento de emociones?

e. ¿Qué beneficios podría tener para el ser humano hablar los problemas, expresar sentimientos o dar solución a problemáticas? Fundamenta tú respuesta.
