

3.5

Ayudar a los demás

“Los hombres olvidan siempre que la felicidad humana es una disposición de la mente y no una condición de las circunstancias”.

John Locke.

Gabriel iba de salida de la escuela cuando vio llegar corriendo a Jasmine; siguiéndola con la mirada se dio cuenta que intentaba alcanzar a la maestra sin conseguirlo. Él sabía que la profesora encargó una tarea y que su compañera no había escuchado las instrucciones por lo que, con una disposición de ayuda, decidió acercarse a Jasmine para darle la información que necesitaba. Gesto que provocó el nacimiento de una buena amistad. En tu caso ¿alguien ha mostrado disposición de ayuda hacia ti? ¿ha hecho algo especial para construir una buena relación contigo?



El reto es explicar la manera en que la disposición para ayudar contribuye a establecer relaciones constructivas, a partir de ejemplos de tu vida cotidiana.

Actividad 1.

En binas, lean el caso y, aquí o en su cuaderno, escriban lo que se les indica.

Los padres de Fernanda y Rodolfo les avisan que algunos de sus familiares se quedaron sin casa debido a un desastre natural y que han decidido recibir a dos de sus sobrinos en su hogar.

- Lean las actitudes que toman Fernanda y Rodolfo respecto a la llegada de sus primos y escriban su opinión:

		Formas de reaccionar ante la noticia	¿Cómo es la disposición de ayuda de cada uno?	¿Cómo consideras que se sienta cada uno consigo mismo cuando sus familiares se regresen a su casa?	¿Qué tipo de relación crees que surja entre cada uno de ellos y sus primos?
1		<p>Cuando llegan sus primos, Fernanda los hace sentir bienvenidos, incluso invita a su prima a quedarse en su cuarto. A los dos les ofrece a ayudarlos en sus tareas para que no se retrasen en la escuela.</p>	<p>Positiva</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>Relación de amistad</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>Bien por que ayudó a su prima</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
2		<p>Por su parte, Rodolfo se niega a ceder su espacio y su primo acaba durmiendo en la sala. Decide no relacionarse con ellos argumentando que son 1 año menores que él y eso le aburre.</p>	<p>Negativa</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>No haya relación</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>Mal porque fue egoísta y sólo pensó en sus intereses</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

b. Con base en el caso anteriormente propuesto, respondan las siguientes preguntas:
¿Qué relación encuentras entre tener una buena disposición para ayudar y la construcción de relaciones cercanas, sanas y armónicas?

Actividad 2.

De forma individual, aquí o en tu cuaderno, describe y responde lo que se te pide.

a. Describe una anécdota en la cual hayas ayudado a alguien.

b. ¿Cómo te sentiste?

c. ¿Cómo es o fue tu relación con esa persona?

Reafirmo y ordeno

Cuando valoramos a los demás y tomamos en cuenta sus necesidades, entonces puede decirse que tenemos una buena disposición hacia ellos. Esto se traduce en una serie de conductas positivas en pro de su bienestar, como puede ser una actitud de ayuda, de apoyo, de escucha, entre otras. Dichas actitudes ayudarán a establecer con los otros relaciones saludables y armónicas. La buena noticia es que tu disposición para ayudar depende de ti y por ello puedes trabajar para que sea positiva hacia los demás. No se trata de que te descuides a ti mismo y que sólo estés pensando en el bienestar de los demás, sino que encuentres un equilibrio en el que, si bien no pienses sólo en tus necesidades e intereses, también consideres a los demás en tus decisiones y estés dispuesto a apoyarlos cuando lo necesitan. Ayudar y ocuparse de los demás no es sólo bueno para ellos y algo muy valioso de hacer, sino que te hará sentir bien.



Para tu vida diaria

En familia, recuerde cada uno una anécdota en la cual hayan mostrado una disposición de ayuda hacia otra persona. Y reflexionen si esto benefició o no a construir una mejor relación con ella.

¿Quieres saber más?

Para reflexionar sobre el poder que tiene la disposición de ayudar a los demás y como esto puede favorecer la construcción de relaciones constructivas, te sugerimos ver el video: *Ella se ve como una mamá normal pero no lo es*. Para ello, haz clic en: <https://www.youtube.com/watch?v=T0IK5QxLBng>

CONCEPTO CLAVE

Disposición para ayudar: Consiste en interesarse en la vida de los demás y hacer lo posible para que sientan nuestra presencia y apoyo. Implica disfrutar la alegría experimentada por la pasión de servir.