|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  Liceo José Victorino Lastarria Rancagua “*Formando Técnicos para el mañana”*Unidad de Orientación. |  |

**CÁPSULAS DE ORIENTACIÓN N°2**

**Nivel: 1°Medio**

**Unidad o EJE: Crecimiento personal.**

**OA1: Comparar distintas alternativas posibles de sus proyectos de vida, en los ámbitos laboral, familiar u otros, considerando sus intereses, condiciones y capacidades, y la manera en que las propias decisiones y experiencias puedan influir en que estas alternativas se hagan realidad**

**Objetivo cápsula: Reflexionar en torno a los valores que ayudarán a formar las convicciones que guiarán las metas y proyectos de vida.**

Estimados alumnos, quisiera comenzar esta cápsula con el encabezado del siguiente artículo.

|  |
| --- |
| **Covid-19: compasión, cooperación, valentía y elección!**Queridos amigos,Las consecuencias de la pandemia de covid-19 son y serán definidas por elecciones. Elecciones que deben estar fundadas en valores éticos, no financieros: **compasión, valentía y cooperación**. Esos valores siempre fueron [nuestros](https://www.greenpeace.org/international/explore/about/values/).  Apoyémonos en ellos en este momento. La lucha para contener al coronavirus es nuestra prioridad número 1 como personas y como organización. **Y no es solo el personal médico que toma decisiones de vida o muerte sino también cada persona, mientras practicamos la distanciación física.** Juntos, podemos hacer las elecciones correctas. ***by Jennifer Morgan y Anabella Rosemberg (de* Greenpeace**) |

**ACTIVIDAD 1: ¿Qué opinas de la reflexión del artículo?**

**ESCRIBE AQUÍ TU RESPUESTA:**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**“LA IMPORTANCIA DE LOS VALORES”.**

**Cada uno de los seres humanos en sociedad desde muy temprana edad, sus padres comienzan a inculcarles valores, y luego sus maestros en las escuelas. Así la persona, guía su conducta en base a unos valores adquiridos y asumidos a lo largo de nuestra vida. Se trata de un conjunto de principios, creencias y convicciones profundas con respecto a cómo debemos actuar, estableciendo una base que nos sirva para valorar la realidad y lo que debemos o no debemos hacer.**

Actuar de forma discordante con ellos nos va a generar cierta sensación de angustia y malestar, más acentuada conforme más importante es el valor para nosotros, mientras que actuar de manera consistente con ellos nos produce satisfacción y la sensación de haber hecho bien las cosas.

1.-**Los beneficios de conocer los valores humanos: Conocer tus valores te permitirá conocerte mejor a ti mismo, los valores que adoptes te ayudarán a vivir con integridad, podrás tomar decisiones que se adecuen a tu forma de pensar, te permitirán saber cómo invertir mejor tu tiempo y priorizar lo que es realmente importante.**

**2.- Los valores más importantes**: **La honestidad.**, **la sensibilidad, la gratitud.** l**a humildad**, l**a prudencia, el** [**respeto**](https://recursos.eacnur.org/diversidad-cultural?&tc_alt=45664&n_o_pst=n_o_pst) **y la** [**responsabilidad**](https://recursos.eacnur.org/cambio-climatico-acciones-proteger-medioambiente?&tc_alt=45664&n_o_pst=n_o_pst)**.**

**ACTIVIDAD 2: COMPLETA LA PREGUNTA DE LA TABLA.**

|  |  |
| --- | --- |
| **“Mantén positivos tus valores porque tus valores se convierten en tu destino”.**[**Mahatma Gandhi**](https://psicologiaymente.com/reflexiones/frases-gandhi) | **¿Cómo se relaciona lo que dice Gandhi con tus metas o sueños en el futuro?****\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |

|  |
| --- |
| **FICHA EVIDENCIAS (Devolver resuelta al mail del profesor jefe o devolver al retornar a clases presenciales)****NOMBREALUMNO\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_CURSO:\_\_\_\_\_\_\_FECHA:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_****EVALÚE CON NOTA DE 1 a 7 ESTA CÁPSULA. NOTA:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
|  |