



Nombre _____ **2° Medio** _____

Enviar la fotografía de la guía a: profeledda.5basico@gmail.com

Contenido : Autoestima

El Autoestima es quererse a uno mismo y querer a los demás. Significa saber que eres valioso, digno, que vales la pena y que eres capaz, y afirmarlo. Implica respetarte a ti mismo y enseñar a los demás a hacerlo.

Actividad 1: Lee y responde.

Lee el texto que se encuentra a continuación, luego lo puedes compartir con alguien de tu familia para que respondas lo que se solicita a continuación.

La adolescencia, Pilar Sordo, Psicóloga

Hoy en día los adolescentes, tienen características propias de su ciclo de vida como son la búsqueda de la identidad y de su propio proyecto de vida.

Sin embargo los adolescentes de esta generación tienen características que les son propias ya que están inmersos en una sociedad que les ha dado todo hecho, donde es más fácil reemplazar un electrodoméstico dañado que repararlo, comprar lo último en tecnología o bajar la última canción de internet y no comprar el disco. Esto les ha enseñado que el concepto de reparación no existe, todo se desecha, no existen los costos ni consecuencias. Yo le he llamado generación ON-OFF, ya que todo lo "encienden" y lo apagan, todo es rápido y sin temor a las consecuencias, todo es instantáneo, y por lo tanto tienen relaciones intensas pero cortas. Están gobernados por la "lata" desde que despiertan hasta que se acuestan y se aburren rápidamente con todo. Es por ello que tienen serios problemas con el concepto de entretenimiento donde todo es fome, y se obtiene con rapidez, donde el alcohol y las drogas son un vehículo de escape, y lo entretenido es poder "borrarse por un rato".

Un aspecto importante de esta generación es su temor para enfrentar la vida, no quieren crecer, ya que esto significa parecerse a nosotros, los adultos, y ellos nos ven como una generación estresada, que dejó de soñar, mal genio, que hace muchas cosas "urgentes" pero nada "importante". Este rasgo de no querer evolucionar les hace caer en situaciones de escape o fuga como las drogas y el alcohol y mayoritariamente en las niñas con problemas de alimentación, cortes en partes de su cuerpo, etc.

1. ¿Qué es la generación del ON-OFF?



2. ¿A qué se refiere la psicóloga con lo de vivir siempre aburridos y con lata?

3. ¿Por qué la psicóloga dice que los adolescentes no quieren parecerse a los adultos?

Actividad 2. Resuelve la siguiente sopa de letras y registra el tiempo.

K	R	G	O	M	V	I	Z	M	A	Q	L	D	O	E
F	N	T	K	U	I	X	Q	G	G	U	A	E	H	L
Z	J	J	C	N	C	P	O	J	Q	E	K	N	R	N
T	I	F	T	D	C	F	U	Z	U	J	U	U	P	U
K	P	J	J	S	E	T	N	A	J	E	M	E	S	E
G	E	N	C	O	N	T	R	A	M	O	S	S	B	S
N	W	B	Y	T	L	N	L	K	J	H	E	T	K	T
B	U	S	C	A	N	D	O	Z	P	N	K	R	K	R
M	N	H	S	W	E	L	B	I	E	N	V	O	U	O
D	L	V	I	W	I	L	E	Y	P	N	Y	S	C	Z

1. Buscando
2. El
3. Bien
4. De
5. Nuestros
6. Semejantes
7. Encontramos
8. El
9. Nuestro

Tiempo _____