

1.4

Los demás

“Cada uno muestra lo que es en los amigos que tiene”.

Baltasar Gracián.

Las relaciones afectivas permiten conocer y aprender distintas formas de entender el mundo. La toma de perspectiva es un elemento muy importante en este valioso intercambio, pues te permite mirar las cosas desde el lugar de otra persona, ¿cómo lo vería tu mejor amigo?, ¿qué pensaría tu mamá? Así, tu propia perspectiva se amplía y las relaciones se hacen cada vez más cercanas.

El reto es reconocer la importancia de entender, considerar y apreciar los puntos de vista de otras personas a través de la toma de perspectiva.

Actividad 1.

Siéntate cómodamente y cierra los ojos por un momento. Imagina a un amigo o amiga que sea muy importante para ti, en quien confías plenamente. Visualízalo por un minuto. Después, responde aquí o en tu cuaderno a lo siguiente:

- a. Piensa en alguna situación que haya sido complicada para ti pero fácil de contar. Descríbela brevemente.

- b. ¿Qué crees que pensaría y haría en esa situación la persona que visualizaste?

- c. En general, ¿qué has aprendido de esa persona que haya hecho ampliar tu perspectiva ante distintas situaciones?

Actividad 2.

Reflexionen colectivamente sobre lo siguiente: ¿por qué es importante considerar los sentimientos y pensamientos de los demás? ¿de qué manera esto posibilita la resolución de problemas de una manera pacífica? ¿cómo podrían hacerle saber a otras personas que lo que sienten y piensan es importante?

Reafirmo y ordeno

Las personas y grupos con quienes nos relacionamos cotidianamente pueden fortalecernos, si logramos establecer vínculos de confianza y apoyo, e incluso de amistad. Reconocer su influencia en tus deseos, retos y aspiraciones te ayuda a conocerte y saber lo que quieres y que no en tu vida.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección

**Para tu vida diaria**

Invita a tu familia a probar considerar los sentimientos y pensamientos de los demás cuando enfrenten una situación problemática con alguien y, por supuesto, también practícalo tú, esto te dará mayor toma de perspectiva en tu vida.

¿Quieres saber más?

Te compartimos este video sobre los diferentes puntos de vista y te resulte interesante. Escribe en tu buscador “El arte de compartir puntos de vista diferentes: Lucy Rodríguez” o entra aquí

<https://www.youtube.com/watch?v=6pobwRooqs8>

CONCEPTO CLAVE**Perspectiva:**

Enfoque o punto de vista desde el cual se interpretan las experiencias o se analiza un asunto. Cada persona puede percibir un panorama distinto de una misma situación: mira desde su perspectiva.