LOS VALORES ANCESTRALES
ya no están de moda

Lilia Moncerrate Villacís Zambrano
Lucía Margarita Álvarez Zambrano
Vilma Estela Alcívar Vera
María Alejandra Barberán Moreira
Víctor Manuel Román Vélez

Ediciones Uleam

Los valores ancestrales ya no están de moda

Lilia Moncerrate Villacís Zambrano

Lucía Margarita Álvarez Zambrano

Vilma Estela Alcívar Vera

María Alejandra Barberán Moreira

Víctor Manuel Román Vélez

Ediciones Uleam

Texto arbitrado bajo la modalidad doble par ciego

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí
Ciudadela universitaria vía circunvalación (Manta)
www.uleam.edu.ec

Dr. Marcos Zambrano Zambrano, PhD.
Rector
Dr. Pedro Quijije Anchundia, PhD.
Vicerrector Académico
Dra. Jackeline Terranova Ruiz, PhD.
Vicerrectora de Investigación, Vinculación y Postgrado
Lcdo. Kléver Delgado Reyes, Mg.
Dirección de Investigación, Publicaciones y Servicios Bibliográficos

Los valores ancestrales ya no están de moda

Lilia Moncerrate Villacís Zambrano
Lucía Margarita Álvarez Zambrano
Vilma Estela Alcívar Vera
María Alejandra Barberán Moreira
Víctor Manuel Román Vélez

Colaboradores
Estudiantes del 2do año de educación Básica
Nasta Virginia Doumet Vera, Frank Ángel Lemoine Quintero, César Carbache Mora. Integrantes del Proyecto: Aporte desde la tradición montubia al desarrollo socio cultural, económico, agrícola, agropecuario, alimentario, hospitalario-turístico de la Mancomunidad Sucre - San Vicente y el cantón Bolívar.

Edición: Primera. Junio de 2025. Publicación digital

ISBN: 978-9942-681-44-7

Prohibida su venta

Trabajo de edición y revisión de texto: Mg. Alexis Cuzme Espinales
Diagramación, edición de estilo y diseño de portada: Mg. José Márquez Rodríguez

Una producción de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, registrada en la Cámara Ecuatoriana del Libro.

Sitio Web: uleam.edu.ec
Correo institucional: diist@uleam.edu.ec
Teléfonos: 2 623 026 Ext. 255

Resumen

Este libro tiene como objetivo comunicar historias de vida que conllevan a verificar la práctica de valores y vivencias de actitudes positivas, coadyuvando a una armonía entusiasta dentro el contexto resiliente desde varios espacios, donde el ser humano convive partiendo de la familia, la comunidad, el trabajo y los estudios. Las experiencias que se describen son a partir de vivencias de profesionales, estudiantes y familia que han aportado desde los valores ancestrales en la zona urbana y rural de los cantones San Vicente, Sucre, Jama Pedernales, Bolívar; se han recopilado desde la cátedra de estudio de vida y de estudios de caso. La investigación fue da carácter descriptivo y se utilizó el método cualitativo. Se pudo demostrar que a pesar de los avances tecnológicos, la invasión de la cultura foránea y las nuevas tendencias de la moda, aún están presente y vigentes los valores ancestrales que siguen perdurando de generación en generación, además son el timón referente que muchos jóvenes poseen y que han sido transmitidos a partir de la familia y de la vivencia en la comunidad, pero es necesario continuar con la práctica de valores desde la vida cotidiana porque la violencia y los nuevos estados de vida consumista envuelven a los jóvenes alienándolos de ser ellos mismos con las nuevas modas que les hace perder su propio horizonte.

Índice

Introducción **8**

Los valores no están de moda **9**

Conceptualizaciones generales de los valores universales y valores ancestrales **9**

Valores ancestrales **13**

El valor de la integridad 16

El valor de la identidad 17

El valor de la solidaridad 18

El valor de la equidad 19

El valor de la ternura 20

El valor de la equidad 21

El valor de la lealtad 23

El valor de la dulzura y la ternura 24

El valor de la amistad 25

El valor de la justicia 26

El Valor de la empatía 27

El valor de la felicidad 29

El valor de la honestidad 30

El valor de la verdad 31

El valor de la comprensión 32

El valor de la igualdad 34

El valor de la generosidad 36

Valor de la responsabilidad 38

El valor de la gratitud 40

El valor de la sensibilidad 42

El valor del perdón 43

El valor de la acogida 44

El valor del respeto 45

El valor de la sinceridad 46

El valor de la esperanza 47
El valor de la prudencia 48
El valor de la empatía 49
El valor de la gratitud 50
El valor del apoyo mutuo 51
El valor la comprensión y la compasión 52

Conclusiones 54
FICHA DE TRABAJO PARA REFLEXIONAR CADA VALOR 55
Glosario 61
Bibliografía 67
Los autores 72

Agradecimiento

A todos los estudiantes de 2do nivel de la carrera de educación básica de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Sucre. Compañeros profesionales, estudiantes y familiares que han aportado desde los valores ancestrales en la zona urbana y rural de los cantones San Vicente, Sucre, Jama, Pedernales, Bolívar, que con su contingente arrimaron el hombro para que se creara esta obra didáctica que servirá para las futuras generaciones, retomando la perspectiva de muchos que manifiestan que los valores ancestrales no están de moda, solo se utilizan para la convivencia del buen vivir.

Introducción

No busques el momento perfecto, sólo busca el momento y hazlo perfecto.
Peter Paul Bergman

Los valores siempre han sido el horizonte de todo ser humano, pero hoy están en crisis por los cambios trascendentales que está sufriendo la sociedad. Sin embargo, nunca es tarde para retomar los valores, lo que hace de las personas que los practican grandes seres humanos que permiten vivir y convivir de manera justa y sensible a los acontecimientos diarios de la vida, aceptando al otro como es desde sus valores de la escucha; respetando su identidad y su forma de ser. Ya lo decía Paulo Freire (1921-1997) "Aceptar y respetar la diferencia. Es una de esas virtudes sin las cuales la escucha no se puede dar".

El gran valor es aceptar la diferencia, la misma que hace grande al ser humano, permite al otro ser tal cual es, por ende, si se escucha lo que piensa, siente, permite estar atento a la diferencia valorando desde la praxis, la misma que permite entrar en comunicación con el conocer, el hacer y el ser, asumiendo las limitaciones, encontrando actitudes comunes que hacen iguales a las personas dentro el proceso formativo y humano que cada ser tiene.

La obra, que es una guía didáctica, está dividida en tres fases: el valor vivenciado a lo largo de cada ser humano que estará entrecruzado con actitudes positivas y negativas; una conceptualización del valor vivenciado; y, unas enseñanzas que permiten visualizar lo que se desea compartir desde las experiencias vividas. La guía didáctica será un elemento formativo dentro de la cátedra que tiene el mismo nombre, del cual se sistematizaron experiencias de los estudiantes que serán referentes a las nuevas generaciones, para la formación de los nóveles profesionales formados para la vida desde su realidad, para que luego sean agentes de transformación de su historia, como lo decía San Agustín (1986, pp. 296-313) el pasado nos tiene que trasladar al presente para buscar nuevos horizonte para el futuro. Por lo que es necesario tener presente que el pasado solo tiene vida, si este nos permite vislumbrar el futuro, solo así cambiaríamos la historia y hacer vida un horizonte transformador.

Porque "Un valor conceptualizado no es válido siempre, sino está vivenciado desde una práctica constante, para ello es importante llevar a la práctica los valores, luchar por ellos para plasmar los sueños de esperanza" (Liviza).

Los valores no están de moda

A continuación, se comparten historias de vida desde los valores, mezclados con emociones que no definen el valor en sí, la carga emocional no ayuda a verificar el valor que quieren vivenciar por el subjetivismo lleno de incongruencias; no ayuda a vivir claro el valor que se desea objetivar.

No hay que olvidar que los valores son actitudes positivas que ayudan al ser humano a ser mejores cada día. A crear un ambiente de resiliencia donde se deja de pensar en uno mismo y se lo hace en el ser que tiene próximo, sin juzgarlo, sin realizar conjeturas ni emitir criterio de valor que no llevan a crear un ambiente armónico.

En este tiempo donde se ha creado un ambiente violento es necesario retomar los valores no solo como el conjunto de principios y normas que guían el comportamiento, sino como una actitud que permite mirar y crear ambientes agradables desde las acciones del trabajo, espacios lúdicos o cualquier actividad que vaya dando a la vida razones de seguir viviendo, alegría de seguir compartiendo; que hagan que se mantenga la esperanza en todas las circunstancias de la existencia.

Conceptualizaciones generales de los valores universales y valores ancestrales

Los valores son actitudes positivas que al ser humano le hace adoptar capacidades de reconocer en el otro un ser único e irrepetible. Según Constanza Aguilera (2003), hay varios tipos de valores humanos, conocidos también como valores universales, por ejemplo están los valores económicos que garantizan la subsistencia de las personas en el medio donde habitan, estos pueden ser los medios de producción, los medios de trabajo, los bienes materiales, el dinero o fuentes de trabajo dignos, también están los valores políticos-sociales que contribuyen a la convivencia en sociedad, por ejemplo la justicia, la paz, la libertad, la democracia, entre otros.

Por ende, los valores son referentes, pautas, que orientan el comportamiento humano, haciendo del ser una persona respetuosa de sus deberes y derechos en el

momento, para hacer del entorno mas humano y cercano dejando las diferencias que alejan y no permiten el buen vivir.

Los valores universales son aquellos que permiten vivir de manera armónica como son los siguientes:

N°	Valores universales	Conceptualizaciones formativas
1	**Integridad**	Actuar de acuerdo con principios morales y éticos, manteniendo una coherencia entre lo que se piensa, se dice y se hace.
2	**Identidad**	Sentido de pertenencia a un grupo, comunidad o cultura, así como la conciencia de quién se es.
3	**Solidaridad**	Es una responsabilidad mutua contraída por varias personas, que nos hace colaborar de manera circunstancial en la causa de otros.
4	**Ternura**	Sensibilidad, cariño y afecto hacia los demás.
5	**Equidad**	Trato justo e imparcial a todas las personas, teniendo en cuenta sus necesidades y circunstancias.
6	**Lealtad**	Fidelidad y compromiso hacia una persona, grupo o causa.
7	**Dulzura y ternura**	Sensibilidad, cariño y afecto hacia los demás. Manifestación de afecto y cariño, mostrándose amable y sensible con los demás.
8	**Amistad**	Vínculo de afecto y confianza entre personas que comparten intereses y valores comunes.
9	**Justicia**	Es el afecto o estimación entre personas que les permite establecer vínculos más estrechos de convivencia.
10	**Empatía**	Capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás.
11	**Felicidad**	Estado de bienestar y satisfacción personal, a menudo relacionado con la realización de metas y la construcción de relaciones positivas.
12	**Honestidad**	Actuar con sinceridad y transparencia, diciendo la verdad y cumpliendo con los compromisos.
13	**Respeto**	Es la consideración especial hacia las personas en razón de reconocer sus

		cualidades, méritos, situación o valor particulares.
14	**Verdad**	Es la conformidad o acuerdo de lo que se dice con lo que se siente, se piensa o hace.
15	**Comprensión**	Capacidad de entender y aceptar las ideas, sentimientos y acciones de los demás.
16	**Igualdad**	Trato justo e imparcial a todas las personas, independientemente de su origen, género, raza, religión u otras características.
17	**Colaboración**	Trabajo conjunto para lograr un objetivo común, compartiendo tareas y responsabilidades.
18	**Generosidad**	Dispuesto a dar o compartir sin esperar nada a cambio.
19	**Responsabilidad**	Es el deber de asumir las consecuencias de los actos que uno ejecuta sin que nadie obligue.
20	**Gratuidad**	Acción de dar o realizar algo sin esperar nada a cambio.
21	**Fe**	Creencia o confianza en algo, especialmente en una religión o en la capacidad de alguien o de algo.
22	**Sensibilidad**	Capacidad de sentir y comprender los sentimientos de los demás.
23	**Perdón**	Actitud de liberar a alguien de un error o falta, dejando de lado el rencor y el deseo de venganza.
24	**Acogida**	Recibir y dar la bienvenida a alguien, mostrando amabilidad y apoyo.
25	**Sinceridad**	Actuar con transparencia y honestidad, mostrando los sentimientos y pensamientos reales.
26	**Prudencia**	Ser cauteloso y reflexivo antes de actuar, pensando en las consecuencias y evitando riesgos innecesarios.

Para Kluckhohn (1951, p. 395) “un valor es una concepción, explícita o implícita, distintiva de un individuo o característica de un grupo, de lo deseable, que influye en la selección de los modos, medios y fines de acción disponibles”.

En Ecuador existen18 pueblos y 15 nacionalidades indígenas cuyos saberes y tradiciones ancestrales se han invisibilizado, deslegitimado y desprestigiado,

colocándolos en el rango de saberes que corresponden a pueblos que aún viven en el subdesarrollo. En ese contexto los saberes y tradiciones ancestrales forman parte de la identidad de un pueblo, cuyo modelo de vida se postula como el buen vivir o Sumak Kawsay.

Los valores culturales son los principios clave en los que se basa una sociedad. Estos valores incluyen las tradiciones, el idioma, las creencias, las costumbres, las artes, la literatura y las leyes de una sociedad.

Los valores culturales son importantes para la inclusión de individuos y grupos en la sociedad. Sin conocer el idioma ni participar en las tradiciones, uno queda fácilmente excluido.

Los saberes ancestrales permiten mediante un sistema alcanzar la sostenibilidad, lo cual depende de las necesidades de cada región, fundamentado en el respeto por la naturaleza, modo de vida; así como a la experiencia adquirida generación tras generación. Existen una serie de prácticas que guardan relación con el entorno natural tales como: las rotaciones tradicionales, el intercambio y la selección de semillas de frejol, haba, maíz, papa, las cuales se han trasmitido a lo largo de los Andes ecuatorianos mediante la observación y la oralidad (Tapia, 2014).

Según las conclusiones de MONDIACULT (1982), Nuestra Diversidad Creativa (1995) y la Conferencia Intergubernamental de Estocolmo (1998), se define como un conjunto complejo de rasgos espirituales, materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad. Estos rasgos incluyen tradiciones, costumbres, expresiones artísticas y conocimientos transmitidos a través de generaciones. La cultura es, por tanto, un patrimonio común que debe ser preservado y promovido, a la vez que se reconoce la importancia de la diversidad cultural como fuente de desarrollo.

Los valores ancestrales son cocimientos, practicas, saberes que diversas comunidades, indígenas, montubias que han sido transmitida de forma oral entre miembros de las comunidades, abarcando diferentes campos del saber como históricos, sean en medicina, culturales.

El “buen vivir” implica respeto por el medio ambiente natural, y las creencias ancestrales ya que están basadas en la idea de que la naturaleza no es un mero objeto sino un sujeto activo y muchas veces impredecible, otorgarle derechos es en cierto sentido redundante para las comunidades indígenas; no obstante, la idea fue

aceptada como una forma de comunicar sus conocimientos a una audiencia externa (Tanasescu, 2015).

Ecuador votó a favor de la Declaración de la ONU sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas en 2007 y ha ratificado el Convenio 169 de la OIT. Sin embargo, la población indígena no tiene plenas garantías de derechos civiles, políticos, culturales y territoriales, y sigue enfrentándose a una serie de graves problemas, y no existen políticas públicas específicas para prevenir y neutralizar el riesgo de desaparición de los pueblos indígenas de Ecuador (Berger et al., 2020).

Los saberes ancestrales abarcan una gran variedad de aspectos del conocimiento y la técnica que van de la lengua a la gastronomía, de las matemáticas a la artesanía, pasando por la medicina, la construcción, la silvicultura las técnicas de conservación del medio ambiente y los microclimas, la producción y la alimentación, la agricultura y el riego el transporte y la comunicación, etc. (González Acosta, 2015)

Valores ancestrales

Los principios del ama suwa, ama llulla, ama qhilla son el conjunto de creencias, normas, que orientan y regulan la vida de la organización. Estos principios se manifiestan y se hacen realidad en nuestra cultura, en nuestra forma de ser, pensar y conducirnos. Son una especie de reglas de oro que son revalorados como parte de la vida y cultura de nuestros ancestros y se constituyen una base fundamental para la construcción de la sociedad boliviana. Es decir, se rescata estos principios para establecer reglas, normas que promueven la transparencia e integridad.

N°	Valores ancestrales	Conceptualizaciones de acuerdo la vivencia comunitaria
1	**ama qhilla,**	no seas flojo
2	**ama llulla,**	no seas mentiroso
3	**ama suwa**	ni seas ladrón
4	**suma qamaña**	vivir bien
5	**ñandereko**	vida armoniosa
6	**teko kavi**	vida buena
7	**ivi maraei**	tierra sin mal

8	**qhapaj ñan**	camino o vida noble
9	**Tradiciones**	Las tradiciones forman parte fundamental de los valores culturales, por ello, mantener sus prácticas heredadas es un ejemplo de valor y respeto a los orígenes propios de cada persona.
10	**Religión**	Existe una amplia diversidad de expresiones de espiritualidad y prácticas rituales o de fe que han sido extendidas a lo largo y ancho del mundo, y que identifican a las personas con un grupo social en particular. Se debe respetar la religión que practican quienes nos rodean.
11	**Justicia**	Las sociedades deben contar con una serie de normativas y reglamentos que establezcan los actos que se consideran éticos y correctos ante aquellos que no lo son. Todos los ciudadanos poseen los mismos derechos y deberes ante la ley. La justicia es un valor que responde a la necesidad de mantener y propiciar el orden social.
12	**Saludo con beso**	Muchas sociedades tienen por tradición tradiciones cultural incluir uno, dos o más besos al saludar y despedir a las personas. Es un acto que muestra cariño, estimación y amistad. Sin embargo, en muchas sociedades no se considera un valor cultural.
13	**Generosidad**	La generosidad es un valor cultural que se ha transmitido a través del tiempo, permite que las personas se den la oportunidad de ayudar a los demás y de tratar de entender sus situaciones. Es un acto de dar apoyo sin esperar nada a cambio e implica respeto y solidaridad.
14	**Puntualidad**	La puntualidad es un sinónimo de respeto y de responsabilidad. En muchas sociedades ser impuntual está mal visto, es considerado una falta de respeto y seriedad ante un compromiso.
15	**Identidad nacional**	Identidad nacional La identidad nacional tiene que ver con el sentido de pertenencia que siente y cultiva un individuo hacia un lugar y a una sociedad. Asimismo, se refiere a la posibilidad de tener una nacionalidad y un conjunto de costumbres compartidas.
16	**Sabiduría Colectiva**	Representan la acumulación de conocimientos, prácticas y rituales transmitidos por los ancestros, que son valiosos para la supervivencia y el bienestar de la comunidad.
17	**Conexión con la Naturaleza**	Muchos valores ancestrales están vinculados con la naturaleza, como el respeto por la Madre Tierra, la armonía con el entorno y la importancia de la sostenibilidad.
18	**Relaciones Sociales**	Los valores ancestrales suelen enfatizar la importancia de las relaciones interpersonales, la solidaridad, el respeto a los mayores y el cuidado de los más jóvenes.

19	**Resiliencia Cultural**	Ayudan a las comunidades a enfrentar los desafíos del cambio social y a mantener su identidad en un mundo globalizado
20	**Buen Vivir**	En algunos contextos, los valores ancestrales están asociados con el concepto de "buen vivir", que implica una vida en armonía con la naturaleza y con los demás, basada en principios de reciprocidad y sostenibilidad.
21	**Respeto**	Respeto por la naturaleza, por los ancestros, por los mayores y por los demás miembros de la comunidad.
22	**Solidaridad**	Ayuda mutua, apoyo económico y emocional entre los miembros de la comunidad.
23	**Armonía**	Buscar la armonía entre las personas, con la naturaleza y con el universo.
24	**Equilibrio**	Mantener el equilibrio en la vida personal, familiar y comunitario.
25	**Reciprocidad**	Dar y recibir en equilibrio, sin expectativas de ganancia persona.
26	**Responsabilidad**	Asumir la responsabilidad por las propias acciones y por el bienestar de la comunidad.
27	**Espiritualidad**	Conexión con el mundo espiritual, a través de prácticas religiosas, ritos y rituales. Conexión con el mundo espiritual, a través de prácticas religiosas, ritos y rituales.

Desde la óptica de Echeverría (2011)

> cabe insistir en que al hablar de cultura pretendemos tener en cuenta una realidad que rebasa la consideración de la vida social como un conjunto de funciones entre las que estaría la función específicamente cultural. Nos referimos a una dimensión del conjunto de todas ellas, a una dimensión de la existencia social, con todos sus aspectos y funciones, que aparece cuando se observa a la sociedad tal como es cuando se empaña en llevar a cabo su vida persiguiendo un conjunto de metas colectivas que la identifican o individualizan (p. 45).

Por lo que los valores ancestrales son una riqueza cultural que favorece a la identidad, la cohesión social y la sostenibilidad de las comunidades. Por su importancia para preservar el conocimiento tradicional, animar la resiliencia

cultural y edificar un expectante y armonioso mundo justo y solidario donde se valore la vida, se avive la esperanza y se mantenga la vida.

El valor de la integridad

La integridad, según Lewis (1942) “es hacer lo correcto aun cuando nadie te está observando”. La integridad entonces es una virtud moral fundacional, y la base sobre la cual se puede establecer un buen carácter.

La integridad, es uno de los valores fundamentales para la convivencia humana, porque ayuda a vivir con veracidad desde un principio de calidad, porque engloba el ser, acciones, transparencia, pensamientos y palabras, hay coherencia entre pensamientos y palabras. Es la capacidad que ayuda a vivir con firmeza las accione humanas, en conclusión, se puede decir que quien vive la integridad se puede confiar en ella

Experiencia de vida

La vida se va marcando a partir de las experiencias que se viven cada día. En este espacio es bueno recordar vivencias que hacen de la existencia un espejo donde se reflejan los sueños, las frustraciones y también todo aquello que se gustaría cambiar para mantener la esperanza, a pesar de la incongruencia de vida, evidenciándose en hechos reales y que cuestionan el desarrollo profesional, humano y cercano de la convivencia diaria como, por ejemplo:

En una de las visitas al campo cuando se buscaba a una señora para dialogar referente a la formación catequética, al llegar a su vivienda, se preguntó por ella, asomándose por la ventana una niña contestó: “Dice mi mamá que no está”. Dejó sin palabras esta contestación, lo único que se pudo responder fue “bien, gracias”.

Qué duro es enseñar a hablar con la verdad. El constatar que cuesta la forma desde la praxis. Es difícil si no se tiene claro lo que es ser íntegro a partir de lo que se enseña y las vivencias.

Reflexión para la vida

El valor de la integridad permite al ser humano actuar, ser él mismo, es decir, actuar según sus convicciones. Es hacer conciencia del conocer, el hacer y el ser.

Elementos fundamentales que muestra la identidad del individuo, viviendo sin apariencia, integrando con coherencia lo que dice y hace.

El valor de la identidad

Para algunos teóricos como Giddens (2002) la identidad del Yo es un proyecto distintivamente moderno, un intento del individuo por construir reflexivamente una narrativa personal que le permita comprenderse a sí mismo y tener control sobre su vida y futuro en condiciones de incertidumbre. Desde el marco de la sociología, Jenkins (2004) manifiesta que "la Identidad es nuestra comprensión de quiénes somos y quiénes son los demás, y recíprocamente, la comprensión que los otros tienen de sí y de los demás, incluidos nosotros". Desde esta perspectiva, la identidad es resultante de acuerdos y desacuerdos, es negociada y siempre cambiante.

Identidad es la capacidad que tiene el hombre de ser como es, sin máscaras, es decir, vivir de acuerdo con sus principios, manteniendo su ser individual y comunitario desde un marco de identidad, integrador, incorporando una visión colectiva desde las diferentes etapas de la vida con una estructura única al ser y al hacer.

Experiencia de vida

La identidad en esta vida trae consigo muchas dificultades, más aún en esta sociedad que se ha materializado: vales por lo que tienes y no por lo que eres. Se están perdiendo referentes tanto en la familia como en la comunidad, partiendo de los lugares de formación que son importantes para la nueva generación. Y que ser integro no tiene ningún valor, más aun cuando tu practica demuestra todo lo contrario a los antivalores que viven, si eres integro, eres tonto.

Una de las experiencias duras como docente de educación superior es escuchar a los jóvenes de las comunidades rurales decir que quisieran ser narcotraficantes, porque es la única carrera que da dinero fácil y no se tiene que trabajar mucho, además se aseguran la vida familiar.

Reflexión de vida

No se debe olvidar que la identidad implica todo aquello que tiene que ver con las creencias, tradiciones, símbolos, comportamientos, valores que comparten los miembros de un determinado grupo de personas y que son a su vez los que permiten la existencia de un sentimiento de pertenencia y que es la característica propia del ser según su humanidad.

El valor de la solidaridad

En análisis de Ordóñez (2019), sobre el contractualismo de Hobbes, sostiene que la "solidaridad no tendría razón de ser sin esa necesidad humana de optimizar su convivencia" (p. 288). Para Hobbes es esencial la comprensión del deber de todos de integrarse en la sociedad. Para él, mantener la paz pasa por la interrelación entre lo individual y lo social.

Es importante constatar lo que dicen los autores que la solidaridad nace de la necesidad de compartir que tiene el ser humano y de la sensibilidad de vivir en armonía creando ambientes que posibiliten mirar al otro ser, a partir de la justicia, igualdad y dignidad creando una convivencia solidaria que permita realizarse; ser único viviendo la resiliencia desde el hogar y la comunidad. Es verdad que la solidaridad es un valor que se aprende desde la familia, pero que se desvirtúa ante los ejemplos de vida que no son congruentes con lo que se teoriza y se practica y que a partir de esa convivencia de no vivir lo que nuestras palabras dicen y la praxis es distinta, hace que los referentes no convenzan a la comunidad.

Experiencia de vida

De la soledad a la solidaridad, una frase muy importante que uno de los niños de la catequesis dijo cuando encontró a un compañerito que estaba llorando porque había perdido cincuenta centavos y luego no tendría para regresar a casa. Fue impresionante saber por qué dijo la frase: "el estar solo es triste, pero cuando encuentras a un amigo que te tiende la mano es hermoso" comentó. Gratificante esta escena de niños, que solo se puede hoy en día escuchar de ellos porque aún no están contaminados por las acciones de los adultos.

Reflexión de vida

Cuando se actúa con respeto, mirando al más cercano como ser humano, sin rencores, ni envidia, desde el plano de la igualdad, dejando atrás las diferencias que nos separan y que siempre están solamente en la mente, se vivirá en armonía. El mundo sería distinto y el buen vivir no sería una utopía. Claro que para ello se debería amar sin fronteras y vivenciar la solidaridad a través de actitudes positivas que conlleven a la solidaridad, no solo material, sino integral, que la cercanía sea el escucha, respeto, compañerismo que van unidos a la solidaridad sabiendo que otro no está solo y que la cercanía de ubicación, asumiendo su dolor como propio eso es solidaridad.

El valor de la equidad

Desde la óptica de Aristóteles (1973) la equidad implica tratar igual a los iguales y diferente a los desiguales en la proporción de esa desigualdad.

Par Narveson y Sterda (2010), en primera instancia, la idea de igualdad es intrínsecamente relacional y comparativa. Ser igual implica tener lo mismo que otra persona. El segundo punto fundamental es la conmensurabilidad del concepto. Esto es, la noción de igualdad se presenta cuando la diferencia se puede medir, es decir, es de cierto grado con respecto a algo (p. 138).

Son dos conceptos iguales pero tomados de diversa ópticas y dimensiones la equidad implica equivalentes es decir el trato dentro de la desigualdad para equiparar la desigualdad, es decir según Naverson la igualdad es intrínseca por lo tanto la igualad te lleva a una igualdad total.

Experiencia de vida

Me sorprendió el comentario de una amiga —ex compañera de trabajo— con quien he tenido el gusto de compartir experiencias, conocimientos, sentimientos; con quien, a pesar del tiempo, la distancia y las ocupaciones diarias cada vez que nos conectamos en una conversación (sea por mensaje de texto o llamada) nunca salta el comentario del tiempo transcurrido desde la última vez que hablamos; simplemente nos reconectamos y es como si el tiempo nunca pasó.

Me comentó una experiencia en su trabajo (cajera en un supermercado). Un día entre los clientes le llamó la atención una señora con su bebé dormido en su regazo, lo que ella conmovida expresó en voz alta:

—¡Que ternura!

Una joven compañera de la caja contigua le preguntó:

—¡Nora! ¿qué es ternura?

Mi amiga admirada le respondió:

—¿No sabes que significa ternura? ¿No sabes lo que es eso? mira a la caja de allá, ves a la señora que está con el bebé dormido en sus brazos, obsérvala: esa madre contempla a su bebé dormido, se relaja y admira a su bebé, sonríe y se ve feliz al verlo plácidamente dormido, eso es ternura. Un sentimiento intangible que te eleva te llena de amor, te hace sentir feliz y te da tranquilidad.

Luego de comentarme esto, mi amiga consternada manifestó que es penoso que nuestros jóvenes y niños pierdan estos valores tan esenciales: entonces, ¿qué será de las generaciones que dependerán de estos jóvenes y niños de ahora? ¿Qué pasó? cuanta responsabilidad tenemos en lo que pasa ahora.

Reflexión de vida

La vida te enseña que no existe una igualdad tan congruente, porque las necesidades son distintas, al decir iguales no necesariamente se deba tratar de esa manera, porque cada persona tiene una necesidad distinta que la otra, es decir que tratar iguales te tiene que conllevar a dar a los demás según sus necesidades más prioritarias porque no todos necesitan lo mismo por ende el vivir la igualdad hoy en dia se vuelve cada vez más caótica por el hecho del grado de desigualdad que se vive a nivel mundial.

El valor de la ternura

Para Bermejo & Ruiz (2024), la ternura es la expresión más serena, bella y firme del respeto y del amor. Es traducción del reconocimiento hacia una persona a la que no se quiere juzgar, sino ayudar. La ternura se muestra en el detalle sutil, en el símbolo (regalo) inesperado, en la mirada cómplice o en el abrazo entregado y sincero. Gracias a la ternura, se crean también vínculos, no solo en la pareja o con los hijos,

sino en las relaciones de ayuda. Sin ternura es difícil que prospere la relación de ayuda.

Experiencia de vida

Equidad. En la ejecución de mi trabajo es constante el trabajo con el equipo por lograr que se realice la distribución del recurso cantonal de manera equitativa, puesto que no todos logran concienciar la importancia de cumplir de manera firme. Para lograr la satisfacción de todos con el simple hecho de ser considerados/tratados de manera justa.

Reflexión de vida

Esa es una de las razones de plasmar estas experiencias de vida, dejar una memoria de las distintas experiencias y de cómo poco a poco nos dejamos llevar por lo que se llaman las nuevas tendencias. Pero ¿a costa de qué? ¿Cuánto le cuesta a la humanidad la pérdida de conciencia de los valores?

Este texto es nada más y nada menos que para volver a sensibilizarnos. Que se retome el respeto por las personas, animales, plantas y todo lo que nos rodea, pero que lo hagamos porque los sentimientos están sobre todo lo demás.

El Papa Francisco reiteró la invitación a hacer la revolución de la ternura. Invitó a "descansar en la ternura", habla de "la fuerza de la ternura", de "una montaña de ternura", insistiendo que no es una virtud de los débiles; evocó la "ternura combativa de los embates del mal", y construyó el binomio de "justicia y ternura". No era frecuente encontrar estas palabras en documentos de envergadura como una exhortación apostólica.

El valor de la equidad

Con base en la definición de Young (1995), la presente exploración estudiará la equidad desde su acepción vinculada con el principio de paridad/igualdad. Esto es, como ejercicio analítico, se aislará la noción de equidad ligada a la igualdad para estudiar únicamente las teorías de justicia y debates normativos que entienden la equidad como la búsqueda de igualdad en aspectos relevantes. De esta forma, la revisión de literatura se restringirá a los debates normativos sobre el tipo de

igualdad en una sociedad equitativa. En esta misma lógica, el concepto de equidad que se privilegiará en este estudio sostiene que las distribuciones equitativas son aquellas que asignan cargas y premios igualitariamente (Young, 1995, p. 20).

Para los fines de esta investigación, los términos igualdad y equidad se utilizan indistintamente, siguiendo la lógica de la teoría compuesta de equidad social (Frederickson y Stazyk, 2014, p. 13).

Experiencia de vida

A menudo observo, en mi ambiente laboral y salta a mi pensamiento este valor que considero muy importante: lealtad. He tenido la oportunidad de regresar a trabajar a la institución en la que inicié mis experiencias en el sector público; he regresado a los 20 años y mi expresión al llegar a mi oficina y recorrer parte de las dependencias fue "aún están aquí los escombros del terremoto". Con el paso de los días y cada novedad encontrada, he ido evidenciando poco a poco como han destrozado no solo los espacios físicos, lo más lamentable los compañeros con los que nos iniciamos en esa época -que era un cantón nuevo que empezaba de cero- todos sin experiencia, pero con la motivación por darlo todo, comprometidos con nuestro pueblo en hacer lo mejor para alcanzar lo que sería una institución eficiente, de servicio al ciudadano; un cantón unido y progresista. Sin embargo, allá se detuvo el tiempo.

Al observar el servilismo actual de algunos compañeros -que conocí desde que la institución inició- que en administraciones anteriores ocuparon cargos directivos y que han sido parte de todos los actos de corrupción que actualmente tienen a la institución sometida en un endeudamiento económico del que no se visualiza solución a mediano plazo, lo que repercute en la insatisfacción ciudadana al no contar con recursos para atender las necesidades de la comunidad.

Reflexión de vida

Distribución equitativa es entregar a cada sector/comunidad según su necesidad, para esto es necesario tener información de ellos, acercarse a las comunidades y desde sus espacios obtener información que permita atenderles de manera eficiente, lograr en conjunto las soluciones a sus múltiples necesidades; lograr una integración desde el momento que plasman sus necesidades y la manera de como ellos

consideran se les debe atender, pues ellos conocen sus territorios, lo que permite desde su experiencia alimentar información a la que se debe aplicar técnicas y estrategias que ya dependerá del equipo de trabajo y así lograr los objetivos institucionales.

El valor de la lealtad

Es fácil caer en la tentación de criticar a otros o de hablar de sus defectos sin pensar en las consecuencias, pero la verdadera lealtad nos exige ser conscientes del impacto de nuestras palabras y acciones en la vida de los demás (Forbes Ecuador, 2024).

La lealtad nos invita a ser auténticos en nuestras interacciones con los demás y a tratar a cada persona con el mismo respeto y consideración que deseamos para nosotros mismos. Significa estar dispuesto a resolver los conflictos de manera constructiva y a dar a cada individuo la oportunidad de redimirse y crecer.

Para Careaga (2014) "la lealtad consiste en un apoyo, acompañamiento físico, psicológico y espiritual, automáticamente comprometido para cualquier tiempo circunstancia buena o mala que se tiene para con alguien".

La lealtad es un valor fundamental en cualquier relación, ya sea personal o profesional. Ser leal con los ausentes implica mucho más que simplemente evitar hablar mal de ellos cuando no están presentes. Requiere un compromiso profundo con la honestidad, la integridad y el respeto hacia los demás.

Reflexión de vida

No hay lealtad cuando las personas a quienes se les confió cargos directivos se beneficiaron a nivel personal, a cuesta de perjuicios causados a toda una ciudadanía. Cada ciudadano que perdió una oportunidad de que se invirtieran los recursos en sus necesidades, proyectándolos a largo plazo, son oportunidades que pierden nuestros hijos y los hijos de quienes ocuparon altos cargos, porque los recursos que recibieron o de los que se beneficiaron son momentáneos.

Tras estas actuaciones, uno se pregunta cómo pudieron hacer tanto mal a un cantón, a su institución que es el sostén de su familia y peor aún se rinda pleitesías a estas personas que en algún momento fueron los autores, quienes lideraron toda

esta etapa de corruptela que mantiene a la institución sumergida en una parálisis operacional, conformismo y retraso único en el tiempo (Lucía Álvarez Zambrano).

El valor de la dulzura y la ternura

Para Cussiánovich (2010) y Freire (2005, en Rodríguez, 2022) la pedagogía del amor y la ternura es un modelo que se está posicionando, sobre todo, desde las primeras etapas escolares, al determinarse como restaurativo de la voz y del lenguaje que da cuenta de la identidad de la persona humana, pues la asume en su posibilidad de expresión plena y autorrealización, mediante el diálogo sincero y la consideración de los otros, desde el respeto, tolerancia y la afectividad

Es evidente que para los autores la dulzura está muy unidad a la ternura porque se complementan desde un lenguaje que permite identificarse como identidad humana, sensible, que conlleva al diálogo y a la escucha humana permitiendo una sinceridad tolerancia sostenible en la humanidad.

Experiencia de vida

Quiero compartir dos valores que los dialogué con una amiga y que me parecen interesante: la dulzura y la ternura, por eso es importante que la dulzura sea parte de la ternura, porque la dulzura es una actitud que define como empatía, belleza, creando lazos, emociones; en cambio la ternura es tan difícil de definirla porque escapa de la realidad, porque la ternura, siempre está en un gesto, es una disposición del espíritu, una alegría verdadera frente a otro; es algo que escapa de lo humano; es un valor que pasa desapercibido; es una disposición de siempre está en la alegría al otro. La ternura ayuda en el encuentro del otro, desde el lugar donde esté con la cabeza alta y los brazos abiertos. La ternura es el antídoto de nuestra propia violencia con nuestro propio orgullo. La ternura es reconocer un vínculo maravilloso que une todo lo vivo, que nos salva de tanto egoísmo y de la sinrazón, es el vínculo con el otro para seguir siendo humanos; la ternura es esencial para seguir viviendo.

Reflexión de vida

La ternura es una manifestación afectiva que enriquece las relaciones interpersonales y es a la vez uno de los satisfactores de las necesidades afectivas y de reconocimiento de los seres humanos (Nora Mendoza Izquierdo).

El valor de la amistad

Para Daguerre (2010, pp. 247-248) no resulta difícil aceptar que la amistad implica una relación de afecto y cuidado mutuo, una relación en la cual la preocupación por el otro no deriva de consideraciones instrumentales en torno a beneficios estrictamente personales. Pero cuando se trata de definir más concretamente la relación, surgen varios puntos de discrepancia: ¿exige la relación que los implicados sean virtuosos? ¿Qué lugar ocupan factores psicológicos o históricos contingentes? ¿Cómo una historia compartida haya dado lugar a sentimientos especiales entre los amigos? ¿Pueden las exigencias de la amistad entrar en conflicto con nuestras obligaciones morales? y, más fundamentalmente, ¿por qué es valiosa la relación de amistad?

En el debate contemporáneo pueden distinguirse claramente dos oposiciones, cada una ofrece respuestas distintas a las preguntas anteriores. La primera pone el acento en ciertos rasgos del amigo que justifican que uno se preocupe por él más que por los demás. Más específicamente, según esta posición, es el hecho de que la otra persona sea virtuosa lo que justifica que uno fomente la amistad con ella y se preocupe más que por las personas no virtuosas. Este planteamiento supone una concepción de la virtud y de lo valioso independiente de la relación misma, a partir de la cual se justifica la amistad. La segunda posición entiende que en la generación de relaciones de amistad intervienen factores arbitrarios; a partir de la coincidencia en la concepción de vida buena, o en el sentido del humor o en el gusto por ciertas prácticas, se generan relaciones de afecto mutuo, las cuales, una vez establecidas, generan obligaciones en los amigos. No es el hecho de que el otro sea virtuoso, sino el que sea amigo, lo que justifica la mayor consideración por su vida. Por otra parte, ambas posiciones coinciden en que en la amistad se desea el bien del amigo por el amigo mismo; pero discrepan, como veremos, en la interpretación de tal exigencia.

Experiencia de vida

Desde mi experiencia de vida puedo decir que la amistad verdadera es dificil encontrarla, con los prójimos y contar una experiencia que marca distancia. Cuando una de las partes confía en el amigo y la otra simplemente concebía la amistad como compañerismo, no solo a nivel teórico sino desde la praxis. Por lo que es importante definir la concepción que se tiene de lo que conlleva la amistad y el compañerismo, porque la experiencia puede sorprender y llevar a vivir unos momentos de malentendidos. Por esta razón, es necesario tener presente lo que son ambos valores, los que ayudarán a experimentar en cada circunstancia de la vida. Porque la vida misma te demuestra que la verdadera amistad nace de la confianza y no del interés.

Reflexión de vida

Es importante tener claro las dos concepciones de lo que conlleva la amistad y el compañerismo, sin olvidar que la amistad es un lazo que te permite conocer al otro desde lo que es como persona, de entender los buenos y malos momentos sin juzgar ni emitir criterios que lleven a calificar los acontecimientos sin creer en las apariencias. El compañerismo es un camarada del camino que permite desarrollar una actitud empática, desde una ayuda desinteresada fundamentando actitudes de respeto y confianza (Vilma Alcívar).

El valor de la justicia

Hans Kelsen (2001), la define así: “La Justicia es para mí aquello cuya protección puede florecer la ciencia, y junto con la ciencia, la verdad y la sinceridad. Es la Justicia de la libertad, la justicia de la paz, la justicia de la democracia, la justicia de la tolerancia”.

La justicia engloba muchos valores, como se dice no hay paz sin justicia por consiguiente la justicia es dar a cada ser humano lo que le corresponde, es decir equilibrar desde la equidad, actuando de manera integral, desde el buen vivir, respetando los derechos de cada persona, por lo tanto, es indispensable cultivar los principios de justicia desde los más débiles, sin crear diferencias ni resentimientos.

Experiencia de vida

La experiencia referente a la justicia es contradictoria a partir de las diversas experiencias que a lo largo de la vida se vivencian por las diferentes concepciones que se ha experimentado y que es difícil no claudicar de este principio, más aún en estos cambios de realidad tan trascendental que se está viviendo, donde el valor de la justicia se ha reemplazado con los antivalores, que se evidencian tanto que los quieren culturizar para que se vuelva identidad humana. Es duro, pero es una realidad que hoy está de moda, no los valores sino los antivalores que se están encarnando en cada niño y joven porque se están perdiendo los referentes.

Reflexión de vida

La justicia es dar a cada uno lo que le corresponde, es organizar una sociedad según los principios de la equidad, por lo tanto, la justicia no es igualdad, siempre va a depender de la necesidad de la persona, solo así se dan los principios que llevan a la armonía y a la resiliencia de la humanidad (María Alejandra Barberán).

El Valor de la empatía

A partir de los años 60 se empezó a consolidar una visión distinta de la empatía, que concedía más importancia a su componente afectivo que al cognitivo, definiéndola como un afecto compartido o sentimiento vicario. Stotland (1969), se sitúa entre los primeros autores en definir la empatía desde este punto de vista, considerando esta como "la reacción emocional de un observador que percibe que otra persona está experimentando o va a experimentar una emoción" (1969, p. 272). Por su parte, Hoffman (1987), define la empatía como una respuesta afectiva más apropiada a la situación de otra persona que a la propia. En la misma línea, Mehrabian y Epstein (1972), hablan de la empatía como una respuesta emocional vicaria que se experimenta ante las experiencias emocionales ajenas, es decir, sentir lo que la otra persona siente. Consideran que se trata de una disposición para la que existen diferencias individuales.

Experiencia de vida

Experiencia del terremoto del 16 de abril de 2016.

Mi nombre es Andony Leonel Peña Ponce, siempre he vivido en Bahía de Caráquez. A la edad de 12 años me gustaba ir a jugar con la cometa en las tardes y con mis amigos, futbol. A esa edad estudiaba en la escuela Marcos Manuel Mero López y había empezado mis vacaciones en las fechas de abril del año 2016; fue un mes de varias experiencias donde me mantuve aprendiendo cosas nuevas y divirtiéndome. La mañana del 16 de abril parecía un día normal como todos los que había experimentado en vacaciones, recuerdo que lo pasé en familia y con mis seres queridos, específicamente con mi padre que se llama Carlos, él estuvo trabajando desde las 6 de la mañana, hasta las 5 de la tarde.

Luego del trabajo mi papá tuvo que salir a visitar a mi abuelita a las 5 y 30 de la tarde, recuerdo que yo me quedé en casa y llegaron mis primos, uno se llama Jesse y el otro Jeffrey. Ese día era el cumpleaños de Jesse, estuvieron solo un momento y luego se fueron a su casa, al final nos quedamos mi hermano, mi tío y mi mamá, estuvimos pasando bien, hasta que se hicieron las 6 de la tarde luego de esto ocurrió un terremoto en el país, el epicentro se dio en Pedernales, fue muy difícil por lo que se fue la luz, pero permanecimos todos unidos, por suerte no le pasó nada a ninguna persona de mi familia. Entre la oscuridad tuvimos que salir, ya que se pensaba que había tsunami. Ahora esto se recuerda de una manera diferente, pero en ese instante se habían dañado algunas cisternas y las personas gritaban.

Tuvimos que salir de casa a esa hora de la noche ya que el otro motivo era que el mar se había secado, nos resguardamos en otro sitio hasta el otro día, ya en la mañana se podían observar los postes caídos, los cables sueltos, las carreteras dañadas y con los días tuvimos que dejar nuestra residencia, fuimos a un sitio cercano llamado los Jardines, estuvimos aproximadamente 2 meses, pero siempre nos mantuvimos unidos. El valor presentado en esta historia es la empatía por lo que siempre se basaba en entender a los demás y buscar una mejor situación para el prójimo. En este caso la unión y el aprecio fueron contribuyentes para buscar la estabilidad en los momentos más difíciles por lo que el entender a los demás en ese instante era duro y el brindar apoyo a las personas tanto familiares como amigos, entendiendo así que el valor mencionado en esta historia es la empatía.

Reflexión de vida

La vida deja un gran valor de motivación hacia los demás, lo grandioso que es ser empático que se puede vivenciar en cualquier lugar donde se encuentre cada uno. Siempre habrá en la vida momentos difíciles, pero aun así se puede lograr pasar estos momentos, ya sean con familiares, personas cercanas como amigos; la unión es fundamental para el bienestar de todos. Debemos de entender a los demás y a veces podemos perder cosas materiales, pero se debe de aprender que la fe y la alegría que podemos brindarle a los otros es más importante que lo material (Andoni Leonel Peña Ponce).

El valor de la felicidad

Hoy en día, se dedica poco tiempo a los amigos ya que las redes sociales están influenciando negativamente en este campo. Es más, en palabras de Lacalle (2012, p. 112) "la destreza de los adolescentes, y de los jóvenes en el uso de las nuevas tecnologías propicia su creciente implicación con Internet y se traduce en un consumo más personalizado, que le permite al usuario construir su propia parrilla a la carta" (Marta-Lazo y Gabelas-Barroso, 2013, p. 16). La felicidad de la persona está en el desarrollo de las virtudes y estas se consiguen mediante la relación con los demás. Uno de los principales factores donde el ser crece en virtudes es a través de la amistad

Experiencia de vida

Mi nombre es María Totoy y el siguiente hecho de vida que les contaré ocurrió cuando tenía 11 años. Vivía en la Base Naval de Jaramijó, era de noche, y me encontraba con unos amiguitos jugando en el parque que quedaba frente a mi casa, algo que solíamos hacer a diario. Todos íbamos a subir a una casita para jugar a la cocinita, y me tocaba a mí subir. La casita ya estaba viejita y todo sucedió muy rápido: me sentí mareada y, cuando me di cuenta, se había partido una tablita de la escalera y me caí. Recuerdo haberme levantado con dolor, pero pensé: "Bueno, no pasó nada". Sin embargo, al momento me di cuenta de que tenía una tabla clavada en mi pierna y empecé a desesperarme, ya que los clavos estaban oxidados. No sabía qué hacer, y lo primero que pensé fue que, si iba a casa, mi papá me iba a castigar, así que fui muy

asustada, pero mis amigos me acompañaron, el valor de la amistad es muy grande. Al llegar, mi papá, en vez de enojarse, se rio al verme así. Al darse cuenta de que no podía sacar la tabla con el clavo, decidió llevarme al hospital con mi mamá. Me metieron en el carro acostada en los asientos traseros hasta llegar al hospital. Me aplicaron anestesia y me sacaron todo. Hasta el día de hoy, mi papá sigue contando esta historia en reuniones familiares o cada vez que se acuerda.

Reflexión de vida

El valor de la amistad de los compañeritos, permitieron ser valiente para asumir el dolor, gracias a ellos pude esperar a la familia para que me atendieran y poder curarme de la tragedia, vale mucho contar con amigos que siempre estén en la buenas y en las malas, esto hace que la amistad crezca siempre (María Elena Totoy Solórzano).

El valor de la honestidad

Zarate (2003), define el valor de la honestidad como propio de la naturaleza humana, que hace referencia a la verdad, sinceridad, etc. y que va más allá de no cometer actos de hurto. La honestidad se asocia también a la preservación de los recursos sean materiales o inmateriales, al decoro, a lo justo como a lo recto. Entonces "una persona íntegra, que en su vida no da cabida a la dualidad, la falsedad, o el engaño" (Zarate, 2003, p. 191).

Experiencia de vida

Una vez fui a la tienda a comprar y vi a una señora que se le cayó el monedero, lo que yo hice fue correr y recogerlo para entregárselo, la señora no se había dado cuenta que se le había caído; en el momento de acercarme ella se sorprendió e hizo un gesto de asombro porque allí tenía todo el dinero para hacer sus compras. Ella me agradeció y me dijo muchas gracias por tu bondad si fuese otra persona que lo encontraría no me lo devolvería porque en este tiempo la humildad y los valores se están perdiendo. Cuando yo me estaba despidiendo para ir a comprar a la tienda ella me dijo vamos yo también iré a la tienda y te daré un pequeño detalle por lo que

hiciste por mí y así fue me dio algo y quedé muy agradecido con ella, aunque no busqué algo a cambio, pero la señora me dio eso de todo corazón.

Reflexión de vida

La acción de devolver el monedero a la señora demuestra un gran nivel de integridad y empatía. En un mundo donde a menudo se escuchan historias de deshonestidad, el gesto es un recordatorio poderoso de que aún existen personas con buenos valores y un corazón noble. No solo ayudó a la señora en un momento crucial, sino que también mostró el tipo de persona que era, alguien que valora la honestidad y la bondad por encima de cualquier recompensa material. Este tipo de acciones son las que fortalecen la confianza entre las personas y contribuyen a crear una comunidad más solidaria y respetuosa (Marcos Vinicio Santana Anchundia).

El valor de la verdad

En "El pensamiento" una de las investigaciones lógicas que escribió hacia el final de su vida, explica de manera más detallada la relación de la verdad con la lógica. La noción de verdad no es definible en términos más básicos pero el significado de "es verdadero" se despliega en las leyes de la verdad (Frege [1918-9] 2016c, p. 322).

En las leyes de la verdad se siguen prescripciones acerca de ciertos actos de hablar como inferir, juzgar, pensar. Frege (2016c) insiste en que la verdad no se dice de nada material y en que no representa ninguna propiedad sensible. Con una terminología contemporánea, diríamos que la verdad no es un predicado de primer orden.

Hay en Frege (2016c), otra utilización de la verdad que la identifica con el significado de algunas oraciones declarativas que se refieren a un objeto especial, lo Verdadero, y otras a su alternativo, lo Falso. No hay que olvidar, sin embargo, que en Frege "objeto" es una noción técnica, al igual que lo es su contrapartida lingüística "nombre". Las oraciones declarativas son expresiones "saturadas", esto es, sin huecos, completas. Las expresiones saturadas son técnicamente, para Frege, nombres y refieren a objetos. En el caso de las oraciones entendidas como nombres, los objetos correspondientes son lo Verdadero o lo Falso. No hay nada más misterioso en este punto.

Experiencia de vida

Puede que no coincida con algunas personas y pido disculpas con ustedes si no le es de su agrado. Desde hace tiempo y en especial cuando era niña, en la casa llegaban los Testigos de Jehová, pero cuando ellos llamaban a la puerta mi mamá y alguien de mis mayores me decían dile que estás sola y que tú no sabes leer. Al parecer para mí era algo inusual ya que yo desconocía de Dios y no le prestaba atención ya que mi familia me decía siempre que cuando llegaban ellos nos escondiéramos, en ocasiones nos veían, pero no salíamos y decían no digan que estamos en casa. Pero al mentir cada vez lo tomé como una rutina propia. Hasta que llegué a la adolescencia y un día llegaron a casa y ya no fui capaz de decir lo mismo de nuevo, me cuestionaba tanto y quise saber más de ellos y me quedé a saber que tanto ellos andaban de un lugar a otro y de casa en casa. Quería saber la verdad, por eso decidí saber qué predicaban, ahí conocí que lo único que hacen es predicar las buenas y nuevas cosas de la vida de Jehová.

Reflexión de vida

Hoy se puede decir que hay que hablar con la verdad. A veces nuestros padres hacen cosas que no reflejan la verdad, pero sé que eso no es bueno, mentir es algo que está en nosotros a diario y que lo vemos normal, eso afecta mucho en nuestra ética y moral porque si debemos cambiar eso que nos hace mal a diario, no se deja de la noche a la mañana, pero se debe de hacerlo ya que contamos con otras personas y que son nuestros ejemplos a seguir: nuestros hijos (Katherine Francisca Gracia Cagua).

El valor de la comprensión

Para Blythe (2008), la comprensión va más allá de la posesión de un estilo singular de conocimiento. Se expresa mediante la capacidad de ir más allá de lo aprendido, es decir, ser capaz de pensar flexiblemente.

Según Stone Wiske (2008), de aplicar dicha información a una infinidad de contextos y ámbitos de desempeño. Comprender es sinónimo de actuar flexiblemente, manipulando la información, es decir, haciendo cosas con ella.

Comprender es ir más allá de la posesión y de nuestros límites, sugiere un estado de autonomía, creatividad y flexibilidad.

Experiencia de vida

Hace mucho tiempo conocí a una persona llamada José con el que compartí cosas buenas y nos hicimos inseparables como hermanos. De pronto cuando terminé mis estudios regresé a mi ciudad en donde comencé una nueva vida. Y olvidé poco a poco a mi amigo, pasaron los años y cuando pensé que todo estaba bien él me vino a visitar y aunque nunca me reclamó porqué me olvide de él, siguió siendo el mismo mientras que yo aprendí una lección significativa: el valor de la comprensión, que la distancia nunca será impedimento para alguien cuando se estima de verdad todo es posible. Actualmente ambos nos escribimos contándonos nuestras cosas y nos ayudamos con algún que otro consejo, pero a pesar de todo me hizo sentir bien pese que fui yo que falló como amigo: me demostró la actitud comprensiva.

Reflexión de vida

Qué difícil es entender al otro desde la comprensión, pero me dio un gran mensaje mi amigo, el poder entender que, si no se acuerdan de uno, es porque se ha olvidado, pero, aún hay personas que ven este valor y que dan un buen mensaje para la vida que ya no se ve este tipo de valor comprender al otro sin esperar nada a cambio (Miguel Ángel Vera Santana).

Experiencia de vida

Una ocasión, cuando estaba en el hospital cuidando de mi hermana que acababa de tener a su bebé, conocí a una señora que estaba esperando que su mamá saliera del quirófano, porque le estaban amputando una pierna, ella me pidió de favor que cuidara de su mamá hasta que regresara y así lo hice. Al pasar los días ya estábamos en casa y la señora me llamó para que le ayude con la mamá y lo hice, la señora no se podía movilizar al baño y usaba pañal.

Ella realizó sus necesidades en el pañal y nadie la quería ayudar ni las enfermeras pues yo sin pensarlo la ayudé con el aseo ya que sentía mucha tristeza y pensé que también me podía pasar con algún familiar. La señora me decía muy agradecida con lágrimas en sus ojos que Dios me ayude y me multiplique por el gesto que había

tenido con ella, le respondí que para ayudarla estaba yo ahí, me sentí tan bien al hacer algo por alguien que necesitaba de mi ayuda. Valores que se fomentaron. La familia: la importancia de los valores que nos enseñan desde pequeños en el hogar y el apoyo emocional recibido a lo largo de la vida.

Reflexión de vida

Todos podemos ser iguales o diferentes. Lo que no se puede ser iguales y desiguales, superiores e inferiores. Eso es justamente lo que Paulo Freire parece estar afirmando. Más aún, coloca la diferencia como una condición de la igualdad: si no fuéramos diferentes, no habría necesidad de la igualdad (María Isabel Andrade Zambrano).

El valor de la igualdad

Por esto se insiste que la concepción de Sen (1999), sobre la igualdad implica directamente la diferencia, la pluralidad y no la distribución de algo para todos en la misma proporción. Dado que las teorías de la justicia en equidad muestran el interés por la distribución de los elementos que todo ciudadano necesita para la vida, entonces, en dichas teorías se debe dar cuenta de cómo se deben evaluar las ventajas individuales para saber las cantidades y medios que requieren para la satisfacción de sus necesidades básicas.

Es el valor de las interpersonales que contribuyen al bienestar emocional. La empatía: la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona y comprender sus sentimientos por lo que está pasando en ese momento. La solidaridad: la disposición de ayudar a los demás sin esperar o recibir nada a cambio.

Comentario: los valores son fundamentales por muchas razones. Proporcionan un marco para tomar decisiones éticas y morales, ayudando a distinguir entre lo correcto e incorrecto. También fomentan la convivencia pacífica y el respeto entre las personas, animan al desarrollo personal y a la mejora continua. Podemos decir que los valores son fundamental para el bienestar individual, influyendo a la conducta y a las interacciones en diversas áreas de la vida.

Experiencia de vida

Cuando iba a trabajar descubrí muchas cosas. Por lo general en el camino no había casi nadie, solo se veían algunos gatos y el brillo de los focos alumbraban la noche, por lo general siempre iba con mi padre y él me enseñó a trabajar durante un mes, con el paso del tiempo fui aprendiendo rápido y cada mañana que me levantaba a las 4 y 30 comprendí el esfuerzo que realizan las personas por el bienestar de la familia y teníamos que ir a trabajar al mar. Honestamente a mí me dan mareos en ese lugar, pero como es de rutina siempre tomo una medicación y aprendí que no todo es fácil como pensaba a la edad de 16 años y pude comprender que el verdadero valor de las cosas está en entender a los demás y tratar de ayudar y ser colaborativo.

Algo que me llamaba la atención del mar era su tranquilidad, por otra parte, le tenía un poco de miedo cuando el clima afectaba con el viento fuerte o las lluvias, pero siempre después de eso el cielo se pintaba con atardeceres bonitos. En la tarde podía ver todos los lugares desde otra perspectiva y me gustaba. Cuando regresaba del trabajo en ocasiones se les brindaba pescados a otras personas y esto es fundamental ya que llega un momento donde uno necesita ser colaborativo. Luego dejé de trabajar y aquellas personas que yo ayudaba también me ayudaron a mí, estaba feliz ya que es importante la construcción de un ambiente de apoyo y bienestar de manera equitativa.

La empatía: hay momentos en la vida donde debemos de estar en el lugar de los demás ya que ayudar a las personas que lo necesiten siempre será importante. La empatía es fundamental para entender el esfuerzo que hacen los demás por el bienestar de la familia. Amistad: en este caso se comprende el uso de este valor ya que poco a poco se fue creando una amistad con las personas que veía a diario teniendo en cuenta que existe la igualdad y preocupación de forma colectiva. Compromiso: es fundamental para crear mejores ambientes y realizar algo con un objetivo en mente. Los valores mencionados son importantes debido a que se puede escalar a tener mejores ambientes que de igual manera se promueva la enseñanza de manera pragmática y observando todo lo necesario para convertirse en mejores personas. Con esto se tiene como objetivo que los aprendizajes y la identidad se ve relacionada a las costumbres. Existen ciertos valores como la historia que se ha mencionado y que mediante ella se han compartido.

Reflexión de vida

La colaboración es sinónimo del grupo que deja el individualismo para vivir unos principios colaborativos que conllevan a un trabajo que deja tras la actitud individualista, para convertirse en un agente proactivo (Andony Leonel Peña Ponce).

El valor de la generosidad

Para Martí (2015), consiste en dar o compartir, es poner las capacidades y atributos al servicio de los demás mediante una acción objetiva de ayuda; se estima y valora más cuando se otorga con auténtico desprendimiento de lo que se posee, sin esperar nada a cambio. Una persona generosa ayuda en todo momento, sin que alguien se lo solicite.

Como señala Martí (2015), el valor de la generosidad se basa en la idea de dar y compartir con los demás. Ser generoso implica ofrecer lo que tenemos ya sea tiempo, recursos o apoyo emocional, sin esperar nada a cambio. La verdadera generosidad se muestra cuando lo hacemos de forma desinteresada, simplemente porque queremos ayudar. Una persona generosa actúa de manera que siempre esté dispuesta a colaborar y a brindar su mano, incluso sin que se lo pidan. Esto no solo enriquece a quien recibe, sino que también nos llena de satisfacción y nos conecta más con los demás.

El valor de empatía es considerado para Giani (2024), un valor porque es una cualidad positiva que permite que una persona pueda comprender las reacciones, las actitudes o los sentimientos de otra que le permite a un individuo identificarse con el resto de las personas y vincularse con sus pares de una forma amable y comprensiva, respetando sus derechos. Es una cualidad que se inculca desde la niñez y que puede mejorarse con el tiempo.

Como señala Giani (2024) la empatía es un valor esencial porque nos ayuda a entender a los demás. Cuando somos empáticos, podemos ponernos en el lugar de otra persona y reconocer sus sentimientos y reacciones. Esto nos permite conectar de manera más profunda con los demás, creando relaciones más amables y comprensivas. La empatía no solo nos hace mejores amigos o compañeros, sino que también nos enseña a respetar a los demás y sus derechos. Desde pequeños,

podemos aprender a ser empáticos, y lo mejor es que esta habilidad puede desarrollarse y mejorar a lo largo de nuestra vida.

Experiencia de vida

Anécdota: una vez un señor llevó a su hijo por emergencia al hospital, porque se sentía mal. El padre desesperado estaba esperando al doctor para que lo atendiera. Mientras ellos esperaban por el médico, llegó un infante con su mamá para hacerlo atender, ya que este se sentía mal. Al llegar el doctor a su consultorio lo hizo pasar al señor, mientras la mamá con su hijo quedó esperando su turno.

El señor del consultorio fue a comprar los medicamentos que necesitaba colocarle a su hijo en ese momento, volvió al consultorio para que el doctor se lo colocara, mientras lo hacía, el niño en la camilla se da cuenta que el infante que estaba con su mamá se encontraba en la otra camilla a lado de ellos. El doctor le colocó la medicación al niño, y le dijo al papá que en la funda quedaban algunos medicamentos, que los guardara, mientras se escuchaba el llanto del infante que estaba al lado de ellos. Llegó la enfermera y le preguntó al doctor que si le iba a aplicar la medicación al infante porque estaba llorando. El doctor le dijo que él no tenía medicación porque la mamá no le había comprado. El padre del niño escuchó esto, y vio que el medicamento que tenía en la funda era el mismo que necesitaba el infante, sin pensarlo dos veces le entregó al doctor para que le colocara al necesitado.

En la circunstancia de este relato podemos encontrar un hermoso acto de solidaridad y empatía en un momento de necesidad. Un padre, angustiado por la salud de su hijo, se encuentra en el hospital, donde la espera puede ser estresante y desgastante, mientras esperaba al doctor, presencia a otro niño, también enfermo, que está con su madre. Cuando el médico finalmente lo atiende, el padre se entera de que el otro niño no recibe tratamiento porque su mamá no puede comprar el medicamento necesario. Lo conmovedor de esta historia es cómo, a pesar de su propia preocupación, el padre se percata de la situación del niño que está llorando. Al darse cuenta de que tiene en su poder el medicamento que el otro niño necesita, decide actuar con generosidad. Al entregar el medicamento al doctor, no solo muestra compasión hacia el niño y su madre, sino que también reafirma la importancia de la comunidad y el apoyo mutuo en momentos difíciles. Este gesto resalta cómo, a pesar de las circunstancias complicadas, siempre hay espacio para la

bondad. En muchas ocasiones, nos encontramos en situaciones donde podemos ayudar a otros, y este padre nos recuerda que incluso en momentos difíciles un acto de generosidad puede hacer una gran diferencia en la vida de alguien más.

El hecho de este relato es que los dos niños estaban en el hospital, necesitaban que el doctor los atendieran, pero cada uno con distinta condición económica, el padre del niño si tenía la condición para comprar la medicación, mientras que la mamá del otro niño no tenía el dinero para comparar los medicamentos. La historia nos enseña sobre la importancia de la empatía y la capacidad de ayudar, recordándonos que todos enfrentamos retos y que, a veces, un pequeño gesto puede tener un gran impacto en la vida de alguien más.

Reflexión de vida

La empatía permite ponerse en el lugar de otra persona y comprender sus sentimientos, pensamientos y motivaciones. Permite entender las intenciones de los demás para no juzgar a la ligera ninguna acción que vaya en contra del más próximo (Brayan Javier Delgado García).

Valor de la responsabilidad

Responsabilidad como menciona Mia (2024), es un concepto amplio que abarca diferentes aspectos de la vida. En un sentido amplio, la responsabilidad implica la capacidad de asumir el mando y de tomar decisiones informadas. En un sentido más específico, la responsabilidad se refiere a la obligación de responder de nuestras acciones y de nuestras decisiones. Esto incluye la capacidad de admitir los errores, de aprender de ellos y de cambiar nuestros comportamientos para evitarlos en el futuro.

Experiencia de vida

Mi historia se remonta a mis años escolares, cuando mis padres siempre me recordaban que mi único deber era estudiar, ya que esa era mi responsabilidad. Ellos se esforzaron al máximo para que sus hijos tuviéramos acceso a una buena educación. Sin embargo, hubo una ocasión en que descuidé mis estudios. Recuerdo que celebré mi cumpleaños número 12 con una fiesta en la piscina. Después de la celebración, mi mamá se interesó por mis calificaciones y se sorprendió al descubrir

que tenía notas bajas. Su decepción fue profunda, ya que confiaba en mí. Me sentí muy triste al verla así, y le prometí que mejoraría. Desde entonces, cumplí con mi promesa, reafirmando que mi único deber y trabajo es el estudio.

Comentario: la historia de María refleja la importancia que sus padres le han dado a la educación desde muy pequeña. A lo largo de su infancia, ellos siempre le recordaban que su principal responsabilidad era dedicarse al estudio. Sin embargo, como suele ocurrir a esa edad, en algún momento descuidó sus deberes escolares. Este descuido coincidió con la celebración de su cumpleaños número 12, una ocasión alegre que fue seguida por una inesperada decepción. Su madre, al enterarse de las bajas calificaciones, se sintió desilusionada, lo que afectó profundamente a María. Ese sentimiento de tristeza la impulsó a comprometerse y mejorar, demostrando su capacidad de aprender de sus errores y valorar aún más el esfuerzo de sus padres.

Reflexión de vida

Se debe vivir desde una misión, desde un deber de manera eficiente. Asumiendo compromiso, siendo consecuentes con ellos, es decir, desde las acciones a las que se responsabiliza cada ser humano (anónimo).

Experiencia de vida

Una vez, cuando tenía 9 años, estaba caminando por la calle y vi a un anciano que intentaba cruzar, pero pasaban muchos carros. Decidí acercarme a él y le dije: "Disculpe, ¿le puedo ayudar a cruzar la calle?". Él me respondió: "Sí, por favor". Le di mi mano y el señor estaba muy contento porque le ayudé. Al cruzar la calle, me agradeció mucho y nos quedamos conversando. Me comentó que tenía problemas visuales, lo cual le impedía también cruzar la calle. Al despedirnos, el anciano me dio un abrazo. Fui a casa y le conté a mis padres lo que había sucedido, y me dijeron: "Qué gran corazón tienes, hijo mío, nunca dejes de ser así".

Reflexión de vida

En la vida diaria, se puede fomentar la gratitud al reconocer las pequeñas alegrías, apreciar las lecciones de los desafíos y expresar agradecimiento de manera sincera (Marcos Vinicio Santana Anchundia).

El valor de la gratitud

Para Ayala Ramírez (2015), sin una motivación y convicción profunda de gratitud por el don gratuito de la vida con una esperanza trascendente abierta al misterio escatológico de la existencia, se puede compartir con constante generosidad creando justicia social con el que es menos favorecido o menos esforzado.

En general existen pocos estudios que aborden desde la perspectiva de la neurociencia la gratitud. La mayoría de los estudios existentes utilizaron como metodología de estudio resonancias magnéticas funcionales y con este método han asociado la gratitud a diferentes áreas cerebrales, las cuales pueden variar según se evalúe la gratitud como proceso afectivo, cognitivo, perceptivo o expresivo.

Entre las áreas asociadas a la gratitud se han encontrado la corteza temporal superior derecha. En general existen pocos estudios que aborden desde la perspectiva de la neurociencia la gratitud. La mayoría de los estudios existentes utilizaron como metodología de estudio resonancias magnéticas funcionales y con este método han asociado la gratitud a diferentes áreas cerebrales, las cuales pueden variar según se evalúe la gratitud como proceso afectivo, cognitivo, perceptivo o expresivo. Entre las áreas asociadas a la gratitud se han encontrado la corteza temporal superior derecha del cerebro.

Experiencia de vida

Puede que no coincida con algunas personas y pido disculpas con ustedes si no le es de su agrado. Desde hace tiempo y en especial cuando era niña, en la casa llegaban los Testigos de Jehová, pero cuando ellos llamaban a la puerta mi mamá y alguien de mis mayores me decían dile que estás sola y que tú no sabes leer. Al parecer para mí era algo inusual ya que yo desconocía de Dios y no le prestaba atención ya que mi familia me decía siempre que cuando llegaban ellos nos escondiéramos, en ocasiones nos veían, pero no salíamos y decían no digan que estamos en casa. Pero al mentir cada vez lo tomé como una rutina propia. Hasta que llegué a la adolescencia y un día llegaron a casa y ya no fui capaz de decir lo mismo de nuevo, me cuestionaba tanto y quise saber más de ellos y me quedé a saber que tanto ellos andaban de un lugar a otro y de casa en casa. Quería saber la verdad, por eso decidí saber qué

predicaban, ahí conocí que lo único que hacen es predicar las buenas y nuevas cosas de la vida de Jehová.

Reflexión de vida

Sé que lo que en ocasiones nuestros padres hacen es malo y se refleja en uno por que uno no lo ve mal al principio, pero sé que no es bueno mentir. Es algo que está en nosotros a diario y que lo vemos normal, eso afecta mucho en nuestra ética y moral. Debemos cambiar eso que nos hace mal a diario; no se deja de la noche a la mañana, pero se debe de hacerlo ya que contamos con otras personas y que son nuestros ejemplos para seguir, como nuestros hijos.

El valor de la fe

Ortega y Gasset (2007), considera a la fe como un acto de la inteligencia. Creer no significa anular la presencia de la razón, pero él nos habla de una fe viva, hecha experiencia concreta y critica a los cristianos que aceptan la fe, pero la aceptan solo teóricamente, sin constituir para ellos ningún compromiso con la realidad. Da la impresión de que el filósofo hubiese leído la carta del Apóstol Santiago.

Experiencia de vida

Yo nací en Pedernales, pero a los meses de nacida mis padres Isaura Sosa y Roberto Loor decidieron radicarse en la ciudad de Quito, tuve una hermana. Tenía 2 años cuando ella nació, su nombre es Lizeth. Cuando yo tenía 5 años ingresé al jardín, nos gustaba cuando salíamos de vacaciones y viajábamos a visitar a mi abuelita de parte de mamá, todas las tardes nos llevaban al río que quedaba cerca de la casa, jugábamos con nuestros primos, primas y amigos, por lo tanto, estuve viviendo en Quito hasta los 11 años. Después nos regresamos a vivir a Pedernales, mi mamá comenzó a trabajar y nos quedábamos al cargo de mi abuelita, estudiamos en una escuela cerca de la casa. Con el paso del tiempo comenzamos a conocer más amigos y todas las tardes sin preocupación de la delincuencia jugábamos hasta las 6 o 7.

Cuando terminé la primaria comencé a estudiar en el Colegio Técnico Pedernales, puedo decir que el colegio fue una de mis mejores etapas. Conocí muchos amigos, salíamos, nos reuníamos. Cuando cursaba el segundo nivel de bachillerato mis

padres deciden volver a Quito, pero yo ya no volví, me quedé terminando mis estudios, cuando ya me gradué busqué a mi familia y comencé a trabajar. En mi primer trabajo cuidaba a una bebé de 8 meses, después trabajé en una imprenta. En la historia contada puedo decir que hay una diferencia muy grande: antes los niños podían jugar y los padres no tenían ese miedo por la delincuencia y ahora en la actualidad ya no es así, la mayoría de los padres tienen miedo de que sus hijos jueguen libremente o que salgan solos

Reflexión de vida

La fe es una actitud que te lleva a fiarte en alguien y en algo. Significa creer en Dios, el Universo, la Madre Naturaleza o algún poder superior. Por lo que se puede decir que la fe es un don y gracia que se recibe para seguir viviendo (Katherine Francisca Gracia Cagua).

El valor de la sensibilidad

Kant (1781), definió la sensibilidad como la capacidad (receptividad) de recibir representaciones al ser afectados por los objetos. Gracias a ella, nuestro psiquismo reacciona ante los impactos provocados por los objetos dentro de dos estructuras que son el espacio y el tiempo, estructuras que actúan como marcos para organizar el caos de impresiones que reciben. Las sensaciones situadas por la sensibilidad en el espacio y el tiempo se conocen como fenómenos. En su obra *Crítica de la Razón Pura* (KrV, A) asume esta tradición y la racionaliza aportando las bases de la educación racionalista y voluntarista que es propia de la tradición ilustrada que llega hasta nuestros días (Kant, 1781).

Experiencia de vida

Hace mucho tiempo conocí a una persona llamada José con el que compartí cosas buenas y nos hicimos inseparables como hermanos. De pronto cuando terminé mis estudios regresé a mi ciudad en donde comencé una nueva vida. Y olvidé poco a poco a mi amigo, pasaron los años y cuando pensé que todo estaba bien él me vino a visitar y aunque nunca me reclamó porqué me olvide de él, siguió siendo el mismo mientras que yo aprendí una lección significativa: el valor de la comprensión, que la distancia

nunca será impedimento para alguien cuando se estima de verdad todo es posible. Actualmente ambos nos escribimos contándonos nuestras cosas y nos ayudamos con algún que otro consejo, pero a pesar de todo me hizo sentir bien pese que fui yo que falló como amigo: me demostró la actitud comprensiva.

Comentario. El valor de esta historia radica en las lecciones sobre la amistad verdadera, el perdón y el paso del tiempo. A través del relato, se destaca que las relaciones genuinas no se ven afectadas por la distancia o el tiempo, a pesar de que el narrador se distanció de su amigo José tras mudarse, el reencuentro demuestra que los lazos profundos pueden perdurar sin reproches. La actitud de José, que no recrimina el olvido, refleja una comprensión madura y un cariño incondicional.

El narrador, por su parte, aprende una lección clave, y es que la verdadera amistad no desaparece con la distancia ni con el tiempo. Además, se enfrenta al reconocimiento de su propia falla como amigo, pero también experimenta alivio y gratitud al ver que la relación sigue intacta. En esencia, la historia enseña que, cuando existe aprecio sincero, el perdón y la aceptación prevalecen, permitiendo que la amistad florezca inclusiva.

Reflexión de vida

La sensibilidad es la actitud que tienen las personas para comprender e identificarse con los demás. La sensibilidad alineada con la empatía se traduce en la capacidad de ponernos en el zapato del otro, en identificarnos con la dificultad, necesidad o situación que le afecta. La sensibilidad permite demostrar al otro lo que se siente y se piensa (Ingrid Katherine Loor Sosa).

El valor del perdón

El valor encontrado en la historia de vida fue el perdón y la aceptación. El valor, "basados en la teoría del estrés y afrontamiento, de Lazarus y Folkman (1986), consideran que el perdón emocional corresponde a una estrategia de afrontamiento centrada en la emoción, aunque también podría ser instrumental como una estrategia centrada en el problema, y establecen cuatro proposiciones teóricas principales: 1) la falta de perdón es estresante, 2) los mecanismos de afrontamiento además del perdón pueden reducir la falta de perdón, 3) el perdón reduce el estrés

de la falta de perdón, y 4) el perdón como estrategia de afrontamiento está relacionado con la salud" (Roca et al., 2017, p. 2).

Experiencia de vida

Un día se advirtió que no se debían dar huesos de pollo a los gatitos, ya que podían perjudicarlos. Sin embargo, a pesar de las advertencias, les dieron los huesos; uno de los ocho gatitos, al morder uno de ellos, se le quedó un hueso atorado entre los dientes. Al poco tiempo, se notó que la gatita no podía cerrar la boca y tenía saliva acumulada alrededor de ella. Al intentar quitarle el hueso, la gatita se resistió, ya que le causaba dolor. Después de varios intentos, finalmente lograron extraer el hueso, pero en el proceso, la gatita, asustada y adolorida, mordió la mano de la persona que la ayudaba dejándole algunas heridas que demoraron en sanar

Reflexión de vida

La capacidad que tiene el ser humano para no guardar rencor es reconocer los errores, es legado de vida, es liberarse de sentimientos negativos, resentimiento, enojo, dolor. Como actitud, implica estar dispuesto a aceptar la responsabilidad de las propias percepciones, comprendiendo que son opciones, no hechos que perjudican la objetividad de las acciones negativas (Miguel Ángel Vera Santana).

El valor de la acogida

Baptista (2002), considera los supuestos relacionales al definir el fenómeno como un modo privilegiado de encuentro interpersonal marcado por la actitud asumida en relación con el otro y reconoce esa actitud como evidencia de los trazos fundamentales de la subjetividad humana y de la disponibilidad de la conciencia para acoger. De la misma forma, Gidra y Dias (2004), enfatizan la noción de hospitalidad como evento marcado por la relación especializada entre dos protagonistas.

Experiencia de vida

Hecho de vida. Un día común me dirigía hacia el cajero a retirar dinero para unas compras. Como de costumbre había fila, cuando llegó mi turno al frente mío había

un señor un poco mayor a lo que él se retira parece no darse cuenta del que cajero le estaba contando el dinero para dárselo, decidí llamarlo y avisarle, él sonrió y agradeció alegando que casi no sabía usar la máquina. Porque como dice el refrán nadie sabe el mal de la olla sino la cuchara. Vamos a resaltar hoy la honestidad, hablar y actuar con sinceridad, es más que no mentir, engañar, robar o hacer trampas. Implica mostrar respeto hacia los demás y tener integridad y conciencia de sí mismo, algo que ya la humanidad no practica sin saber que esto tiene consecuencias grabes.

Reflexión de vida

La acogida es la actitud que permite ver al otro con una persona con cualidades y no como un extraño, la acogida es la oportunidad de aprendizaje del cercano, es hacer del otro un nosotros (María Emilia Cagua López).

El valor del respeto

Según Savater (2008), el valor respeto se constituye en "una condición de equidad y justicia, donde la convivencia pacífica se logra sólo si se considera que este valor es una condición para vivir en paz con las personas que nos rodean" (p. 56).

Experiencia de vida

Hubo un momento en mi adolescencia en el que asistía a clases de catecismo, preparándome para la confirmación. Estaba en segundo nivel de confirmación con mi prima, Jessica Araceli Chávez Falcones. En ese tiempo, éramos muy unidas; íbamos juntas a las clases, que se realizaban los jueves y viernes en la parroquia de La Merced. Recuerdo claramente una tarde en que caminábamos hacia la parroquia, y al cruzar la calle, vi una canasta con libros viejos al lado de un poste. Le comenté a mi prima que podríamos decirle a mi tío que los recolecte, ya que algunos de esos libros podrían servirnos para consultas o recortes, algo que mi tía solía hacer.

Sin embargo, mi prima interpretó mal mis palabras, creyendo que la estaba llamando recolectora de basura, lo cual no era mi intención. Se molestó mucho, lloró, y le dijo a su papá, mi tío Rubén Chávez, que yo la había insultado, lo cual no era cierto. Esa noche, durante una reunión familiar, mi tío me obligó a pedirle disculpas

a mi prima, y aunque le explicó que no era mi intención ofenderla, sino que lo decía pensando en el beneficio de los libros, las cosas no terminaron bien. Mi prima insistió en su versión, y mi mamá, creyéndole, me castigó severamente, dejándome una cicatriz en el brazo que aún tengo. Ese incidente me afectó profundamente, ya que me dolió que mi mamá no confiara en mí y que mi prima hubiera mentido. Durante mucho tiempo guardé rencor, pero con el paso de los años comprendí que, en nuestra juventud, a veces las mentiras pueden causar daño en las relaciones familiares. A pesar de lo ocurrido, con el tiempo nos reconciliamos. Hoy en día, somos una familia unida nuevamente y mi prima y yo nos hemos convertido en grandes amigas.

La experiencia que viví en mi adolescencia me enseñó que las mentiras, aunque sean involuntarias o malinterpretadas, pueden tener un impacto profundo en nuestras relaciones. El incidente con mi prima y la falta de confianza de mi madre me dejaron una cicatriz, tanto física como emocional. Aprendí que la comunicación clara y la empatía son fundamentales para evitar malentendidos y que es esencial construir un espacio seguro donde todos se sientan escuchados. A pesar del dolor que provocó ese momento, también nos dio la oportunidad de crecer, reconciliarnos y fortalecer nuestros lazos familiares. Hoy valoro aún más la honestidad y el entendimiento en mis relaciones.

Reflexión de vida

Convivir en los diversos contextos en los que el ser humano hace vida, ayuda a respetar las individualidades, supone para el estrechamiento de parentescos sociales y culturales, la profundización recíproca en lo referente a las pertenencias identitarias, sociales por ende te lleva a reverenciar lo que es, en todas las circunstancia de la vida (Vanina Magdalena Cedeño Reyes).

El valor de la sinceridad

Para Soriano (2023), debemos profundizar en el concepto de sinceridad para comprender la relevancia de esta actitud y su influencia en nuestras relaciones sociales. La sinceridad, en esencia, significa ser claro y real en nuestra comunicación con otras personas en torno a lo que pensamos, sentimos y creemos. Ser sincero con

nuestras relaciones sociales implica comunicar con verdad nuestras opiniones, no mentir ni ocultar información y así, hacer que las personas con las que nos relacionamos confíen en nosotros y nuestra palabra.

Experiencia de vida

Historia de vida: en esta historia se destaca una relación de amistad marcada por la cercanía, el apoyo incondicional y la desilusión. Desde un inicio, la protagonista demuestra un fuerte lazo afectivo con su amiga Kiki, llegando incluso a sacrificar su bienestar y el de su familia por ayudarla en momentos difíciles. Sin embargo, a lo largo del relato, se observa cómo esta amistad se fractura debido a la falta de honestidad y lealtad por parte de Kiki, lo que genera un profundo malestar.

El conflicto central gira en torno a la traición de confianza, ya que Kiki, en lugar de valorar el apoyo recibido, actuó de manera irresponsable y desleal. Este tipo de acciones no solo afectarán la relación entre ambas, sino también la relación de la protagonista con su familia, ya que llegó a enfrentarse a ellos en defensa de su amiga. A pesar de los intentos de la protagonista por mantener una amistad basada en el respeto y la lealtad, la situación se volvió a agravar. El diseño de la historia muestra un aprendizaje importante para la protagonista: la necesidad de ser más cautelosa al confiar en las personas. A pesar del daño sufrido, la protagonista no guarda rencor y desea lo mejor para Kiki, lo que demuestra que realmente en la vida se perdona.

Reflexión de vida

Es importante ser sinceros de corazón y no simplemente por cortesía, para no incomodar a los demás. En otras ocasiones, evitamos la sinceridad para no dañar nuestras relaciones, ya sean de amistad, laborales, académicas o de cualquier otra índole. Pero lo más importante de la sinceridad es hablar con la verdad (Yessenia Jacqueline Zambrano Chávez).

El valor de la esperanza

La falta de perdón, y el perdón como estrategia de afrontamiento está relacionado con la salud (Roca et al., 2017, p. 2). El perdón es un acto liberador que no solo beneficia a quien lo recibe, sino sobre todo a quien lo otorga. Desde una perspectiva psicológica, perdonar implica dejar ir el resentimiento y la ira, emociones que, si se

mantienen, pueden generar altos niveles de estrés y afectar la salud mental y física. El perdón no significa justificar el daño sufrido, sino reconocer que seguir aferrado al dolor solo prolonga el sufrimiento personal. Al elegir perdonar, las personas recuperan su paz interior y liberan recursos emocionales que pueden ser utilizados para el crecimiento personal y la construcción de relaciones más saludables (Renata Eloísa Cagua Mera).

Experiencia de vida

La fe es la convicción de creer en algo, en alguien. Es la fuerza de poner esfuerzos alcanzar una meta digna, es una actitud de creer a partir de la fe, porque está demostrado que nuestra esperanza en algo que aún no podemos ver.

Reflexión de vida

Ayudar a las personas. Estaba trabajando en una empresa empacadora de camarón y yo era la encargada del personal de descolado. Ayudé a ingresar a trabajar a varias personas, ya que ellos me escribían a pedir trabajo. Una vez ellos ya no estaban conforme con lo que yo hacía y comenzaron a hablar mal de mí e hicieron que me botaran del trabajo. El valor que aprendí de esto fue la prudencia, ya que no siempre debemos de confiar en las personas que ni por más que te hagan cara bonita son buenos y menos agradecidos.

El valor de la prudencia

MacIntyre (1990b), afirma que la prudencia es la virtud central de la vida (pp. 41-42). Por el proceso complejo que entraña la prudencia y por la misma complejidad de una situación, la prudencia es una virtud dependiente, no autosuficiente: requiere las virtudes morales para su formación, crecimiento y práctica. Para MacIntyre (1988) como para Aristóteles y Tomás de Aquino, la relación entre las virtudes morales y la 'phronesis' es de mutua necesidad. De hecho, sostiene que toda virtud moral "cannot be exercised without 'phronesis' also being exercised" (1988, pp. 115-116).

Experiencia de vida

La prudencia es uno de los valores muy dificil de entender y llevarlos a la práctica, porque los costeños somos muy explosivos, por ende somo poco prudente y no nos ubicamos en el contexto de la realidad existente, llegar a ser prudente es un proceso e dominación o encausar de los sentimientos y disciplinar para poder controlar impulsos.

Reflexión de vida

La persona prudente sabe custodiar la memoria del pasado, no porque tenga miedo al futuro, sino porque sabe que la tradición es un patrimonio de sabiduría. Por lo que la prudencia es la identidad que le permite a la persona ser única (Cindy Jamileth Zambrano Toala).

El valor de la empatía

El valor de la Empatía. La empatía para Giani (2024), es considerado un valor porque es una cualidad positiva que permite que una persona pueda comprender las reacciones, las actitudes o los sentimientos de otra. Que le permite a un individuo identificarse con el resto de las personas y vincularse con sus pares de una forma amable y comprensiva, respetando sus derechos. Es una cualidad que se inculca desde la niñez y que puede mejorarse con el tiempo.

Experiencia de vida

Hecho de vida: cierta ocasión, mientras caminaba por el parque, encontré una billetera en el suelo. En lugar de ignorarla, la recogí y busqué alguna identificación en su interior. Descubrí que pertenecía a una persona que vivía cerca, así que decidí ir a su casa para devolverla. Cuando el dueño abrió la puerta y vio su billetera, su expresión fue de alivio y sorpresa. Me agradeció con una sonrisa, y en ese momento, su gratitud me llenó de alegría. A pesar de que había dinero en la billetera, nunca pensé en quedármelo. Para mí, devolverla era lo correcto, y sentí que había hecho una buena acción.

Este hecho pone de manifiesto el valor de la honestidad en la vida de las personas. El individuo tuvo la oportunidad de quedarse con la billetera y su contenido, pero optó por hacer lo correcto y devolvérsela a su dueño. La honestidad es fundamental

en la convivencia humana, ya que fomenta la confianza y el respeto mutuo entre las personas. Este valor implica no solo decir la verdad, sino también actuar de acuerdo con principios éticos, incluso cuando nadie esté mirando. En este caso, la honestidad no solo benefició al dueño de la billetera, sino también al que decidió actuar con rectitud y moralidad.

Reflexión de vida

La empatía es un gran valor porque no solo nos hace mejores amigos o compañeros, sino que también enseña a respetar a los demás y a sus derechos. Desde pequeños, podemos aprender a ser empáticos, y lo mejor es que esta habilidad puede desarrollarse y mejorar a lo largo de nuestra vida (Karen Paola Chávez Jama).

El valor de la gratitud

Así, la gratitud como sentimiento y acto de dar está ligada a la generosidad. Se es generoso con el objeto bienhechor ya que la riqueza interna deriva de haber asimilado a un objeto bueno, de modo que el individuo se torna capaz de compartir sus dones con otros (Klein, 1957).

Experiencia de vida

Alguna ocasión fuimos donde una tía a ayudarle a dar una prueba. Luego de esto llamó a una compañera y preguntó si le salía la calificación, su compañera le dijo sí le salía y que si a ella no le salía era porque tal vez el examen lo hizo en el emulador. Mi tía se rio. Su compañera le dijo que se metiera nuevamente en la página del examen y nosotros rapidito a ayudarla a otra vez. A la final salió bien.

El valor es poner más atención y más precaución, esto no es un juego.

Comentario personal: es que todos nos asustamos, estaba toda la familia apoyándola, y nos asustamos porque podía perder el examen. Bueno, después que salió bien en el examen celebramos toda la familia en una pequeña merienda, la pasamos bien; disfrutamos la merienda porque se disfrutó ese logro de ella. Después de la merienda nos pusimos a jugar y recordamos el susto que pasamos.

Reflexión de vida

Se habla de la gratitud como uno de los sentimientos más importantes derivados de la capacidad para amar, el cual surge en las épocas más tempranas de la infancia junto con otras emociones y actitudes (Stiven David Castillo Panta).

El valor del apoyo mutuo

Kropotkin (1902/1989), en su obra sobre el apoyo mutuo, se proponía contrarrestar las consecuencias antisociales derivadas del darwinismo, mediante las ideas propias de su filosofía social. El hombre, para él, no es lo que es sino por su sociabilidad, es decir, por la fuerte tendencia al apoyo mutuo y a la convivencia permanente; oponiéndose de ese modo al contractualismo, tanto en la versión pesimista de Hobbes, que fundamenta el absolutismo monárquico, como en la versión optimista.

Experiencia de vida

He trabajado siempre con niños y me encanta hacerlo, estaba sin trabajar ya que me dediqué a cuidar a mis hijos, mi hermana que trabaja en un colegio fiscal comenzó hacer una maestría y me pidió que le ayudara con sus niños mientras ella tenía que viajar para recibir sus clases. Sus compañeras de trabajo me conocieron y luego ellas también me pidieron que les ayudara con reemplazo; eran niños de la básica media y yo siempre he trabajado con párvulos, pero era un reto para mí y accedí ayudar a las maestras. Un día de esos que remplazaba a cuarto año de básico sucedió algo inesperado, todo transcurría normal hasta que ya en la última hora antes de la salida, un niño me dice que se le había perdido su reloj, me dirigí a los niños y niñas preguntando si alguien lo había visto, pero me dijeron que no. Entonces les dije que nadie salía hasta que apareciera el reloj, yo no podía revisarlos porque está prohibido hacer eso, así que no podía hacerlo, luego como nadie decía nada dije que mandaría a ver a la inspectora, mandé a un niño a que le avisara a la inspectora que viniera al salón porque tenía un inconveniente, no llegaba la inspectora y un niño dijo Luis lo tiene (nombre ficticio). Luis se paró y dijo que él no lo tenía, me dijo que le revisara la mochila, pero no podía hacerlo, así que le dije a un niño que lo revisara, pero en la mochila no había nada. Me seguían insistiendo que Luis lo tenía, él abrió sus manos y también se tocaba los bolsillos del calentador diciendo que no tenía

nada, pero ¡oh! Sorpresa cuando alzó las manos le vi un bulto muy grande en sus partes íntimas, le dije por favor que entregara el reloj que yo sabía que lo tenía escondido y le dije donde lo tenía y claro me lo entregó. No había llegado la inspectora, así que hice que los chicos se fueran y me quedé hablando con Luis, le dije que por esta vez no lo iba a delatar, pero que no lo volviera hacer, estaba actuando mal y creo que tu mami si se entera lo que hiciste se pondría muy triste, no dijo nada solo agachó el cabeza avergonzado y se fue.

En esta historia podemos ver que el niño está practicando un antivalor, que es la mentira, debemos enseñar a nuestros niños a decir siempre la verdad y a respetar las cosas que no les pertenecen, practicando valores. Si se le enseña a los niños desde muy pequeños (recordemos que los valores se enseñan en casa), tendremos adultos respetuosos y personas amorosas, recordemos también que los niños aprenden por imitación, y si nosotros como padres estamos actuando bien, ellos también lo harán, así tendremos un mundo sin violencia, que en estos tiempos es lo que más necesitamos.

Reflexión de vida

El apoyo mutuo es la colaboración que permite trabajar en equipo, posibilitando dar respuesta a la individualidad, haciendo del valor de hermandad desde la solidaridad permitiendo acciones que ayuden a grupos (José Gabriel Chinga Carrasco).

El valor la comprensión y la compasión

Para Moral (2010), la comprensión es la capacidad de entender y se tolerante, El valor de la comprensión se define como actitud de una persona para entender, aceptar y no juzgar el comportamiento de otra. Es la firme disposición para colocarse en el lugar de los demás individuos, y tratando de apreciar los sentimientos y emociones que experimente en un instante determinado.

Rogers (1961), definió la compasión como la capacidad de aceptar y comprender al otro, en su totalidad, sin juzgarlo ni criticarlo. Según Rogers, la compasión es un valor fundamental para el desarrollo personal y para la construcción de relaciones saludables.

Compadecer implica una íntima y profunda identificación personal con los sufrimientos, desgracias y males que soportan no sólo las personas más próximas a nosotros, como familiares y amigos, sino cualquier ser humano que nos encontremos en nuestro camino. En la compasión el soporte fundamental es la comprensión.

Experiencia de vida

A partir de mi experiencia de vida la comprensión es un elemento que me permitió entender la realidad de cada ser humano, como educadora, pero es un gran dilema porque los estudiantes abusan de la nobleza, en cuanto a la compasión es una actitud que me ha permitido estar siempre del más necesitado, siendo sensible a las dificultades y a los sufrimientos del más necesitado.

Reflexión de vida

La comprensión es el valor dominante en toda persona con salud mental excelente, que se siente satisfecho, vive en paz consigo misma y con los demás y no tiene el menor interés en juzgar y condenar al prójimo. Comprender a alguien es ayudarle a descubrir, a sentir y vivir con plenitud su identidad, el hecho de ser diferente y valorarse por ello

La compasión es un valor fundamental para la construcción de una sociedad pacífica y justa. Al comprender y sentir el sufrimiento de los demás, podemos mostrar amor, comprensión y solidaridad hacia ellos. La compasión es un valor que nos conecta con los demás y nos permite sentirnos parte de la comunidad humana (Angélica María Hidalgo Montes).

Conclusiones

La experiencia de compartir con los estudiantes la cátedra Historia de vida, que no solo se basó en contenidos académicos, sino que fue un comparti la teoría desde la práctica, es decir el ir desarrollando cada contenido e irlo comparando con historia de vida que los estudiantes habían experimentado, hizo que aprendizaje fuese más significativo, además que las historia quedasen plasmadas en esta guía, siendo un referente para las nuevas generaciones.

El tomar conciencia que los valores son únicos e intransferibles que solo los vive la persona desde sus experiencias, que pueden ser ejemplo de vida, pero que solo se viven de acuerdo con la formación, experiencia familiar, social y que no son negociables, porque son principios de vida.

A partir de la experiencia, el dialogo y la reflexión se pudo consensuar y puntualizar, que son los valores como principios generales asumidos de manera universal por comunidades, pero que los valores ancestrales son aquellos vividos divulgados de generación en generación dentro de la cultura especifica, reflejando las creencias, costumbres que son únicas. Lo que les hace únicos e irrepetibles.

FICHA DE TRABAJO PARA REFLEXIONAR CADA VALOR

A continuación, se describen 4 modelos de fichas que pueden ser utilizadas para trabajar en la cátedra de investigación educativa.

HISTORIAS DE VIDA

MODELO I

FICHA DE TRABAJO 1

TEMA

OBJETIVO

Conocer los detalles de la vida de las personas para ayudar a entenderlas mejor.
Reflexionar sobre el valor de la comprensión como actitud necesaria para crear un ambiente de familia.

MOTIVACIÓN:

Cada participante cuenta cómo fue su día.
Después de que todos contaron cómo se desarrolló el día, se pregunta:
¿Cómo te motiva los hechos de vida?
¿Qué ánimo te da para trabajar los temas de la cátedra historia de vida?
¿Qué historias te llaman más la más atención?
¿Con cuál de ellas te identificas?

Plenaria:

Se coloca las respuestas a las preguntas y se hacen observaciones.

Desarrollo:

Se buscan artículos que hablen de los valores que cada hecho de vida y fundamentan los valores y los hechos de vida.

Evaluación:

¿Cómo se ha sentido?

Señala la idea principal del tema y expresa alguna línea de acción.

¿Le ha servido este tema para su vida?

¿Cree que es necesario vivir este valor en las familias para que después sea un hecho en la sociedad?

MODELO 2

FICHA DE TRABAJO 2

TEMA

Presentación del tema

OBJETIVO

Lo que quieres lograra

MOTIVACIÓN:

INTERACCIÓN DE ALGUNOS CONTRAVALORES RESPECTO A LA CONFIANZA.

PLENARIA:

DESARROLLO:

EVALUACIÓN:

1. ¿Es importante en la vida diaria practicar los valores?
2. ¿Por qué?
3. ¿En la vida será importante solo tener que ser?

MODELO 3

Ficha 3

Presentación del tema

Elaborar el Objetivo

Desarrollo del tema

Conversatorio referente a los valores

TRABAJAR LOS VALORES DE LOS COMAÑEROS DE CLASE

Cada estudiante escoge un compañero de clase y describe el valor en un cuadro comparativo el valor que más destaca la persona y la actitud y aptitud que demuestra como compañero de aula.

El valor	Actitudes	Actitudes

Plenaria

Evaluación del tema

1 ¿A qué estamos llamado todas las personas?

2 ¿En qué consiste el valor de aceptarse a sí mismo y a los demás?

3. ¿Qué valores positivos consideras importante en tu vida y en los demás?

MODELO 4

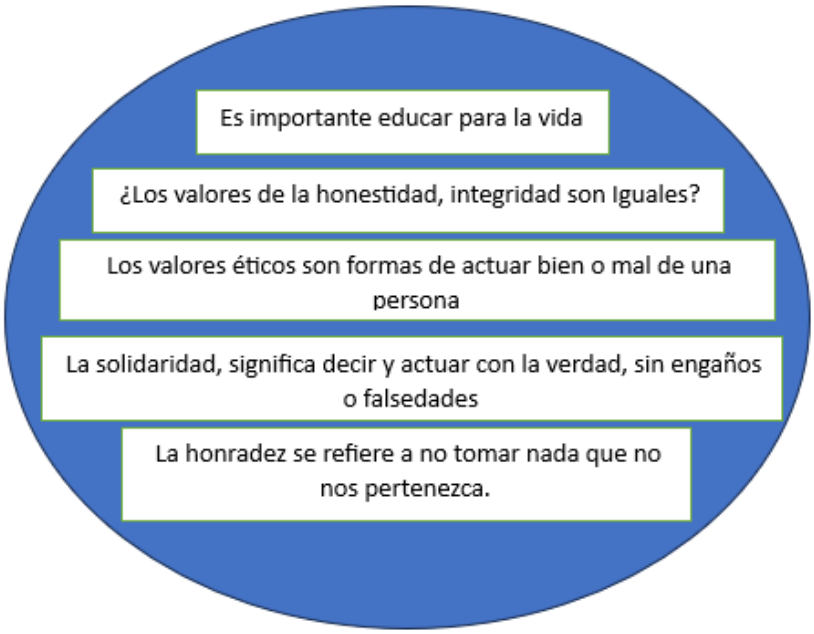
Ficha 4

Tema

Objetivo

Motivación

Se presentan las siguientes frase, palabra u oraciones y se plantea las siguientes preguntas para trabajar de manera individual.



5-EVALUACIÓN

a) Escribe qué valor representa la imagen

b) De los valores que encuentras en el cuadro, señala con una X cuáles son los que más te caracterizan como persona, argumentando tu respuesta.

VALORES	X	ARGUMENTACIÓN
Integridad		
Identidad		
Solidaridad		
Ternura		
Equidad		
Lealtad		
Dulzura y ternura		
Amistad		
Justicia		
Empatía		
Felicidad		
Honestidad		
Respeto		
Verdad		
Comprensión		
Igualdad		
Colaboración		
Generosidad		
Responsabilidad		

Gratuidad		
Fe		
Sensibilidad		
Perdón		
Acogida		
Sinceridad		
Prudencia		

c) De las experiencias de vida ¿Cuál de ellas te llamaron la atención, argumenta tu respuesta?

Glosario[1]

Estar hasta en la sopa

Algo o alguien está en todos los lugares.

Ser más pesado que una vaca en brazos

Persona molesta o difícil de soportar.

Ser de puño cerrado

Ser rácano.

Estar al loro

Estar atento.

Cantar las 40

Reñir a alguien, decir lo que piensas.

Tener el guapo subido

Sentirse guapo, estar guapo.

Estar donde el diablo perdió el poncho

Estar muy lejos.

Es más chulo que un ocho

Ser muy chulo, muy guay.

No está el horno pa' bollos

La situación está tensa.

¡Guay!

Término que indica que algo es agradable, admirable o que gusta mucho.

[1] Vocablos coloquiales para entender los hechos de vida que las personas han usado en su descripción de experiencias.

Estar al loro

Expresión que significa estar alerta o atento a algo.

En un abrir y cerrar de ojos

Dícese de algo que puede realizarse o que se ha realizado en muy poco tiempo.

Ligar

Es un sinónimo de coquetear o flirtear.

Dar la vuelta a la tortilla

Hace referencia a dar la vuelta a una situación.

Piti

Forma muy singular que los españoles utilizan para referirse al cigarrillo.

Currar

Es un sinónimo de trabajar.

Estar metido en el ajo

Indica que se está dentro de un tumulto o situación difícil.

Estar como una cabra

Indica que alguien está loco.

Tener mala leche

Indica que una persona es malhumorada, amarga o malintencionada.

Cotillear

Hace referencia de esparcir rumores o escucharlo.

Bombón

Es una persona muy atractiva.

Fregado

Es enfrentar una situación problemática.

Ser un melón

Hace referencia a una persona poco lista.

Rácano o rácana

Indica que una persona es tacaña, miserable o mezquina. También hace referencia a un individuo flojo o poco trabajador.

Ser una rata

Significa persona muy tacaña, egoísta o avara.

La edad del pavo

Expresión que hace referencia a la adolescencia.

Media naranja

Frase con que se hace referencia a la pareja ideal.

Lavarse las manos

Es eludir una responsabilidad.

Tener la mosca detrás de la oreja

Quiere decir que se sospecha de alguien o de algo.

No tener pelos en la lengua

Significa hablar con claridad, decir lo que se quiere sin filtro o no quedarse callado.

Dar gato por liebre

Se dice cuándo se ha sido engañado.

Ponerse las pilas

Se utiliza para empezar algún proyecto o volver a encaminarse.

Tener memoria de pez

Indica memoria corta o que se suele olvidar las cosas.

Otro gallo cantaría

Indica que las cosas serían diferentes si sucediera algo.

Dormir a pierna suelta

Hace referencia a dormir mucho y gustosamente.

Es pan comido

Se utiliza cuando algo es muy fácil.

Tener vista de lince

Es tener buena visión o adelantarse a una situación.

Meter la pata

Es fastidiar una situación.

Hablar por los codos

Hace referencia a una persona que habla mucho.

La oveja negra de la familia

Indica a un miembro de la familia que se comporta mal o ha decepcionado con su proceder.

Llover sobre mojado

Indica que no tiene sentido seguir dándole vuelta a una situación, problema o conversación.

Hacerse el sueco

Indica fingir que no se entiende algo o no se sabe de lo que se habla.

Andar con pies de plomo

Es andar con cautela.

El príncipe azul

Indica al hombre ideal.

No ver tres en un burro

Quiere decir tener mala visión o no darse cuenta de lo que sucede.

Ponerse como un tomate

Es ruborizarse porque algo da vergüenza.

Poner verde

Se usa cuando se critica a una persona, por lo general, por la espalda.

Se te ve el plumero

Indica que a una persona se le nota sus intenciones.

Comerse el coco

Es darle vuelta a una situación que perturba.

Temblar como un flan

Se le dice a alguien cuando está nervioso.

Poner los cuernos

Es una expresión para referirse a una infidelidad.

Al pie de la letra

Es una expresión que indica seguir exactamente las recomendaciones o instrucciones dadas.

Es del año de la pera

Dícese de algo muy viejo o antiguo.

La gota que colmó el vaso

Expresión que significa algo que es un detonante de una situación mayor.

Echar una mano

Referencia coloquial para decir que se quiere ayudar a alguien.

No me rayes

Es una advertencia para no molestar a una persona.

Con todo mi coño

Significa que se quiere hacer algo porque se tiene ganas y nada ni nadie lo va a impedir.

Estar descomulgada

Quiere decir que una persona está desatada o eufórica.

Ir a freír espárragos

Significa que te dejen en paz o tranquila.

Decir verdades como templos

Hace referencia que esta noche mandas tú y sólo tú.

Estar metida en el ajo

Significa que formas parte del problema.

Estar cabreado

Es una indicación de estar molesto.

Bibliografía

Aranda, T. & Araújo, E. G. (2009). *Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos*. Editorial EOS.

Aristóteles (1973). *Ética nicomaquea.* Porrúa.

Barroso, M. (1987). *Autoestima: ecología o catástrofe.* Editorial Galac.

Berger, D. N., Bulanin, N., García-alix, L., Jensen, M. W., Leth, S., Alvarado, E., Mamo, D., Parellada, A., Marie, L., Petersen, L., Rose, G., Thorsell, S., & Wessendorf, K. (2020). The Indigenous.

Bermejo, J. C. & Ruiz Aragoneses, R. (2024). *Ternura y humanización.* https://www.lavanguardia.com/libros/libro/ternura-y-humanizacion-9788429332186

Blumer. (1969). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Revista Griot, 5*(1), 53. https://doi.org/https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_m etodologia_de_investigacion_cualitativa.pdf

Campoy, T. & Gomes, A. (2009). *Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos.* https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25291w/Campoy_Tecnicas_e_instrum_cualit a_recogidainformacion.pdf

Chárriez, M. (diciembre de 2012). Historias de vida: una metodología de investigación cualitativa. *Universidad Veracruzana, 5*(1), 54. https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metod ologia_de_investigacion_cualitativa.pdf

Clive Staples, L. (1942). *La integridad personal.* https://Www.Todostuslibros.Com/Busquedas?Keyword=La+Integridad+De+Lewis

Cordero, M. C. (diciembre de 2012). Historias de vida: una metodología de investigación cualitativa. *Revista Griot, 5*(1), 51. https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metodologia_de _investigacion_cualitativa.pdf

Curiosa web. (s.f.). *Cómo se clasifica la historia. Una guía completa.* https://curiosaweb.com/como-se-clasifica-la-historiauna-guia-completa/?damemas_lectura=1

Escritor, J. (12 de julio de 2019). *Cómo construir la temática de una historia.* https://blog.jefsescritor.com/como-construir-la-tematica-de-una-historia/

Family Search. (30 de 01 de 2019). *18 consejos para escribir: cómo contar historias personales y hacer una historia de vida.* https://www.familysearch.org/es/blog/18-consejos-para-escribir-comocontar-historias-personales-y-familiares-con-confianza

Febres, I. R. (enero-junio de 2007). El valor de la responsabilidad. *Revista educación en valores, 7,* 119-121. file:///C:/Users/Usuario/Downloads/DialnetElValorDeLaResponsabilidad-3090190.pdf

Flandes. (s.f.). *Cómo hacer una historia de vida. ejemplos y consejos.* https://flandes-editorial.com/como-hacer-una-historia-devida-ejemplos-y-consejos/?damemas_lectura=1

Forbes, E. (2024). *Cómo el reconocimiento a los colaboradores puede impulsar el crecimiento empresarial.* https://www.forbes.com.ec/liderazgo/como-reconocimiento-colaboradores-puede-impulsar-crecimiento-empresarial-n33991

Frederickson, H. G. y Edmund C. S. (2014). Sustainability, intergenerational social equity, and the socially responsible organization. *Administration & Society.* <http://aas.sagepub.com/content/early/2014/04/01/0095399713519094.refs.html

Freire, P. (1997). *Pedagogía de la Autonomía: saberes necesarios a la práctica educativa.* Paz y Terra.

Giani, C. (2024). *Empatía.* Editorial Etecé. https://doi.org/https://concepto.de/empatia/

Giddens, A. (2002). *Modernidade e identidade.* Jorge Zahar Editor.

Giménez, G. (1997). *Materiales para una teoría de las Identidades Sociales.* Instituto de Investigaciones Sociales. UNAM. http://www. gimenez.com.mx/index.html

Giménez, G. (2004). Culturas e identidades. *Revista Mexicana de Sociología, 66*, 77-99.

Goodson, I. F. & Gill, S. (2019). *Life History Research in Educational Settings: Learning from Lives.* Open University Press.

González Acosta, M. (2015). La emergencia de lo ancestral: una mirada sociológica. *Espacio Abierto, 24*(3), 5–21

Investigación Cualitativa. (25 de junio de 2014). *Historia de Vida*. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=JBUVVCyEAC8

Kelsen, H. (2001). *¿Qué es la Justicia?* Distribuciones Fontamara S.A.

Kropotkin, P. (1902/1989). *El apoyo mutuo* (3ºed.). Editorial Madre Tierra.

Lafuente, A. (2017). *Cómo hacer una historia de vida.* https://laaventuradeaprender.intef.es/wp-content/uploads/2023/07/PDF-Como-hacer-unahistoria-de-vida.pdf

Luna, L. (2024). *Cómo empezar a escribir tu historia de vida. Narrativas y otras lunas.* https://narrativasyotraslunas.com/2019/03/31/empezar-aescribir/#:~:text=Escribe%2C%20por%20ejemplo%3A%20%E2%80%9Cquiero,Si%20apa recen%20recuerdos%2C%20escr%C3%ADbelos.

Macías, R. (17 de 07 de 2020). Historia de vida. Reflexiones teóricas y metodológicas desde la práctica en la maestría en desarrollo cultural comunitario. *Didáctica y educación, XI*(3). file:///C:/Users/yaque/Downloads/DialnetHistoriaDeVidaReflexionesTeoricasYMetodologicasDes-7692398.pdf

Mallimaci, F. & Giménez Béliveau, V. (2006). Historia de vida y métodos biográficos. *Estrategias de investigación cualitativa, 1*, 23-60.

Marcos, J., Sánchez, J. y Olivera, M. (14 de 09 de 2017). La enorme mentira y la gran verdad de la información en tiempos de la postverdad. *Scire: representación y organización del conocimiento, 23(*2), 13–23. https://doi.org/DOI: https://doi.org/10.54886/scire.v1i2.4446

Martínez Betanzos, B. (diciembre de 2012). Historias por temas. *Griot, 5*(1), 1949-4742. https://cmglobal.org/en/files/2019/06/VT-2009-0102-09-ESP-B.MARTINEZ-BETANZOS.pdf

Mckernan, J. (1999). *Investigación, acción y curriculum*. Morata.

Mckernan. (1999). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Griot, 5*(1), 54. https://doi.org/https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/177

5/1568 https://www.simbolics.cat/cas/historia-de-vida-que-es-y-como-hacerla

Mia, M. (4 de mayo de 2024). *Responsabilidad, qué es según ejemplos.* https://definicionwiki.com/responsabilidad-que-es-ejemplos-segun-autores/

Morales, J. (2022). Fernando Savater. Convivir-el desafío al que se enfrenta la institución educativa en la actualidad. *Revista científica digital de Educación. Eduser 9(*2), 58-68. https://doi.org/10.18050/eduser.v9n2a6

Mondiacult. (1982). De la Comisión Mundial de Cultura y Desarrollo (Nuestra Diversidad Creativa, 1995) y de la Conferencia Intergubernamental sobre Políticas Culturales para el Desarrollo (Estocolmo, 1998).

Moral, E. (2010). *Los valores III.* https://www.responsablia.com/los-valores-iii-comprension-paciencia/

Narveson, J. & James P. Sterda (2010). *Are Liberty and Equality Compatible?* Cambridge University Press.

Ortega y Gasset, J. (2007). *¿Qué es filosofía?* Espasa Calpe. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-88572010000100009

Prieto, D. L. & Piñón, F. A. (2022). La enseñanza de la historia en las aulas: un tema para reflexionar. *Debates por la historia, 9*(1). doi:https://doi.org/10.54167/debatespor-la-historia.v9i1.629

Kluckhohn, C. K. (1951). *Valores y orientaciones valorativas en la teoría de la acción.* Harvard University Press.

Ríos, J. (2020). Redes de apoyo familiar en adultos en tratamiento de tabaquismo en un centro de adicciones público. *Redes, 41*. https://www.redesdigital.com/index.php/redes/article/view/50

Rousseau, D. M., Sitkin, S. B., Burt, R. S. & Camerer, C. (1998). Not so different after all: A cross-discipline view of trust. *The Academy of Management Review, 23*(3), 393-404.

Santana, L. (2003). Clasificación de las teorías sobre ética y valores.

Sarceda, C. (2017). La construcción de la identidad docente en educación infantil. *Tendencias pedagógicas,* (30), 281-300. https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/eduser/article/view/2733

Tapia, M. (2014). *Prácticas y saberes ancestrales de los agricultores de San Joaquín*. Universidad Politécnica Salesiana de Cuenca.

Tejero, J. M. (16 de febrero de 2023). Empatía subjetiva como vínculo antropológico entre experiencia y verdad de fe. *Estudios eclesiásticos. Revista de investigación e información teológica y canónica, 98*(384), 127-158. doi:https://doi.org/10.14422/ee.v98.i384.y2023.005

Torres, A., López, L. y Nobaldo, Y. (2015). José Martí: paradigma de la generosidad. *Humanidades médicas, 15*(2). https://doi.org/http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202015000200012&script=sci_arttext

Vargas Daroca, O. (2005). *Ética profesional del abogado.*

Veras, E. (2010). Historia de Vida: ¿un método para las ciencias sociales? *Cinta Moebio, 39*, 142-152. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0717-

Whosever. (29 de enero de 2021). *Cómo empezar a escribir una historia.* YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=618x4cfaa4&t=24s

Young, P. (1995). *Equity in theory and practice.* Princeton University Press. ttps://www.forbes.com.ec/columnistas/la-importancia-lealtad-hablar-como-estuvieran-presentes-

UNESCO. (s.f.). *¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial?* UNESCO.

Los autores

Lilia Moncerrate Villacís Zambrano

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Extensión Sucre

Correo: lilia.villacis@uleam.edu.ec

ORCID: orcid.org/0000-0002-2888-6363

Lucía Margarita Álvarez Zambrano

Municipio del cantón San Vicente

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2616-827

Vilma Estela Alcívar Vera

Pontificia Universidad Católica del Ecuador, PUCE

Correo: valcivar@pucesm.edu.ec

ORCID: orcid.org/0000-0001-7300-5249

María Alejandra Barberán Moreira

Correo: m_ale_bm84@hotmail.com

ORCID: https://orcid.org/0000-0001-7002-8832

Víctor Manuel Román Vélez

Correo: vmanuel.roman@uleam.edu.ec

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2455-613X

Uleam
UNIVERSIDAD LAICA
ELOY ALFARO DE MANABÍ

2025

ISBN: 978-9942-681-44-7
9789942681447

Prohibida su venta