

EES Nº 75 "JULIO CORTAZAR"

ESPACIO: CONSTRUCCION CIUDADANA

PROFESORA: ARMUA ANDREA

CURSOS: 1º 5º - 1º 6º - 1º 8

CORREO ELECTRONICO: andreamua@live.com.ar

1º cuatrimestre 12 de abril al 8 julio 2021

CUADERNILLO 1º CUATRIMESTRE

CLASE 5

TEMA 5 : LA DIGNIDAD DE LA PERSONA

QUÉ ES DIGNIDAD:

Dignidad indica el **respeto y la estima que todos los seres humanos merecen y se afirma de quien posee un nivel de calidad humana irreprochable.**

La dignidad es la cualidad de digno que significa valioso, con honor, merecedor y el término dignidad deriva del vocablo en latín dignitas.

En el Preámbulo de La Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 habla de la "dignidad intrínseca de todos los miembros de la familia humana", y luego afirma en su artículo 1º que "todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos".

La dignidad humana, por lo tanto, es innata, positiva y fomenta la sensación de plenitud y satisfacción, reforzando la personalidad. La esclavitud, por ejemplo, es lo contrario de dignidad ya que no se tratan las personas como tales ni como dignas, siendo que el esclavo no es considerado una persona humana, sino un objeto.

La dignidad también es el respeto y la estima que merece una cosa o una acción. Es una excelencia, un realce de esa cosa o acción.

Se habla de dignidad si las personas en su manera de comportarse, lo hacen con gravedad, decencia, caballerosidad, nobleza, decoro, lealtad, generosidad, hidalguía y pundonor. Por ejemplo, a la hora de cumplir con los compromisos, la dignidad se refiere a la formalidad, a la honestidad y a la honra de las personas.

Tipos de dignidad

En filosofía, la dignidad se divide en 3 tipos siendo ellas:

- **Dignidad ontológica o dignidad humana:** es con la cual todos los humanos nacen.
- **Dignidad moral:** se relaciona con la moral de las personas y su comportamiento en sociedad.
- **Dignidad real:** es aquella que se recibe por parte de los otros.

Dignidad humana

La dignidad humana es un valor y un derecho innato, inviolable e intangible de la persona, es un derecho fundamental y es el valor inherente al ser humano porque es un ser racional que posee libertad y es capaz de crear cosas.

La afirmación que todas las personas nacen con dignidad es un tipo de dignidad ontológica. Esto quiere decir que todos los seres humanos pueden modelar, cambiar y mejorar sus vidas ejerciendo su libertad y por medio de la toma de decisiones para vivir con dignidad.

Dignidad moral

La dignidad moral se refiere a la dignidad de las personas como un hecho moral. Esto quiere

decir, que es un valor propio del ser humano dentro de la sociedad y es lo correcto.

La dignidad moral, por lo tanto, se refleja en las conductas que la persona ejerce según su moralidad, que la sociedad acepta o rechaza.

En este sentido, la dignidad moral debe reflejarse en todos los ámbitos de la sociedad como un modelo de conducta, costumbre o tradición a seguir. De esta manera, la dignidad moral se transforma en dignidad social.

Vea también Moral.

Dignidad personal

La dignidad personal se basa en el respeto y la estima que una persona tiene de sí misma y es merecedora de ese respeto por otros porque todos merecemos respeto sin importar cómo somos.

La dignidad personal adquirida por el trato que se recibe de los otros llamada también dignidad real.

Cuando reconocemos las diferencias de cada persona y toleramos esas diferencias, la persona puede sentirse digna, con honor, libre y orgullosas de ser como son.

La dignidad humana es un valor y un derecho innato, inviolable e intangible de la **persona**, es un derecho fundamental y es el valor inherente al ser humano porque es un ser racional que posee libertad y es capaz de crear cosas.

¿Qué es el derecho a la dignidad?

La **dignidad humana** es el **derecho** que tiene cada ser humano, de ser respetado y valorado como ser individual y social, con sus características y condiciones particulares, por el solo hecho de ser persona. La historia nos muestra muchos casos en que la **dignidad humana** ha sido avasallada

¿Por qué es importante la dignidad de las personas?

En lo social la **dignidad** es muy pero muy **importante**, pues quien tiene **dignidad** no será una persona corrupta, no será delincuente, ni venderá su ser, la mayoría de las personas que hoy delinquen en la sociedad lo hacen **porque** cuando pequeños nadie les inculco la **dignidad**, **por** ello la educación debe incluir la **dignidad**,

El valor de la dignidad

La dignidad se construye y se proyecta por medio de nuestra manera de vivir, no permitiendo a los demás hacernos objeto de ultrajes o humillaciones.

Uno de los fundamentos principales de la dignidad es auto valorarse y auto respetarse, es decir auto amarse. La dignidad implica el merecer lo mejor.

La dignidad va mano con mano con nuestro auto estima porque nos impulsa a resistirnos el ser utilizados o explotados por alguien que quiere tomar ventaja de nosotros en el trabajo o en una relación sentimental.

La dignidad conlleva al balance emocional

Las personas que tienen dignidad son personas que tiene un buen balance emocional. La dignidad no debe ser confundida con el orgullo o la arrogancia de pensar que somos mejores que las demás personas.

Eso caería en creernos más y tratar de poner a otras personas por debajo de nosotros como lo hacen generalmente las personas que tienen una personalidad narcisista. La dignidad se desarrolla cuando tomamos control de nuestras acciones, libre y autónomamente.

Todos los seres humanos merecemos respeto, no importando la clase social a la que pertenecemos ni la cantidad de dinero que tenemos en el banco. La dignidad refuerza nuestra personalidad y nos da la sensación de una satisfacción interna.

En tiempos antiguos a los judíos, gitanos y a nuestros indios, los europeos los hacían trabajar como si fueran animales con el propósito de hacerles perder su dignidad y hacerlos sujetos a todo tipo de humillaciones.

Aprende a ser tú mismo, nunca pierdas tu dignidad; no te salgas de los límites que te degradan como ser humano, defiende tus derechos individuales, tus opiniones, tus ideales, no te de temor ni vergüenza de expresarlos a otras personas por temor a la crítica.

Cree en ti mismo y alcanza lo que te propones, no te dejes vencer por palabras tales como “es imposible lograrlo” cámbialas por “es difícil pero si me empeño lo logro”. Confía en tu intuición y apóyate en esa voz que te dice internamente que puedes lograr lo que te propones.

TODOS LOS SERES HUMANOS MERECEMOS RESPETO: En tiempos antiguos a los judíos, gitanos y a nuestros indios, los europeos los hacían trabajar como si fueran animales con el propósito de hacerles perder su dignidad y hacerlos sujetos a todo tipo de humillaciones. A continuación les presento los siete pilares de la dignidad en el ser humano:

1. Eres dueño de ti mismo

Este principio parte del punto de cómo podemos resolver los problemas sin perder nuestra dignidad. Tenemos derecho a elegir la opción de cómo resolverlos.

Nosotros decidimos como. **Nadie puede obligarnos a hacer algo que nos coloque en una situación de desventaja.** Somos seres únicos y estamos en control de nuestros problemas y también de las soluciones de los mismos. Recordemos que somos los autores, los directores y los protagonistas de nuestra propia película.

1. Confiamos en lo que creemos

Nadie nos conoce o entiende mejor que nosotros mismos. Somos nuestros propios terapeutas, y no hay nadie en este mundo que pueda aconsejarnos mejor que nuestra propia intuición.

Hemos sido criados en una sociedad donde creemos que otras personas tales como guías espirituales, consejeros, doctores o amigos son los que deben darnos la respuesta de cómo resolver nuestros problemas.

Si bien es cierto que ellos pueden darnos cierta orientación en un preciso momento debemos recordar que las respuestas a nuestros problemas están dentro de nosotros y no en la mente de los demás.

2. Nuestros pensamientos nos dan poder

Nuestros pensamientos crean nuestras realidades.

Debemos controlar nuestros pensamientos y crear realidades que nos satisfagan.

Si te sientes vacío o insatisfecho con tu vida familiar, a nivel profesional y como ser humano en general, es porque no estás viviendo tu vida de acuerdo a tus metas. Si quieres vivir una vida digna y plena de satisfacciones indaga en tu inconsciente.

Es similar a pelar una cebolla vas poco a poco quitando las capas hasta llegar al corazón de tus creencias, las cuales te darán el poder de vivir el tipo de vida con la cual te sentirás realizado.

Cambia tus creencias si es necesario, recuerda que tu sistema de creencias no las inventaste tú, son una herencia cultural y estás en el derecho de modificarlas de acuerdo a como piensas.

3. Vive tu realidad

Cuando construyas tus creencias propias y vivas tu propia realidad, vivirás una vida digna de ti y estarás muy orgulloso de ti mismo pues has encontrado tu verdadera identidad.

Cuando éramos pequeños muchas veces tratábamos de esconder nuestros sentimientos o nuestros deseos por temor de ser castigados.

Aprendimos a esconder nuestro yo verdadero para complacer a nuestros padres y ser amados por ellos. Inconscientemente renunciamos a nuestro yo y al derecho de expresarnos libremente. Debemos tomar control de ese derecho y expresar lo que sentimos.

Por supuesto que nuestros derechos tienen ciertos límites que los establecen los valores morales del ser humano pero podemos vivir con autenticidad tomando decisiones sin miedo ni temor a ser criticados.

El ignorar tu intuición te conduce a sentimientos de fracaso e insatisfacción. Descubre lo que te apasiona hacer y hazlo sin temor. Vivir tu verdad es la base de una vida digna.

4. Di no a los sentimientos de culpabilidad

Muchas son las personas que al tratar de vivir una vida basada en sus propias creencias y no en las creencias de su familia y de sus culturas se sienten culpables.

La única manera de eliminar la culpabilidad es no seguirle el juego. Una de las características del ser humano cuando se siente culpable es tratar de convencer a otros que piensen como ellos.

Nosotros no podemos cambiar el pensamiento o las creencias de nuestros padres, parejas o hijos. No tenemos control sobre eso.

Los demás solo cambiarán si ellos se deciden a hacerlo. A la única persona que podemos cambiar es a la nuestra.

Por eso si decidimos hacer cambios radicales en nuestras vidas, otros podrán reaccionar a esos cambios pero no podrán cambiar nuestras opiniones. No somos menos importantes que los demás.

Si ellos tienen derecho a creer de cierta manera, nosotros también tenemos el mismo derecho sin sentirnos culpables.

5. Respetarnos a nosotros mismos

Debemos recordar que dentro de nuestra alma y nuestra intuición vive nuestro poder superior.

No nos podemos desconectar de esa realidad. Debemos respetar nuestro cuerpo y nuestros sentimientos a la misma vez.

Nuestra intuición es esa vocecita interna que constantemente nos habla al oído para comunicarnos información importante que muchas veces ignoramos.

La base del respeto propio es escuchar esa voz interna que nos dice que debemos honrar cada una de las partes de nuestro cuerpo y espíritu y vivir una vida digna.

Cuando nuestro cuerpo está cansado debemos darle descanso.

Muchísima gente cuida más de su trabajo, su casa y su auto que de su propio cuerpo.

Debemos cuidar primeramente nuestro yo físico y espiritual pues eso significa auto respetarnos y el auto respeto ayuda a confrontar todo tipo de temores y miedos a cambiar.

El auto respeto te ayuda a celebrar quien eres y a darle crédito a tus logros.

Recuerda, las personas te tratarán como tu permitas que te traten. Si quieres que otros te respeten debes comenzar por respetarte a ti mismo.

6. Perder el temor al cambio

La mayoría de las decisiones que toma el ser humano son basadas en los temores que experimenta.

Muchas veces no seguimos a nuestra intuición por temor a equivocarnos.

Algunas veces el temor lo usamos como un mecanismo de defensa para escudarnos en nuestras inseguridades y falta de confianza en nosotros mismos, sin darnos cuenta que el temor nos limita y no nos permite avanzar.

El secreto para confrontar el miedo es recordar que los regalos vienen atados por muchas cintas.

Tenemos que quitar esas cintas y desenvolverlos para disfrutarlos. Muchas veces el temor es lo que más limita nuestra voluntad y sofoca nuestro espíritu.

El miedo a dejar una relación abusiva, por no saber dónde ir ni que hacer. El miedo a dejar un trabajo donde estamos siendo abusados por temor a buscar un nuevo trabajo.

El miedo de abrir un negocio por temor a fracasar, el miedo a estar solo o sola, nos obliga a quedarnos en una relación que no nos satisface. Recuerda que el miedo te limita. El miedo ata tus manos y las posibilidades de vivir una vida digna de tus aptitudes.

ACTIVIDADES:

- 1) ¿Qué es la dignidad?
- 2) ¿A qué se llama Dignidad humana?
- 3) ¿Cuáles son los tipos de dignidad? explica cada uno.
- 4) ¿Qué es el derecho a la dignidad?
- 5) Escribe seis razones que demuestren porque es tan importante la dignidad de las personas para una sociedad.

ACTIVIDADES QUINTA CLASE

CURSOS	FECHA DE INICIO	FECHA DE ENTREGA
1° 6TA	07/06	14/06
1° 5° Y 8°	11/06	18/06