



Primer semestre

## Desarrollo Humano

U2

El compromiso individual y social del ser humano



### Índice

---

Presentación de la Unidad.....	2
Las dimensiones del hombre .....	5
La dignidad humana y el concepto de alteridad.....	8
Inteligencia emocional .....	12
Competencia comunicativa y asertividad.....	17
Autoconocimiento .....	20
Autocontrol y autoestima .....	22
Ética profesional .....	24
Ética y tecnología .....	27
Cierre de la Unidad.....	29
Fuentes de consulta .....	30

Recuerda consultar en plataforma la herramienta *Planeación del docente en línea*, en dicho espacio tu docente publicara las actividades que tienes que realizar para aprobar esta asignatura.



### Presentación de la Unidad



Empleo de afroamericanos en la agricultura. Recuperada de [flickr.com](https://www.flickr.com/photos/14811471@N00/10411471000/)

Hace más de dos mil años Aristóteles decía que el hombre es un animal social por naturaleza. Ésta, entre otras características, lo hace distinto a los demás miembros del reino animal.

Cabe mencionar, en esta misma línea, que el hombre posee dos **facultades superiores** a las de los animales y que marcan la diferencia entre el hombre y los seres irracionales, **inteligencia** y **voluntad**.

Con estas facultades el hombre puede no sólo aprovechar los recursos de la naturaleza en su propio beneficio, sino aportar su trabajo y experiencia al servicio de la sociedad, en aras del bien común de todos y cada uno de sus miembros.

Estas facultades le permiten observar, investigar, construir, crear y adaptarse al entorno en un largo proceso de maduración, que le permite un desarrollo intelectual trascendente a través de la cultura y el lenguaje.

Como se mencionó en la unidad anterior, al hombre le toma un tiempo significativamente más largo llegar a la madurez fisiológica que a las demás especies, pues nace desprovisto de garras, pelaje y la capacidad de desplazarse y obtener sus propios alimentos desde temprana edad; pues mientras que la mayoría de los depredadores mamíferos pueden cazar poco tiempo después de nacer, el ser humano puede apenas mantenerse en pie un año después de su nacimiento. No obstante, esto le permite adaptarse a su entorno con un alto grado de especialización en algunas capacidades (por ejemplo, la comunicación simbólica).

Una de las formas más importantes de interacción humana es la comunicación para el trabajo en equipo. Hay varias especies animales que se comunican e inclusive que trabajan en organizaciones especializadas, como las abejas o las hormigas, sin embargo, la privilegiada combinación de cualidades fisiológicas, motrices e intelectuales hace que el hombre tenga una socialización integral mediante la cual se inculca y transmite de generación en generación la cultura a los miembros de la sociedad. Dentro de estas pautas de comportamiento se encuentran las normas, valores, así como las formas de percibir la realidad, que para ser aceptadas deben ser compartidas y defendidas por los distintos miembros de la sociedad (Montalbán, Moreno, Martín, Castro y De Antonio, 2008).

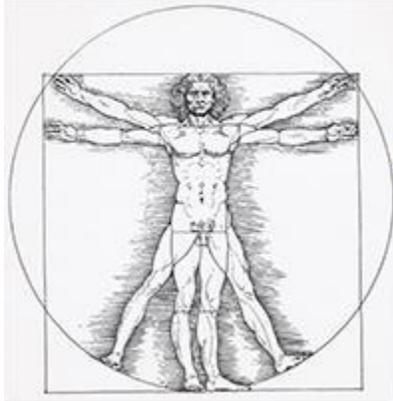
### Propósitos

- Identificar la existencia de varios factores que influyen en la comunicación y en las interacciones humanas, desde la configuración natural, hasta los aspectos intrapersonales e interpersonales.
- Identificar la importancia y los deberes de la ética profesional para regular las acciones humanas en el ámbito laboral.

### Competencia específica

Analizar la condición social del ser humano para reconocer la importancia de actuar responsablemente, a partir de la percepción de “alteridad” y “dignidad humana”.

### Las dimensiones del hombre



Las dimensiones del hombre. Recuperada de [filosofiytragedia.com](http://filosofiytragedia.com)

La dimensión dinámica es el enfoque hacia la actividad del hombre, la actividad es un principio de perfeccionamiento y por tanto de cambio. Como se ha mencionado anteriormente, el hombre, mediante su actividad, debe perfeccionarse a sí mismo, ayudar a los demás a perfeccionarse y perfeccionar el entorno.

La naturaleza del hombre es dinámica, no obstante, se pueden distinguir tres aspectos importantes que forman parte del hombre como ser racional: **el ser biológico** (dimensión estática), **el ser social** y **el ser psicológico**.

A principios del siglo XX se consideraba que el hombre era un ser esencialmente biológico, es decir, un ser vivo que, como todos los demás: nace, crece, se reproduce y muere. Sin embargo, poco a poco, científicos y pensadores pusieron en duda lo anterior, sacando a relucir la complejidad de la mente y la influencia de las estructuras económicas y sociales en el individuo. Como consecuencia, el hombre comenzó a reinterpretarse desde diversas perspectivas.

A continuación se revisarán las principales características de cada una de las dimensiones de los seres humanos.

#### **Ser biológico**

La dimensión biológica se refiere a la estructura fisiológica.

García de la Hoz (1978) menciona que aunque la biología no puede explicar todo del hombre, éste no puede ser comprendido sin ella, puesto que una de las manifestaciones del “estar en el mundo” del ser humano es su corporeidad; esto quiere decir que nuestro

cuerpo es la condición que nos permite existir, aun cuando nuestro ser no se reduce a dicha “corporeidad”.

Biológicamente el ser humano es el fruto de la herencia genética de la que es parte, el medio ambiente y el medio social; dichos elementos interactúan, configurando su constitución física. A su vez, es capaz de transformar estos elementos, pues puede influir en la diversidad cultural y económica de los pueblos, modificar los ecosistemas en los que habita e influir en sus relaciones sociales. Interactúa con el mundo para transformarlo de acuerdo con sus necesidades y deseos, pero conservando la esencia de los mismos, pues de otra manera sería una aberración a la naturaleza.

Como puedes ver, los seres humanos somos seres complejos, imposibles de entender a partir de una única perspectiva.

Cada órgano, tejido y sistema del cuerpo, así como las características socioculturales, se encuentran interrelacionados y esto es lo que da el equilibrio necesario para perpetuar nuestra especie y nuestra cultura.

### **Ser psicológico**

El ser psicológico se expresa en la mente del individuo, y está relacionado íntimamente con sus pensamientos y emociones. Incluye también el entendimiento, el raciocinio, la percepción, la imaginación y la voluntad. **La dimensión psicológica tiene como condición de posibilidad la configuración biológica y la interacción con otros seres humanos.**

Imagina lo siguiente: Para tener miedo, un hombre tuvo que percibir previamente, con los sentidos, un elemento amenazante, tal como un perro en actitud agresiva. En este caso, se puede decir que la percepción (llevada a cabo por los sentidos) permite tener ideas, emociones y sensaciones.

El ser humano, por tener una relación constante con sus semejantes, es vulnerable a las influencias, acciones y transformaciones de éstos, mismos que inciden en las transformaciones psicológicas que favorecen su desarrollo y que perjudican o afectan su calidad de vida.

### Ser social

Los hombres y mujeres somos seres sociales por naturaleza, **¿qué quiere decir esto?**, que todos nuestros actos refieren siempre a nuestros semejantes, tienen influencia o se ven influidos por ellos.

Así pues, el hombre necesita para subsistir de muchas cosas que por sí mismo no puede procurarse y busca en la comunidad la ayuda necesaria para vivir bien. A pesar de las carencias naturales que padece es un ser racional con todas las potencialidades que ésta le permite desarrollar, además de que puede aportar a la sociedad todo aquello que, según sus posibilidades, sea capaz de lograr.

El hombre exige, por naturaleza, ser miembro de una sociedad. Las sociedades animales sólo en sentido impropio se llaman sociedades o colonias, no pasan de ser agrupaciones colectivas formadas de simples individuos, ya que no conocen la finalidad de sus actos y no pueden participar en el crecimiento de ellos mismos y de los grupos de que forman parte. **La sociedad humana** es un grupo de personas y por ello la ciudad es digna de este nombre. La unidad social es sólo para la persona (Maritain, J. 1947, p. 53).

La naturaleza social del hombre se ve reflejada por la experiencia histórica de la humanidad, ya que cuanto más remonta el hombre en el conocimiento de su pasado, mayores evidencias hay al respecto de los signos de vida social; con lo que se puede notar que desde las primeras culturas existen los grupos sociales, las jerarquías y la repartición de tareas en beneficio de todos y cada uno de sus miembros.

Así, todos los seres humanos pertenecemos a grupos sociales tales como familias, comunidades, sociedades u organizaciones, conformando a su vez la cultura, expresada en el lenguaje, arte, religión, gobierno y valores, entre otros elementos.

### La dignidad humana y el concepto de alteridad



Colón en Hispania. Recuperada de [myartprints.com](http://myartprints.com)

El 12 de octubre de 1492 la flota de Cristóbal Colón desembarcaba en las costas de Bahamas, iniciando con ello el encuentro de dos mundos y posteriormente la colonización del Nuevo Continente. En este proceso, las principales potencias europeas establecieron colonias con el objeto de expandir sus dominios desde el punto de vista económico, cultural y político; dicha colonización implicó, entre otras cosas, el sometimiento de poblaciones completas, la desaparición de numerosas lenguas autóctonas, así como la destrucción de importantes asentamientos y de su patrimonio cultural.

En la conquista de América había grupos de individuos con distintas creencias, costumbres y formas de percibir el mundo. A pesar de que detrás de este hecho existieron condiciones históricas que determinaron que los eventos se suscitaran de esta forma y no de otra, resulta útil para ejemplificar la nula empatía y el poco entendimiento que puede existir entre personas que, si bien no comparten la misma visión del mundo, comparten las mismas dimensiones que los hacen ser semejantes.

Independientemente de las creencias religiosas, de las tendencias políticas o de la apariencia física, los seres humanos necesitan relacionarse con sus semejantes para

alcanzar la mayoría de sus metas. Por eso resulta muy importante el aprender a ver a los demás como iguales a uno mismo, con los mismos derechos y posibilidades, respetando la dignidad humana y actuando con alteridad, para que las relaciones que se entablen sean efectivas y constructivas, basadas en el entendimiento y acuerdo mutuo.

### La dignidad humana

Cuando se dice que algo es digno es porque se quiere dar a entender que posee un valor; cuando se habla de **dignidad humana**, se hace referencia al **valor intrínseco** de cada **ser humano**.

El ser humano tiene libertad de acción y autogobierno. Esta condición le permite ser dueño de sí mismo, por lo que nunca podrá ser propiedad de otro (naturalmente, tampoco deberá someter o privar de su libertad a otros).

Así, reconocer la dignidad humana significa aceptar el derecho que cada individuo tiene sobre su propia libertad y voluntad, independientemente de las diferencias.



Unidad e igualdad. Recuperada de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

El concepto de dignidad humana ha sido objeto de muchas disertaciones filosóficas, desde Platón hasta la actualidad.

A través de la argumentación que se expresa en la “Fundamentación de la metafísica”, puede entenderse que **nuestra condición racional** nos permite ser tratados como **seres dignos per se** y no como objetos para que otro alcance, a través de nosotros, algún fin.

De esto se desprende que el asesinato, tortura, tráfico de personas, violación, venta de órganos para trasplante, prostitución infantil, secuestro, persecución

política o religiosa, explotación de menores y migrantes, terrorismo, entre otros, sean calificados como **crímenes contra la humanidad**.

Lo anterior está implícito en el Artículo I de la Declaración Universal de Derechos Humanos (Organización de las Naciones Unidas, 2009): “**Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros**”.

Retomando las ideas expuestas hasta ahora, se puede concluir que los seres humanos somos seres complejos y libres, dotados de racionalidad y por esta razón de dignidad,

misma que le confiere igualdad ante sus congéneres, independientemente de su condición.

### La alteridad

Alteridad es un concepto acuñado por el filósofo francés Emmanuel Lévinas (1906-1995) que designa la **disposición de trascender la propia visión del mundo** y ver a los otros seres humanos desde diversas perspectivas partiendo del conocimiento y reconocimiento de su dignidad intrínseca (Universidad Nacional Autónoma de México, 2010).

Esta disposición permite entender mejor a nuestros semejantes y aceptarlos a pesar de las diferencias existentes, creando así un entorno de respeto, diálogo y colaboración. En este sentido, se asemeja a la **empatía**, definida comúnmente como la capacidad de “ponerse en los zapatos del otro”.

Actualmente es frecuente escuchar frases como “el que no tranza no avanza”, “a que lloren en mi casa, mejor que lloren en la del vecino”, “primero yo, luego yo y al último yo”, “tanto dinero tienes, tanto vales”. Se trata de parámetros de conducta que reflejan la escasa capacidad empática, la nula consideración de la dignidad humana y, por ende, la ignorancia que existe en torno al valor que posee el ser humano.

La dignidad humana y el concepto de alteridad, como directrices de conducta, buscan una **convivencia social** basada en el **respeto del valor intrínseco** de cada individuo, así como el respeto a cada persona en sí.

En una sociedad así, habría ética, justicia económica y social, en la que cada individuo debiera actuar reconociendo en sí mismo al otro, de modo que el trato que dé a sus semejantes sea el mismo que se procura a sí mismo, bajo el supuesto de que cada individuo es relevante por el solo hecho de ser humano.

### La dignidad moral

A diferencia de la dignidad humana, que es permanente e intransferible, la dignidad moral varía según el comportamiento moral de la persona, en función de los principios morales que guían sus actos.

Lamentablemente, hay muchos ejemplos de personajes con escasa o nula dignidad moral. Para muestra, basta mencionar el caso de los propietarios de la marca de leche china *Sanlu Group*, quienes adulteraban con melamina<sup>1</sup> sus productos, los cuales eran consumidos por bebés de tres a seis meses de edad.

---

<sup>1</sup> La melamina es un químico que dota de mayor consistencia a los líquidos, sin embargo, puede provocar la formación de piedras en el tracto urinario del cuerpo humano.

Su objetivo era obtener mayores ganancias económicas sin importar que pudiese dañar la salud de los infantes. Esta acción afectó a 53 mil niños, quienes presentaron cálculos renales. En este caso el delito fue haber otorgado más valor al dinero que a la salud y la vida humana.

#### **¿Por qué es importante el respeto y entendimiento a los demás?**

La fortaleza de la raza humana radica en su condición social. Así, la colaboración y el respeto entre humanos es capaz de generar grandes logros y el bienestar de los integrantes de una sociedad.



Somos libres cuando conocemos y reconocemos lo que somos, cuando somos conscientes de la esencia que poseemos y la dignidad humana que nos caracteriza, enalteciendo nuestra propia autoestima, desarrollando valores y dignidad moral y definiendo lo que queremos ser y qué haremos para conseguirlo.

Emmanuel Lévinas (en Garzón Z., 2014, pp. 6)

### Inteligencia emocional



Pensando. Recuperada de [flickr.com](https://www.flickr.com/photos/thomas-rausing/)

La comunicación constituye una de las formas por medio de las cual los seres humanos interactúan, colaboran y establecen relaciones interpersonales.

El contenido de la comunicación es un elemento que distingue decisivamente la interacción humana de cualquier otra especie.

La comunicación humana es cooperativa debido a que existe un intercambio de información en el que los interlocutores, en mayor o menor medida, saben o presuponen qué tanto sabe el otro sobre un tema, de modo que son capaces de dosificar la información para producir el efecto comunicativo deseado. Esta característica de la comunicación humana se puede aprovechar en varios ámbitos, por ejemplo, la educación, el diseño y la publicidad.

En épocas pasadas el término inteligencia sólo se relacionaba con las habilidades de pensamiento que permiten comprender y abstraer, por ejemplo, al resolver ejercicios matemáticos.

Actualmente se reconoce que este tipo de inteligencia no es la única ni la más importante, pues las emociones y los sentimientos también forman una parte esencial de nuestro ser, ya que determinan la forma en la que nos relacionamos con nuestro núcleo social y lidiamos con las situaciones de la vida diaria a nivel afectivo. **Así, al tomar en cuenta la formación emocional del individuo, se considera su formación integral.**

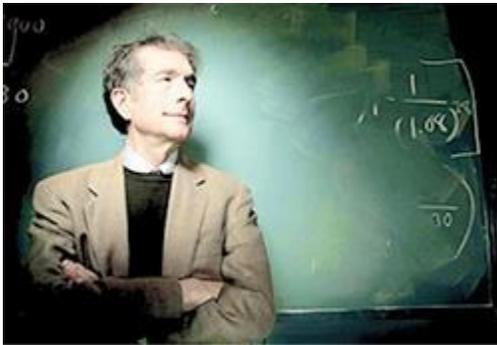
### La inteligencia emocional

Ser emocionalmente inteligentes nos permite evaluar de forma correcta lo que sentimos y comprender lo que le ocurre a los demás, de tal forma que se puedan tomar decisiones creativas y mejorar el desarrollo social.

Según Mayer y Salovey (1997, p.10) “la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”. La inteligencia emocional se refiere a un “**pensador con un corazón**” (“a thinker with a heart”) que percibe, comprende y maneja relaciones sociales (Bisquerra, R., 2009, p. 256).

Sin embargo, se puede decir que el origen del mismo se remite a Howard Gardner quien, en 1983, propuso la teoría de las inteligencias múltiples, de la cual se deriva el trabajo realizado por Mayer y Salovey.

Gardner se opuso a la concepción comúnmente aceptada de inteligencia, entendida como la facultad de conocer, aprender, pensar, razonar y resolver problemas, la cual puede ser medida a través de pruebas para determinar el coeficiente intelectual; en vez de esto, propuso que las competencias cognitivas de las personas se describen mejor en términos de un conjunto de habilidades, talentos o capacidades mentales a los que denominó **inteligencias**.



Howard Gardner. Recuperada de [citizensvoice.com](http://citizensvoice.com)

Gardner sugirió la existencia de siete inteligencias básicas (a las cuales se añadió la naturalista posteriormente), las cuales se describen a continuación.

**Lógica-matemática:** Es el talento para llevar a cabo procesos lógicos, abstractos, concretos y numéricos, que involucran en sí mismos una serie de procedimientos matemáticos.

**Verbal-lingüística:** Es la capacidad de emplear palabras eficazmente, ya sea de forma oral o escrita. Comprende la habilidad de manipular la sintaxis, la fonética y la semántica del lenguaje.

**Visual-espacial:** Habilidad para ubicar y ubicarse correctamente en el espacio, representar gráficamente las ideas, para proyectar planos, etc. Implica ser sensible al color, las formas, las figuras, el espacio y la relación existente entre estos elementos.

**Física o kinestésica:** Habilidad para utilizar el cuerpo con coordinación muscular fina en distintas partes del cuerpo. Comprende habilidades como el equilibrio o la destreza para usar el cuerpo, la fuerza, la velocidad, entre otras.

**Musical:** Talento para percibir, distinguir, transformar y expresar sonidos y formas musicales. Comprende la facultad para discernir entre los sonidos ambientales, la voz, los instrumentos que intervienen en una canción, la melodía, el compás, etc.

**Interpersonal:** Se refiere a las relaciones sociales y está ligada con la facultad de percibir y distinguir los estados de ánimo, intenciones, motivos, deseos y sentimientos de otras personas a través de sus expresiones faciales, su voz y sus gestos. Se manifiesta en la habilidad de comunicarse claramente con otras personas y de trabajar en equipo.

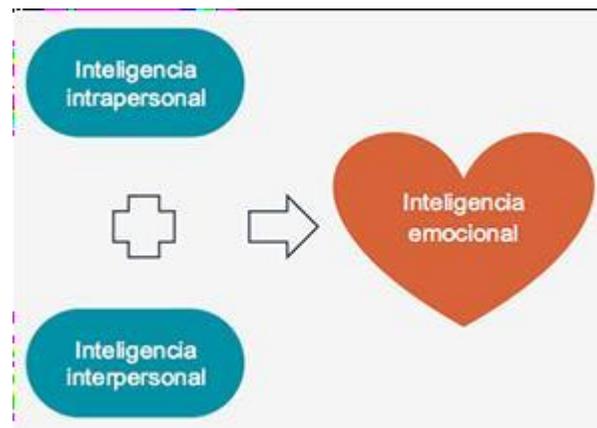
**Intrapersonal:** Implica el conocimiento propio y la habilidad de actuar conforme a ese conocimiento; se refleja en la manera en que cada quién se ve a sí mismo, la aptitud para reconocer los estados de ánimo propios, las motivaciones, los deseos, el temperamento o la autodisciplina.

**Naturalista:** Se denota en quien gusta observar y estudiar la causa y efecto de todo lo que tiene que ver con la naturaleza, se manifiesta en la aptitud para cuidar plantas, animales o al ambiente en general.

**Todas las personas poseen las ocho inteligencias, lo que varía es la forma en que se relacionan entre ellas y el grado en que cada quien las desarrolla.**

**Las inteligencias siempre interactúan entre sí,** por ejemplo, al conducir un auto se utiliza no sólo la inteligencia física, también se emplea:

- Inteligencia verbal:** leer los señalamientos, ya sean textuales o simbólicos.
- Inteligencia lógica matemática:** calcular la velocidad y el tiempo para llegar a un destino.
- Inteligencia interpersonal:** respetar al peatón.
- Inteligencia intrapersonal:** cuidar nuestra vida al ponernos el cinturón de seguridad.
- Inteligencia musical:** estar alerta y distinguir sonidos emitidos por nuestro auto y otros autos.
- Inteligencia espacial:** cuidar el no invadir otro carril para no causar accidentes.
- Inteligencia naturalista:** afinar el vehículo para no contaminar demasiado.



### Inteligencia emocional

La inteligencia emocional se deriva de dos de las propuestas hechas por Gardner, la intrapersonal y la interpersonal. Conforme las ideas de Mayer y Salovey fueron tomando relevancia entre los estudiosos de la mente y la conducta humana, aparecieron teóricos que profundizaron en ellas, dando como resultado el desarrollo de lo que hoy se entiende como **inteligencia emocional**.

Dentro de las posturas más destacadas se encuentra la de Daniel Goleman (2009), cuyo modelo para el desarrollo de la inteligencia emocional propone las siguientes habilidades:

- Conocer las emociones propias.
- Reconocer las emociones de los demás.
- Estimular la propia motivación.
- Manejar las relaciones interpersonales con alteridad.

### ¿Por qué son importantes nuestras emociones?

Las emociones son importantes en diversas formas:

- Permiten preservar nuestra vida.
- Impulsan a tomar decisiones.
- Alertan ante determinadas situaciones.
- Ayudan a comunicarnos con los demás e integrarnos a la sociedad.

En concreto, son fenómenos psicofisiológicos, es el resultado de la evolución de la especie, que nos permiten interactuar con la gente y las cosas.

Cuando nos sentimos incómodos en presencia de determinadas personas, nuestras emociones nos alertan y nos ayudan a delimitar nuestras fronteras, mismas que nos permiten proteger nuestra salud física y mental. También nos sirven para comunicarnos con los demás, así, sabemos cuándo alguien siente dolor simplemente por sus gestos.

Sin embargo, **ser emocionalmente inteligente no significa regirnos por nuestras emociones**. El uso pleno de la libertad implica saber controlar dichas emociones, conocernos y así tomar las mejores decisiones. De esta forma, **ser emocionalmente inteligente** implica ser perceptivos a lo que sentimos, analizar nuestras emociones y actuar en consecuencia con ellas, pero siempre anteponiendo la reflexión.

### Competencia comunicativa y asertividad



Comunicación. Recuperada de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

Dentro de las competencias catalogadas como básicas para desarrollar la inteligencia emocional, se encuentra la **competencia comunicativa**, la cual juega un papel importante en las interacciones sociales y personales.

Establecer una comunicación efectiva implica esencialmente ser asertivos, promoviendo el diálogo en un marco de respeto y alteridad.

#### Competencia comunicativa

Trianes, De la Morena y Muñoz (1999) describen varios niveles que se pueden observar en una competencia comunicativa, esto es, aquellas habilidades que intervienen en los procesos comunicativos.

- Habilidades básicas no verbales: En este primer nivel se encuentra el lenguaje corporal, estas habilidades dependen de los valores y usos sociales de los contextos culturales, al igual que de la edad y el tipo de interacción.
- Competencia en conversaciones: Se refiere al atractivo conversacional de la persona, es decir, a su capacidad para despertar el interés de alguien hacia la conversación. Las personas que carecen de esta habilidad están más expuestas a la discriminación o al rechazo, sobre todo porque no despiertan el interés entre sus compañeros.
- Habilidades lingüísticas y de persuasión: Equivalen a tener aptitud verbal y a conocer las reglas que controlan diversos tipos de situaciones conversacionales de tipo formal o informal.

Para desarrollar una adecuada competencia comunicativa es recomendable tomar en cuenta los siguientes factores:

- ❑ **Sé claro al transmitir tus ideas.** Procura expresarlas con sencillez y coherencia, evita la ambigüedad o el doble sentido.
- ❑ **Muestra apertura.** Escucha a tus interlocutores, sé abierto a las nuevas ideas.
- ❑ **Elimina los distractores,** ruidos o impedimentos físicos o psicológicos en el proceso de comunicación.
- ❑ **Evita los prejuicios o estereotipos.** No juzgues a las personas antes de escucharlas, tus temores pueden no tener fundamento.
- ❑ **Maneja un mismo código de lenguaje,** de esta manera tu interlocutor te entenderá mejor.

En síntesis: los pensamientos se constituyen con palabras, por eso es importante aprender a expresar las ideas con inteligencia, de forma clara, apropiada, a la persona correcta y en el lugar y el momento adecuado, utilizando las palabras precisas, cuidando que éstas sean congruentes con la postura corporal y el tono de voz.

Para establecer lazos significativos con el entorno y lograr un desarrollo integral, la adecuada comunicación debe acompañarse de una actitud asertiva.

### Asertividad

Ser asertivo no es sólo una cuestión de “buenas maneras”, es una forma de comportarte ante los demás de modo que les permitas conocer tus sentimientos e ideas efectivamente.

La asertividad es la capacidad para expresar las emociones, pensamientos o creencias en forma directa, honesta y apropiada, sin sentir ansiedad y sin violar los derechos del semejante, está muy relacionada con la alteridad.

Actuar asertivamente permite evitar conflictos, conservar amistades, establecer redes de apoyo y no sentir miedo al estar con otras personas. Por otro lado, implica tener la habilidad de transmitir los sentimientos, creencias u opiniones de manera honesta, oportuna y respetuosa. La meta es lograr una **comunicación satisfactoria**, partiendo de la idea de que tenemos derecho de ser nosotros mismos y actuar conforme a lo que pensamos y sentimos, pero **siempre respetando a los demás**.

Básicamente existen tres formas de actuar dentro de alguna situación: la actitud pasiva, la agresiva y la asertiva.

- La actitud pasiva se refiere a permitir el atropello de tus Derechos Humanos, sin que expreses lo que deseas con respecto a una situación, es observar cómo suceden las cosas sin que intervengas.
- La actitud agresiva es la oposición a ésta, acompañada de la impulsividad y de la nula reflexión. Es actuar irracionalmente.
- La **asertividad** permite construir diálogos enriquecedores a través del intercambio de ideas con fundamento en los valores humanos, principalmente en el respeto a la diversidad y buscando posibles soluciones.

Para mejorar la habilidad asertiva es importante conocernos a nosotros mismos, pues de no ser así, pueden presentarse problemas al tratar de comunicarnos con otras personas, de ahí la importancia del **autoconocimiento**.

### Autoconocimiento



Autoinspección. Recuperada de [wikiart.org](http://wikiart.org)

Es muy famosa la frase “*nosce te ipsum*” (conócete a ti mismo) que, según relata la historia, se encontraba grabada en las puertas del Templo de Apolo, en Grecia.

Dicha frase tenía por objeto que cada persona que ingresara al templo reconociera sus capacidades y límites al momento de consultar al oráculo, pues los dioses griegos rechazaban los excesos ocasionados por la desmesura. Sócrates solía citarla, pues consideraba que quien no lograba conocerse, no lograría nunca perfeccionarse.

Conocerse a sí mismo significa identificar nuestros pensamientos, emociones, patrones de conducta e intereses que dan sentido a los actos que llevamos a cabo. ¿Cómo es que te decidiste por la carrera que querías estudiar, entre las opciones que tenías?

Seguramente cuando lo hiciste tomaste en cuenta tus gustos e intereses, tu preparación previa, tus aspiraciones futuras. En esta importante decisión, el autoconocimiento resultó un factor esencial.

Daniel Goleman explica que si se quiere ser una **persona inteligente emocionalmente**, la primera habilidad que se debe desarrollar es la de reconocer lo que se siente, o lo que es lo mismo: **autoconocerse**.

**¿Qué debemos hacer para conocernos?**

Existen muchas formas para conocerse, con el hecho de hacer conscientes los pensamientos y emociones cotidianos, puede lograrse. Una estrategia efectiva es escribir una bitácora personal dirigida a uno mismo, ya que esto permite ordenar ideas, sacar emociones a la luz y planear la vida con mayor efectividad.

Otro aspecto importante que puede ayudar a autoconocerse es considerar las **tres dimensiones temporales** que intervienen en nuestra vida: el pasado, el presente y el futuro.

Así como el pasado determina el lugar en el que te encuentras hoy, el presente determinará tu futuro. En este sentido, el analizar la realidad mediante una reflexión sobre tus acciones pasadas, presentes y las que quieres realizar a futuro, te permitirá replantear tus metas y orientar tus actos con el fin de alcanzarlas; si te conoces, te será mucho más fácil hacerlo.

### Autocontrol y autoestima



Corazón y cerebro. Recuperada de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

#### Autocontrol

Significa tomar control de las capacidades y emociones; impide realizar actos de manera impulsiva; y permite reconocer la diferencia y el adecuado manejo de los sentimientos en determinadas situaciones.

Cuando no se logran controlar las emociones se tiende a actuar de forma errónea, tal es el caso de aquellas personas que, en un arranque de rabia, cometieron actos injustificados y tuvieron que pagar una condena en la cárcel.

Controlar los impulsos y encaminarlos al logro de un objetivo implica una mayor responsabilidad sobre las actitudes. Es importante aprender a pensar antes de actuar y evitar los juicios *a priori*.

**Las emociones no se pueden catalogar de ser buenas o malas**, sin embargo, si no se cuenta con la habilidad de conocerlas, expresarlas y canalizarlas adecuadamente, pueden resultar en acciones dañinas para la propia persona o para otras. Este daño puede ser físico o psicológico y puede repercutir en el desarrollo social y en quebrantar los lazos afectivos con los seres queridos.

En este sentido, no hay que olvidar la condición social inherente a todo ser humano:

“La existencia del hombre no es, en parte, social y, en parte, individual, con escisión de sus contenidos, sino que se halla bajo la categoría fundamental, irreductible, de una unidad que sólo podemos expresar mediante la síntesis o simultaneidad de las dos determinantes opuestas: el ser a la vez parte y todo, producto de la sociedad y elemento de la sociedad, el vivir por el propio centro y el vivir para el centro” (Simmel, 1986, p.51).

Por eso es importante que se analicen los sentimientos y se identifiquen las sensaciones que éstos reflejan en el cuerpo; cuando se trata de emociones que ocasionan algún conflicto o problema, lo recomendable es expresar lo que se siente de manera asertiva y responsable a quien lo ha desencadenado, sin acusaciones ni malos modos y detallando qué situación o conducta es la que afectó a la persona.

Si somos capaces de reconocer lo que sentimos, entonces nos expresaremos de forma asertiva, desarrollando nuestra inteligencia emocional, identificando el origen y la intensidad de nuestras emociones y sentimientos, así como analizar qué situaciones y conductas nos llevan a sentir ira, pasión, alegría, celos, vergüenza, hastío, impaciencia, etc.

**De esta manera se logra pensar con las emociones y sentir con la inteligencia.** Si se pueden identificar algunos detonadores de las emociones, estaremos en la posibilidad de autocontrolarnos y ser más inteligentes emocionalmente.

### Autoestima

Es el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones y sentimientos dirigido hacia nosotros mismos. En resumen, **es la percepción evaluativa de nosotros mismos**. Se desarrolla desde la infancia cuando se toma conciencia del aprecio o la falta de él por parte del medio familiar, especialmente de figuras tan significativas como las parentales (Bustamante, 1998).

El autoconocimiento, el autocontrol y la autoestima son elementos clave para entablar una comunicación efectiva y para el desarrollo de la inteligencia emocional.

En el entorno profesional esto es indispensable, considerando la responsabilidad que se tiene desde la formación para desempeñarse en una determinada área disciplinaria y como miembros de la sociedad.

En el siguiente tema se estudiará la ética profesional, la cual te servirá para regular tus actos en el ámbito profesional.

### Ética profesional



Opciones. Recuperado de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

Hasta aquí has revisado algunos puntos sobre la inteligencia emocional. Ahora abordarás algunos aspectos relacionados con el quehacer profesional, a partir de la responsabilidad que implica ser un egresado de educación superior y el compromiso que éste tiene con el respeto a la dignidad humana.

Un **profesional** es una persona que proporciona un servicio o desarrolla una actividad de manera cotidiana y que vive de la misma, por lo tanto, requiere cierto nivel de calidad y especialización.

Esta cualidad puede adquirirse mediante la práctica empírica o por una instrucción sistemática avalada por una institución y un título académico que certifique la capacidad de desempeñar satisfactoriamente cualquier actividad relacionada con su profesión.

La misión de un profesional debe ser contribuir a la mejora y al bienestar de su comunidad, así como colaborar en la solución de los problemas sociales de la misma. Es decir, que llegar a ser un profesional, desde una perspectiva social, implica un compromiso de servicio a la sociedad.

La **ética profesional** (también llamada deontología profesional) sentencia, después de emitir un juicio moral, las normas que regulan y promuevan los comportamientos deseables y condena lo no deseable en un área específica del quehacer humano. En unas cuantas palabras, **la ética profesional es el compromiso de hacer bien lo que uno sabe hacer.**

### El código de ética

Una de las formas para clarificar las directrices para el comportamiento profesional es la elaboración de un **código ético** o deontológico, entendido éste como las reglas de conducta, que debe tener criterios mínimos exigibles al trabajador en su desempeño profesional, regulado por preceptos, valores, principios y normas morales que guíen su conducta y le indiquen la forma de enfrentar los problemas o dilemas éticos en la práctica de su trabajo. Cabe aclarar que en ocasiones los dictados del código deontológico coinciden con la legislación del derecho positivo.

La ética no impone castigos legales y tampoco el código de ética profesional, ya que admite una normatividad de carácter interno que el individuo tiene que cumplir de forma ineludible en su ejercicio profesional. No obstante, existen colegios de profesionales o especialistas en determinadas áreas del conocimiento que regulan el quehacer profesional de su campo y que pueden estar facultados para imponer sanciones.

Por ejemplo, existe el *Código de Ética Profesional del Contador Público*, el cual tiene injerencia con sus afiliados en el territorio de la República Mexicana. Si un contador evade impuestos, tendrá que lidiar ante este ilícito con su remordimiento de conciencia; si se descubre y se hace público será enjuiciado por el Colegio y además por la normatividad del régimen tributario.

Es importante entender que la responsabilidad ética se deriva de todas las relaciones humanas: personal y familiar, social y profesional, mientras que la ética profesional se juzga en términos de una revisión de las normas éticas específicas de la profesión.

### Normas generales de la ética profesional

A pesar de que cada profesión posee su propio código de ética, existe una serie de normas generales que deben regir el comportamiento de todo profesional:

- 1 Actuar de manera honesta y responsable.
- 2 No divulgar la información confidencial.
- 3 No discriminar a los compañeros o a los clientes.
- 4 No aceptar sobornos.

5

Esforzarse continuamente por aumentar sus conocimientos profesionales y aptitudes, y aplicarlas en la práctica.

6

Contribuir a la base de conocimientos de la profesión.

Cabe aclarar que un código de ética no garantiza el comportamiento ético del profesional y tampoco puede prever todos los problemas que se puedan presentar en el ejercicio profesional, por lo que, para la toma de una decisión responsable y razonable del conflicto, los implicados pueden buscar una orientación adecuada con especialistas en el ramo antes de tomar cualquier decisión.

Es necesario recordar siempre que la finalidad primordial de un código de ética no es la de mejorar los ingresos económicos de quien lo practique, sino la de guiar el **comportamiento ético y respetar la dignidad de cada persona.**

En este sentido, es deseable que todo trabajador realice periódicamente un autoexamen para tomar conciencia de los compromisos éticos que tiene, así como planear las estrategias adecuadas para promover, restaurar, mantener y mejorar el bienestar de los individuos, familias, grupos sociales, organizaciones y comunidades con los que se relaciona.

### Ética y tecnología



Ciencia. Recuperada de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

Marshall Berman reflexiona sobre la condición de ser un hombre moderno. En esa época –principios de la década de 1980–, el autor tenía la sensación de que las maravillas y promesas de la modernidad eran siempre alcanzadas por las contradicciones y obstáculos del mundo. Esta misma reflexión se puede hacer en torno a la ciencia y la tecnología.

La tecnología tiene dos momentos cruciales: el descubrimiento y la innovación (la aplicación del descubrimiento).

El primero consiste en el fruto de la investigación, un conocimiento nuevo sobre las cosas del mundo. La innovación es cuando se diseña una forma de aplicar el descubrimiento para hacer una tarea de manera ventajosa. Sin embargo, la tecnología con frecuencia se usa en formas que contravienen los principios de la ética profesional.

La ciencia no es buena ni mala *per se*, sin embargo, no puede, evidentemente, prescindir de las cuestiones “extracientíficas” que la hacen posible, en particular de las condiciones económicas, políticas, culturales y sociales. Por otro lado, también es un hecho que tampoco puede desprenderse de los fines extracientíficos, como los fines éticos y sociales.

Algunos de los problemas más trascendentes para la ética contemporánea pertenecen al campo de la bioquímica y medicina. Se trata de tópicos que presentan novedades y cambios constantes, como el de la clonación humana.

El debate actual acerca de la **relación ética, ciencia-tecnología** parte del supuesto de que la ciencia y la tecnología deben ser guiadas por una serie de principios que garanticen su servicio al desarrollo del hombre, sin privarlas de autonomía.

No todo lo que es técnicamente posible es moralmente admisible, el científico y el tecnólogo tienen libertad para investigar y aplicar, pero **el desarrollo técnico-científico debe estar encaminado al bien común**, no a la manipulación o destrucción del ser humano y de su entorno natural.

Por ejemplo: es técnicamente posible crear un virus tan letal como el del Ébola, pero eso no justifica el ataque con armas bacteriológicas para probar los efectos y la capacidad de respuesta de los organismos de detección y control de epidemias.

Se reconoce que la ciencia y el desarrollo tecnológico brindan los medios y el conocimiento para construir, pero es la ética la que juzgará si es legítimo o no el aplicarlos o desarticularlos. Conforme a lo anterior, se ha instituido la siguiente consideración básica que busca regir la aplicación de la ciencia y la tecnología:

La vida de una persona vale por sí misma, no es un medio ni un instrumento, precisamente por su dignidad personal y condición de ser libre.

Conforme a lo anterior, se puede apreciar por qué no es lícito utilizar a las personas como medios o instrumentos para obtener un beneficio personal, pues **la finalidad natural y primaria del progreso técnico-científico es la defensa y protección de la vida**, no su manipulación o eliminación.

### Cierre de la Unidad



Objetivo cumplido. Retomada de [freepik.com](https://www.freepik.com)

En esta unidad se observó la necesidad de actuar responsablemente en el ámbito social, poniendo especial énfasis en el desarrollo de la inteligencia emocional y el compromiso que, como ser racional, tienes con la dignidad de nuestra especie.

¿Has adquirido nuevos elementos para tu quehacer cotidiano?, ¿imaginas en qué actividades podrías utilizar los conocimientos que aprendiste?

En la siguiente unidad trabajarás en torno a la fundamentación de los valores, pero además, encontrarás algunos elementos para construir tu plan de vida. ¡Continúa trabajando con empeño!

### Fuentes de consulta



Recursos. Retomada de [freedigitalphotos.net](http://freedigitalphotos.net)

A continuación se enlistan las referencias que fueron consultadas para construir y fortalecer el desarrollo de la segunda unidad.

#### Bibliografía básica

- Alonso, J. (2005). Capítulo IV: Problemas de aprendizaje (II): Evaluación y mejora de la motivación hacia el aprendizaje. *Orientación educativa. Teoría, evaluación e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bustamante, S. (1998). *Autoestima y asertividad*. Recuperado de <http://www.senama.gob.cl/storage/docs/AUTOESTIMA-Y-ASERTIVIDAD.pdf>
- Castro, A. (2005). *Analfabetismo emocional*. Buenos Aires: Editorial Bonum.
- Corres, P. (2009). *Ética de la diferencia. Ensayo sobre Emmanuel Levinas*. México: Fontamara.
- García de la Hoz, A. (1978). Significado actual de Bion y Sartre. En *Clínica y Análisis Grupal*, (3)12, pp. 48-68.
- Gardner, H. (2005). *Inteligencias múltiples; la teoría en la práctica*. Barcelona: Editorial Paidós.
- Gaxiola, P. (2005). *La inteligencia emocional en el aula*. México: Editorial Aula nueva SM.
- Goleman, D. (2009). *La inteligencia emocional*. Madrid: Zeta.
- González, M. (2006). *Ética entre ciencia y tecnología: apuntes para reflexionar ante los dilemas de la informática*. Recuperado de <http://www.eumed.net/eve/resum/07-abril/mga.htm>
- Levinas, E. (1998). *Étique comme philosophie première*. París: Rivages poche.
- Levinas, E. (2001). *La huella del otro*. México: Taurus.
- Lucas, R. (2010). *Explícame la bioética: Guía explicativa de los temas más controvertidos sobre la vida humana*. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?id=xbiEKNXZJzAC>

- Maritain, J. (1947). *La persona y el Bien Común III Persona y Sociedad. Humanismo Integral*. Centro de Documentación de Jaques Maritain, pp. 53.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*, pp. 3-31. New York: Basic Books.
- Montalbán V., Moreno E., Martín J. A., Castro M. y De Antonio R. (2008). *El proceso de socialización*. Recuperado de <http://filosofia-animal-social.blogspot.mx/2008/06/la-socializacin.html>
- Naranjo, M. L. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*. 8(1), pp. 1-27. Recuperado de [http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx\\_magazine/asertiva.pdf](http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx_magazine/asertiva.pdf)
- Organización de las Naciones Unidas. (2009). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. Departamento de Información Pública de las Naciones Unidas. Recuperado de <http://www.un.org/es/documents/udhr/index.shtml#a1>
- Quesada, B. (2011). *Aproximación al concepto de "alteridad" en Lévinas. Propedéutica de una nueva ética como filosofía primera*. Recuperado de [http://www.uned.es/dpto\\_fim/InvFen/InvFen\\_M.03/pdf/25\\_QUE\\_SADA.pdf](http://www.uned.es/dpto_fim/InvFen/InvFen_M.03/pdf/25_QUE_SADA.pdf)
- Trianes, M. V., De la Morena, M. L. y Muñoz, A. M. (1999). *Relaciones sociales y prevención de la inadaptación social y escolar*. Málaga: Aljibe.
- Universidad Nacional Autónoma de México. (2010). *Diccionario de filosofía latinoamericana. Alteridad*.
- Whittaker, J. O. (2005). *Psicología*. México: Editorial Interamericana.

### Bibliografía secundaria

- Bennett, J. (1990). *Un estudio de la Ética de Spinoza*. México: FCE.
- Corres, P. (2001). *La memoria del olvido*. México: Fontamara.
- Garzón Z. (2014) *Filosofía de Levinas*, pp. 6. Recuperado de <http://www.slideshare.net/zulaygarzon7/filosofa-de-levinas>
- Gerrig, R. J. y Zimbardo, P. G. (2005). *Psicología y vida* (traducción de José Francisco Dávila Martínez y Leticia Esther Pineda Ayala). México: Pearson educación.
- González, J. (2000). *El poder de eros*. México: Paidós.
- Lucas, R. (2003). *Bioética para todos*. México: Trillas.
- Morales, J. F. (1994). *Psicología social*. España: McGraw-Hill.
- Payá, M. (1992). El autoconocimiento como condición para construir una personalidad moral y autónoma. En *Comunicación, lenguaje y educación*, 69-76.
- Platts, M. (1999). *Sobre usos y abusos de la moral*. México: Paidós.
- San Miguel, E. (Coordinador). (1999). *Los Derechos Humanos en la tercera edad*. México: Comisión Nacional de Derechos Humanos.
- Sartre, J. P. (2004). *El ser y la nada*. Buenos Aires: Losada.
- Simmel, G. (1986). *Sociología. Estudios sobre las formas de socialización*. Tomos I y II. España: Alianza Editorial S.A.
- Spinoza, B. (1977). *Ética*. México: UNAM.

- Universidad Autónoma del Estado de México. (2000). *Diccionario de Filosofía Latinoamericana*. Toluca, México: UAEM.