

11.2

¿Quién me ayuda?

“Un grano no hace granero, pero ayuda a su compañero”.

Refrán popular .

Todas las personas tenemos metas personales y metas en común; saber **pedir ayuda** y brindarla es necesario para lograr que nuestros objetivos se cumplan porque, incluso en las metas personales, requerimos de las demás personas ya que somos interdependientes.

Brindar y pedir ayuda fortalece nuestros lazos, abre posibilidades de intercambio y nos permite satisfacer necesidades. A veces, en el pedir ayuda radica que podamos lograr o no algo. Imagina, por ejemplo, qué habría pasado si durante los terremotos del 2017 nadie hubiera acudido a ayudar a quienes lo necesitaban.

El reto es evaluar la necesidad y la importancia de solicitar y brindar ayuda para alcanzar metas comunes a nivel grupal, escolar y social.

Actividad 1.

Lee el siguiente caso y al hacerlo colócate en el lugar del personaje.

El día de hoy Ricardo se subió al camión con un montón de cosas. Traía la enorme maqueta de Biología; en su mochila, un balón y el uniforme de fútbol y un morral que no suele usar, pero en el que hoy metió sus útiles escolares y cartera. No se dio cuenta sino hasta llegar al salón que había olvidado el morral en el camión, así que ahora no trae libretas para tomar apuntes ni dinero para el receso ni para el camión de regreso.

- Reúnete con un compañero y dialoguen sobre qué harían en el caso de Ricardo. ¿Cómo puede resolver de manera inmediata sus necesidades?, ¿a quién crees que deba acudir?, ¿qué pasaría si Ricardo decide no contarle a nadie lo que le pasó?

Actividad 2.

Piensa en circunstancias donde, en la última semana, has necesitado de la ayuda de algunas personas.

Escribe en tu cuaderno cuáles fueron estas circunstancias, a quiénes pediste ayuda y qué hubiera pasado si no lo hubieras hecho.

Reafirmo y ordeno

Existen eventualidades que no tenemos proyectadas o circunstancias ante las que es probable que no podamos resolver algo de manera individual. En esos casos es necesario y recomendable acudir a alguien para **pedir ayuda**. Solicitar ayuda no nos hace menos capaces. Al contrario, incrementa nuestras capacidades porque implica reconocer y comunicar necesidades. Además, esa ayuda, puede ser determinante para llevar a buen término una meta que nos proponemos. La ayuda favorece la solidaridad y es determinante para el bienestar individual y social.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

Identifica a qué personas puedes pedirles ayuda. Así, cuando se presente una eventualidad o ante situaciones de emergencia, sabrás más rápido a quién acudir. Piensa a quién puedes acudir en tu escuela, en tu colonia o en tu familia. Busca personas que te inspiren confianza.

¿Quieres saber más?

Te invitamos a que leas los siguientes artículos en donde encontrarás que hay muchas formas de ayudar y también conocerás diferentes maneras de pedir ayuda:

<https://kidshealth.org/es/teens/helping-esp.html>

<http://psicologiaycomunicacion.com/como-pedir-ayuda/>

CONCEPTO CLAVE

Pedir ayuda:

Acción que una persona hace de manera desinteresada para colaborar para que otra consiga un determinado objetivo o meta.

GLOSARIO

Interdependencia:

Relación de dependencia recíproca entre personas, grupos y naciones.