

# 9.2

## Si te caes, te levanto

*“Preferiría, por mucho, pasar la misma hambre que los demás, que sobrevivir solo. Pondría la solidaridad por sobre el instinto, eso es lo que nos hace ser humanos”.*

*Benito Taibo*

¿Alguna vez has apoyado a alguien que está en una situación de desventaja? Para convivir armónicamente y participar en la construcción de una sociedad justa y equitativa es necesario asumir el apoyo mutuo como una herramienta para favorecer el desarrollo de personas y grupos. Ese apoyo parte de la consideración de que lo que hagas para favorecer al otro terminará beneficiándote de forma directa o indirecta porque todos necesitamos de todos para crecer, aprender y desarrollarnos.

**El reto es** explicar una situación en la que te has interesado por otras personas, para fortalecer la construcción de relaciones interpersonales constructivas.

### Actividad 1

1. Lee el caso de Pablo:

Cuando Pablo entró a la escuela no tenía dinero para comprar los libros, la primera semana no pasó gran cosa, pero para la segunda los maestros empezaron a presionarlo. Sus compañeros notaban que se angustiaba cada vez que en clase pedían que sacaran su libro y lo que hacía era acercarse a alguien que le permitiera leer o copiar los ejercicios.

El momento de crisis llegó cuando la maestra de historia le dijo que no podía entrar a la siguiente clase sin material. Como algunos de sus compañeros se daban cuenta de que no era falta de ganas sino de recursos económicos, se organizaron y cada quien aportó una cantidad de dinero para comprarle el libro a Pablo. Cuando se lo entregaron su cara se iluminó y no sabía qué decir, estaba realmente agradecido y conmovido con el detalle. Su actitud cambió y su estado de ánimo también, aunque le faltaban los demás libros ese día incluso estuvo contando chistes en el receso.

a. Contesta las siguientes preguntas sobre el caso.

I. ¿Qué crees que haya motivado a los compañeros de Pablo para ayudarlo?

---

---

II. ¿Qué piensas que hará Pablo cuando se encuentre con una persona en situación de desventaja y esté en condiciones de apoyarle?

---

---



## Actividad 2

- a. Recuerda una ocasión en la que hayas apoyado a alguien y descríbela aquí o en tu cuaderno. Explica qué fue lo que te motivó a apoyarle y la forma en que ese acto favoreció tu relación con esa persona o personas.

- b. Si lo deseas puedes compartir tu experiencia con el grupo.

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección



### Reafirmo y ordeno

Las relaciones personales constructivas se nutren de la empatía, la solidaridad, la reciprocidad y la confianza. Mostrar interés por alguien, apoyarle si lo necesita, acompañarla o escuchar si requiere hablar, estas son acciones que fortalecen el vínculo entre esa persona y tú. Las acciones de apoyo que se emprenden de manera desinteresada suelen generar reacciones positivas tanto en quien las realiza como en quien se beneficia de ellas.

### Para tu vida diaria

Proponte apoyar a alguien esta semana, hazlo con la convicción de dar sin esperar recibir más que un agradecimiento. Luego, observa si la relación entre esa persona y tú se modifica de alguna manera.

### ¿Quieres saber más?

Revisa el siguiente video de solidaridad entre alumnos.  
<https://www.youtube.com/watch?v=PyIAX6sEXnM>

### Concepto clave

**Relaciones personales constructivas:** Son relaciones que promueven la convivencia armónica y pacífica. Se basan en la capacidad de entender, apreciar y considerar a otros, de tomar perspectiva, sentir empatía por otros y tener la disposición para ayudar. Estas características permiten a las personas que forman parte de la relación sentirse bien consigo, experimentar emociones agradables, participar con otros y generar situaciones constructivas para su vida, así como contar con los principios básicos para resolver los conflictos que puedan surgir.