

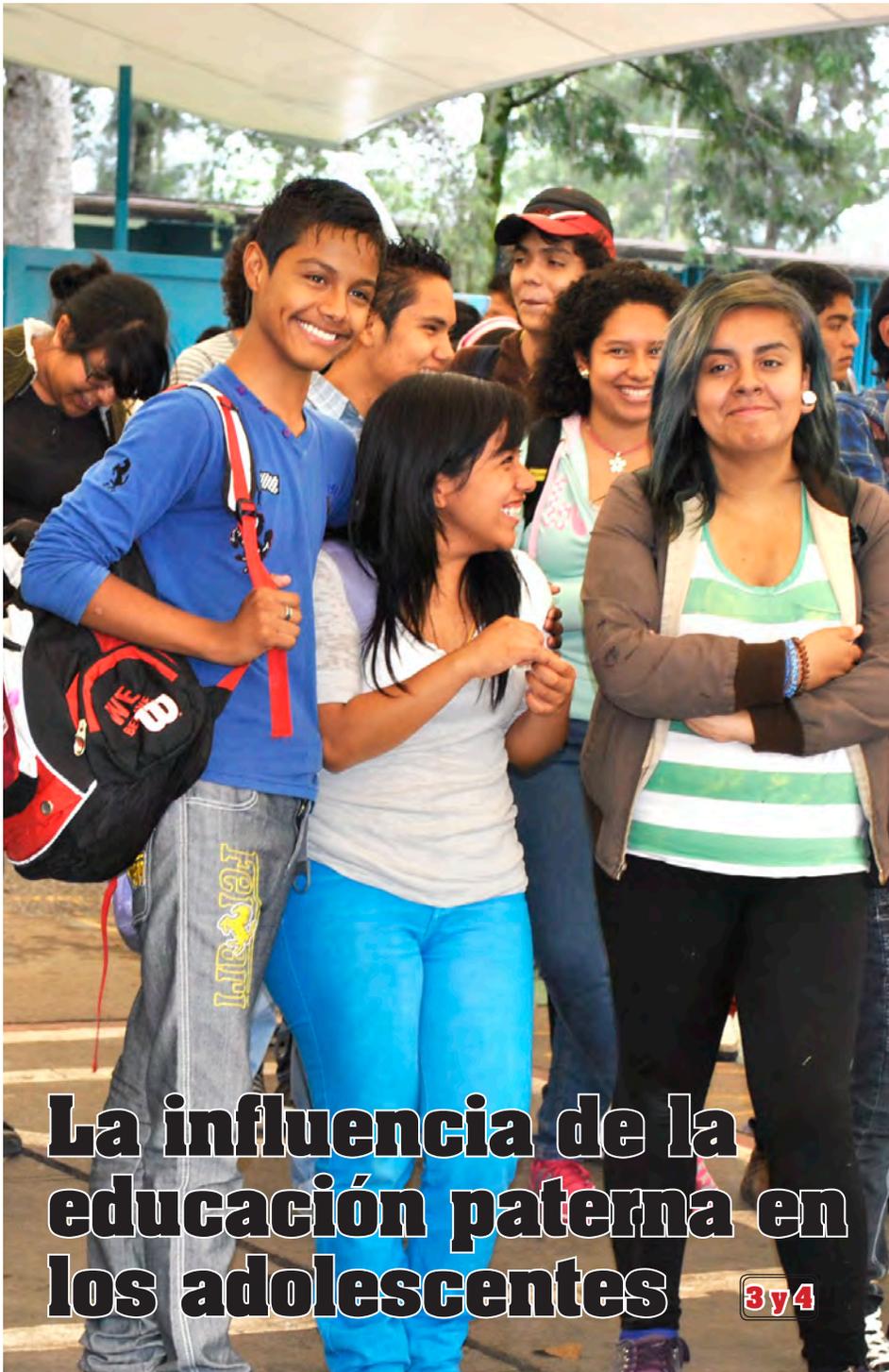


www.cch-oriente.com.mx

# ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 747 • 7 DE OCTUBRE DE 2013

## INFORMA



### La influencia de la educación paterna en los adolescentes

3y4

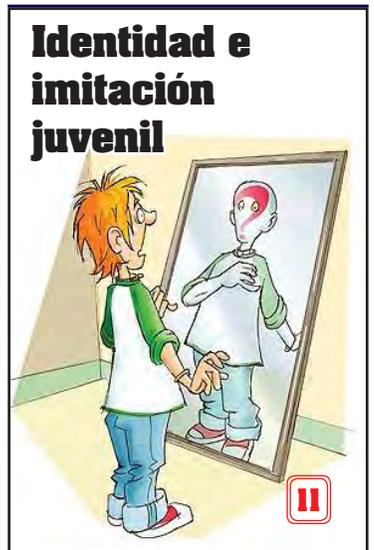
ENSEÑANZA APRENDIZAJE



### Análisis del movimiento de Independencia

6y7

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



### Identidad e imitación juvenil

unam  
donde se construye el futuro

Continúa el ciclo de conferencias "Escuela para padres" con la plática "Eso me enseñó mamá... y papá", donde ante los paterfamilias se expuso el impacto de la educación familiar en la formación del adolescente.

## DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTORA GENERAL DEL CCH

LIC. LUCÍA LAURA MUÑOZ CORONA

SECRETARIO GENERAL

ING. GENARO JAVIER GÓMEZ RICO



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIO GENERAL

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIO ACADÉMICO

MTRO. JOSÉ DE JESÚS MONCAYO SAHAGÚN

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. JOSÉ LUIS SÁNCHEZ VARELA

SECRETARIA DOCENTE

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ÁRIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PROF. MAXIMIANO ESPINA MIRANDA

**ORIENTE**  
INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57738325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx  
landerosbo@hotmail.com

## EDITORIAL

# Tutorial, estrategias de aprendizaje para el conocimiento y el saber

El Colegio de Ciencias y Humanidades, ha proporcionado los instrumentos necesarios para que sus estudiantes estén a la vanguardia del conocimiento. Hoy en día, sabemos, se hace necesario el manejo y la utilización de las llamadas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), como un recurso más para acceder al aprendizaje y a ese propósito del Colegio, de alcanzar una cultura básica y general para sus educandos.

En razón de ello, nuestros jóvenes tienen la oportunidad de acercarse a esas tecnologías, pues la institución ha procurado el equipamiento en cada uno de sus planteles, a partir de la construcción de los centros de cómputo, las salas de planeación académica, las mediatecas, los laboratorios de Ciencias, entre otros recursos para su formación.

Además de ello, los docentes han trabajado y elaborado otras herramientas, entre ellas, *software* educativo, programas computacionales diversos, materiales multimedia, blogs, entre otros, que sin temor a equivocarnos, brindan un amplio respaldo para la concreción del proceso enseñanza aprendizaje.

Recientemente, el CCH puso a disposición en su página electrónica el tutorial Estrategias de Aprendizaje, dirigido a nuestros estudiantes, con el propósito de que “puedan aprender a aprender mejor”, a lo largo de su trayectoria escolar en este subsistema del bachillerato universitario.

Por esa razón, hacemos una invitación a los estudiantes, a acceder a esta página donde encontrarán un recurso más para apropiarse y enriquecer esos conocimientos básicos que exige nuestro Colegio. Aquí, los jóvenes pueden interactuar en este sitio de manera lúdica, pero siempre con el rigor que demanda el aprendizaje, el conocimiento y las habilidades del saber.

Las TIC se dice “son para facilitarnos la vida”, y el Colegio lo ha entendido así, al proporcionar recursos informáticos a los alumnos y las alumnas para que tengan un soporte más en su preparación escolar que, sin duda, demanda el uso adecuado de herramientas como este tutorial que responde a las expectativas formativas y educativas de nuestro contexto educativo actual.



# ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ Plática “Eso me enseñó mamá... y papá”

## El comportamiento adolescente, reflejo de la educación familiar



Psicóloga Carolina Torres Urquiza

Una constante fuente de preocupación para los paterfamilias es la diferencia educativa que establecen con sus hijos al asumir roles que, se dice, son propios del padre o de la madre. De esta forma, existen divergencias en cuanto la forma de educar al niño o el adolescente. Por ello, es necesario discutir este tema para evitar confrontaciones entre los padres y confusiones en los hijos. Con este propósi-

to, la psicóloga Carolina Torres Urquiza impartió en esta escuela la plática “Eso me enseñó mamá... y papá”, el pasado 25 de septiembre.

La ponente afirmó que la educación familiar tiene una fuerte carga afectiva, es decir, la manera de educar en el hogar tiene un impacto en el niño y el adolescente. En los modelos tradicionales familiares existen diferencias evidentes por cuestiones de género, donde las distinciones educativas y emocionales son incuestionables, desde la asignación de tareas supuestamente “propias” de hombres y mujeres hasta los proyectos de vida, lo que ocasiona la creación de estereotipos y roles que se consideran incuestionables.

En este caso, aseveró Torres Urquiza, se imponen comportamientos y formas de pensar, así como hábitos y costumbres que se convierten en

obligatorias. Se designa al hombre como el proveedor, quien debe reprimir la expresión de sus sentimientos y actuar racionalmente. En cambio, la mujer debe ser en el soporte emocional, el cuidado de los niños y del hogar. Pero al ser estereotipos son comportamientos impuestos y falsos.

Durante esta charla, se proyectaron videos sobre las formas de educar de las madres y los padres en sus relaciones afectivas con los hijos, la manera de imponer la autoridad y de negociar. Por medio del video “Frases recurrentes de las mamás y los papás”, se reflexionó sobre esos dichos comunes. Por parte de la madres se escucharon comentarios como “yo hago todo en esta casa”, “cuando tengas hijos lo vas a entender” o “ven a comer”, los cuales tienen diferencias con las frases de los padres quienes dicen “a tu edad

ya trabajaba” o “hazlo como hombre”, que denota que mientras las primeras resaltan el cuidado y protección de sus vástagos, los segundos se preocupan por reafirmar la masculinidad y la independencia.

Carolina Torres destacó que se atribuyen esas diferencias en la enseñanza a cuestiones genéticas, donde se afirma que existe un sexo débil caracterizado por la ternura, lo emocional, el instinto maternal, la dependencia, pasividad y enfocadas a la vida privada del hogar; en cambio, el sexo masculino se distingue por su agresividad, independencia, racionalidad y por estar orientados al ámbito público, es decir, al trabajo. Sin embargo, afirmó, las diferencias es multifactorial, y simplificarlas a esos roles es bastante limitado.

Asimismo, dijo, los padres también tienen

► 4



## ENSEÑANZA APRENDIZAJE



3 ◀

**El comportamiento adolescente...**

luchas por el poder. En las familias se reproducen estructuras jerárquicas y deseos de control. El peligro de esto es que se caiga en modelos de crianza autoritarios, basados en la manipulación y en la obediencia

irrestringida. O, por el contrario, caer en el esquema sobreprotector donde se impide la autonomía y madurez de los hijos. Son modelos que se reflejan en el niño y el adolescente, quienes lo reproducen con sus propias familias.

La psicóloga recomendó modelos de crianza basados en la “sociedad de círculo”, con relaciones horizontales entre los integrantes de la familia. Aquí, mencionó, se presenta una comunicación abierta, directa y democrática, con sustento en la confianza y la apertura, pero sin caer en la permisividad lo cual implica no establecer límites claros a sus hijos.

“Lo ideal, como padres, sería combinar la libertad y la responsabilidad. Inculcar tanto a hombres como mujeres la noción de

un desarrollo integral con crecientes grados de autonomía, evitando una educación sexista. También es fundamental cuestionar los roles tradicionales de género, establecer el diálogo y, sobre todo, recordar que la crianza no sólo es disciplina o afecto, sino ambos”, concluyó Torres Urquiza, con lo que finalizó la segunda plática del ciclo de conferencias “Escuela para padres”, organizado por el Departamento de Psicopedagogía de este centro educativo. ♀



El Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Oriente y el Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación convoca al

## Concurso para alumnos

### “Elabora tu Catrina”

Con el fin de rescatar la tradición de día de muertos y promover la cultura del reciclaje, a través de la expresión artística y creativa, se convoca a los alumnos inscritos en el Colegio de Ciencias y Humanidades del Plantel Oriente, a participar en este concurso de acuerdo con las siguientes:

#### **BASES**

1. Sólo podrán participar los alumnos inscritos en cualquier semestre de este plantel.
2. La participación será de manera individual y sólo se podrá registrar un trabajo.
3. Los participantes presentarán un modelo tridimensional alusivo a “La Catrina” de José Guadalupe Posada y se deberá realizar con material reciclado. La altura máxima de ésta será de 30 cm y deberá portar un seudónimo.
4. Los interesados deberán inscribirse en el Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, ubicado en el edificio “A” Planta Alta, llenando debidamente la ficha de inscripción.

5. Las “Catrinas” se exhibirán de 13:00 a 17:00 horas ante un jurado conformado por profesores del plantel, el día 31 de octubre en la planta baja de la biblioteca. Las Catrinas que no se exhibirán quedarán DESCALIFICADAS automáticamente. De igual manera las “Catrinas” que no se inscriban no podrán concursar.
6. El fallo del jurado será inapelable.

7. Se entregará constancia a todos los participantes.
8. Se premiará el mismo día y en ese lugar, a los tres trabajos que mejor rescaten las tradiciones mexicanas del día de muertos, a través de la originalidad y creatividad en el uso del material reciclado.

Los aspectos no contemplados en la presente convocatoria serán resueltos por la Comisión Organizadora.

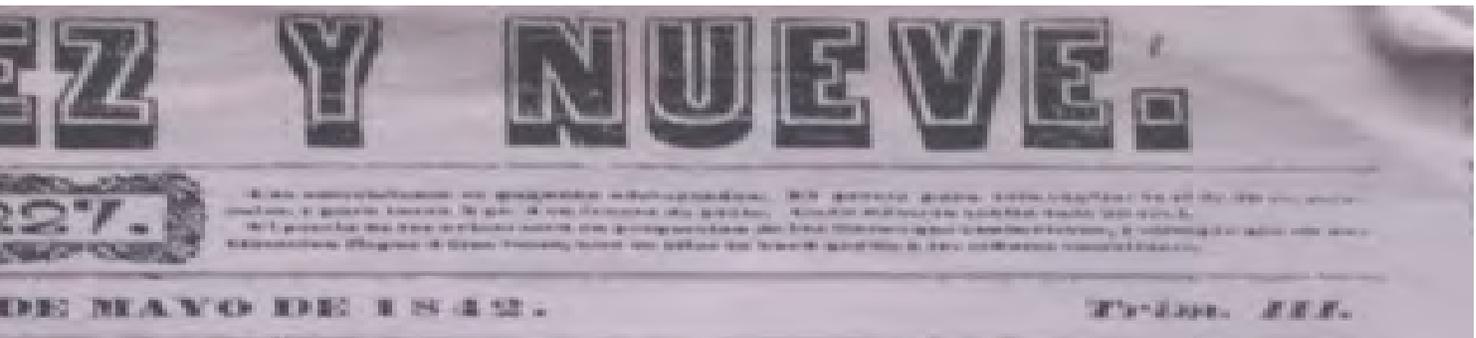
Atentamente

La Comisión Organizadora









México”

# adaptación a las tura nacionales

siglos de aprendizajes. Así, agregó, el antecedente histórico de la literatura mexicana es el proceso y desarrollo cultural que se vivió en el virreinato, aunado con el aprendizaje de la lengua española, por los indígenas, lo que derivó que la literatura ya no fuese sólo escrita por los españoles, también ya era por criollos, mestizos e indígenas que empezaron a crear textos distintos a los de la nación dominante.

El momento de la literatura independentista, agregó la ponente, se volvió aún más compleja, porque además de ser un medio de expresión, se convirtió en un instrumento político, con el cual se informaba, se denunciaba y se intentaba persuadir ideológicamente.

Así, la literatura de ese tiempo, mencionó, fue transformándose paulatinamente, pues aún con el apego de tendencias costumbristas europeas, ésta ya tuvo un sello propio, que se consolidaba poco a poco, a pesar de la inestabilidad política y social, el establecimiento de ideologías, movimientos armados, incluso inversión extranjera.

Finalmente, la ponente explicó que un elemento que caracterizó a la literatura de ese tiempo, se basó en la exaltación de la tierra y la historia, lo sentimental, lo político y lo nacional, que empieza a perpetuarse a partir de la aparición del “folletín” que le dio vida a muchos libros de manera más informada, como aquellos escritos por Joaquín Fernández de Lizardi, fundador del periódico “El pensador mexicano” y otros textos como los producidos por Guillermo Prieto, Ignacio Manuel Altamirano, o Manuel Payno y Amado Nervo, quienes apoyaban la libertad de imprenta, tan censurada en ese tiempo.

Gloria Caporal Campos, también docente del Área de Talleres, al tratar la temática de la prensa del movimiento independentista, resaltó que ésta fue un instrumento de lucha similar a la armada, pues difundió una política a favor de la separación de España, alentó la insurrección y combatió las ideas del gobierno virreinal, de ahí que sea conocida como la prensa insurgente, que combinó las funciones informativas y persuasivas que le dieron un sello especial de la lucha revolucionaria independentista.

Asimismo, resaltó que la propuesta de quienes se dedicaron a participar en este movimiento político ideológico, a través de la prensa, partieron de la idea de la consolidación del movimiento de Independencia, mantener informado al pueblo, pese a las carencias y ausencias educativas, así como fomentar el proselitismo a favor de la lucha armada.

Comentó que la prensa de la Independencia de México, cumplió con el cometido de informar y de persuadir, funciones propias del periodismo actual, pero en contextos diferentes. Así, los líderes de la gesta de Independencia, como buenos estrategas, vieron en los periódicos una poderosa herramienta de propaganda tan importante como las mismas armas. Los políticos, asevero, saben que una guerra se gana de dos formas: en el campo de las batallas y en el campo de las ideas.

Finalmente, dijo que evidentemente, en un país como el de aquella época, con un enorme analfabetismo, la prensa se dirigía a la élite ilustrada, a los que sabían leer, y eran ellos quienes se encargaban de difundir la información, al resto de la población.

Por último, durante su disertación, el profesor

Juan Carlos Galindo Arévalo, habló del retrato del movimiento independentista plasmado en diversas cintas y variadas épocas de la historia nacional, a partir de la aparición de los medios masivos de comunicación, y citó varios filmes entre ellos “Hermosos cuadros sobre episodios nacionales”, “El grito de Dolores” y Fiestas del Centenario de la Independencia”, esta última dirigida en 1910, por los hermanos Alba.

Otras más que reflejan el movimiento independentista, de a cuerdo a la versión oficialista, mencionó a “El padre Morelos” y “El rayo de Morelos”, dirigida por Miguel Contreras Torres, en la década de los 40.

Asimismo, se refirió a otros filmes y programas televisivos que tienen una óptica distinta de este movimiento, por ejemplo “Hidalgo, la historia jamás contada”, “Morelos” y “Héroes verdaderos”; y “Los Minondo”, producción de canal 11, cuya versión histórica, trata asuntos importantes que la versión oficialista, hasta antes del 2010, no se atrevía a tratar.

Organizó este ciclo de conferencias, la profesora Patricia López Ocampo, coordinadora del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, del turno vespertino.



**4to. FORO CONCIENCIA Y HUMANIDADES**

14 al 18 de Octubre

**“Mitos y realidades de los alimentos modernos”****¿Qué tan sana es tu alimentación?**

En la sociedad moderna, el tiempo es un factor importante para alimentarnos, a raíz de eso ha surgido una serie de alimentos procesados que contienen una gran cantidad de aditivos químicos, pero... ¿Qué tan nocivos son y qué tanto contribuyen a nutrirnos?. Está y otras interrogantes serán resueltas en este foro. ¡TE ESPERAMOS!

Comisión Organizadora: Cecilia Espinosa Muñoz, Claudia Benítez Albarrán, Alberto Benítez Pérez, Alfredo César Herrera Hernández y Reyes Flores Hernández.

**Sala Ignacio Chávez. Audiovisual 2**

**LUNES 14**

9:00 Inauguración del evento

9:15 “¿Qué onda si no comes bien?”

Ponente: Claudia Benítez Albarrán

10:00 “Mitos y Realidades de los alimentos modernos”

Ponente: Roberto Carlos Quezada

11:00 “Alimentos orgánicos y súper alimentos del futuro”

Ponente: Fernando Velázquez Hernández

12:00 “Edulcorantes riesgos o beneficios”

Ponentes: Pablo Javier Ilescas Román  
Betsabe Areli Ortiz Ventura

13:00 “Alimentos Sanos”

Ponentes: Martha Elizet Herrera  
Hernández

14:00 “Azúcar mitos y realidades”

Ponente: Reyes Flores Hernández

15:00 “La diferencia entre alimentarse y nutrirse”

Ponente: Alma Rosa Vargas Jerónimo

16:00 “Lo que los bichos nos dejaron”

Ponente: Laura Karina Paz Cárdenas

**MARTES 15**

9:00 “Los 10 alimentos más consumidos por los jóvenes”.

Ponente: Itandehui Martínez Rodríguez

10:00 “Nutrimentos”

Ponentes: Verónica Elizabeth Dzul  
Aranda  
Elizabeth Dinorah Aguirre Yuh

11:00 “Comida rápida, tiempo contra nutrición”

Ponente: Claudia Benítez Albarrán

12:00 “Función exponencial que describe La actividad de la vitamina C”

Ponente: Alberto Benítez Pérez

13:00 “Mitos y realidades de los alimentos transgénicos”

Ponente: Ana Lilia Santana Galindo

14:00 “¿Y tú qué te tomas?”

Ponente: Alfredo César Herrera

15:00 “CINE DEBATE”

Película: “Súper engórdame”

**MIÉRCOLES 16**

9:00 “CINE DEBATE”

Película: “Súper engórdame”

11:00 “Alimentos transgénicos”

Ponentes: Alonso Antonio Yescas Galicia  
María Lorena Ovalles

12:00 “¿Cómo que no como?”

Ponente: Itzel Núñez Núñez

13:00 a 15:00 RECESO

15:00 “Cultura de calidad en el consumo de alimentos”

Ponente: Roberto Carlos Quezada

16:00 “Aditivos en los alimentos”

Ponentes: Cecilia Espinosa Muñoz  
Ana Lilia Cabrera Ávila**JUEVES 17**

9:00 “¿Influyen las matemáticas en los alimentos?”

Ponente: Zaira Eréndira Rojas García

10:00 “La spirulina al rescate de la nutrición”

Ponente: Óscar Iván Luqueño Bocardo

11:00 “Calorías”

Ponente: Areli Oropeza Grande

12:00 “La alimentación prehispánica y su trascendencia”

Ponente: Argelia Martínez Hernández

13:00 “Colorantes de alimentos”

Ponentes: Pilar Rodríguez Arcos  
Jacqueline Leyva Chávez

14:00 “Bebidas energéticas”

Ponentes: Ana María Flores Pérez  
Luz Elena Flores Bustamante

15:00 “¿Por qué es..... Chatarra”

Ponente: Maribel Hernández Velasco

16:00 “Los alimentos enlatados, su impacto en los países de primer mundo”

Ponente: Diego de Jesús Córdova Utrera

**VIERNES 18**

9:00 “Embutidos”

Ponente: Blanca Estela Quiza Gaytán

10:00 “Alimentos transgénicos”

Ponente: Norma Cano Leal  
Elizabeth D. Aguirre Yuh

11:00 “Bebidas hidratantes”

Ponente: Angélica Nohelia Guillén

12:00 Clausura del evento



## ELECCIONES DE CONSEJEROS ACADÉMICOS DE ÁREA



La próxima semana se llevarán a cabo las elecciones de Consejeros Académicos de las cuatro áreas y los tres departamentos académicos del Plantel. Es por ello que vale la pena recordar que son estas instancias y cuáles son sus funciones en nuestra institución.

Los Consejos Académicos de Área "son órganos colegiados propositivos, de planeación, evaluación y decisión académicos, que tienen como objetivos fortalecer las tareas sustantivas de la Universidad, promover la articulación entre sus diversos niveles, disciplinas y funciones académicas en el área, y propiciar el óptimo aprovechamiento y desarrollo de sus recursos".

Algunas de sus funciones son:

Formular las políticas académicas generales del área, y proponer y coordinar las acciones conducentes a la elaboración de los programas generales de docencia, investigación, extensión y difusión del área.

Evaluar los programas de trabajo y las actividades académicas del área, y proponer medidas para su coordinación y fortalecimiento.

Opinar sobre la creación, integración, desconcentración o supresión de dependencias académicas o programas del área.

Recomendar criterios para que la elaboración y el ejercicio del presupuesto de la Universidad respondan a las prioridades que surjan de la planeación de las actividades académicas.

La elección se llevará a cabo el 10 de octubre de 2013, de 10:00 a 18:00 hrs., en la Sala Audiovisual 1 "Pablo González Casanova.

Para más información consulta la Convocatoria correspondiente que se encuentra publicada en la Dirección o en tu Área o Departamento.

**¡¡¡PARTICIPA!!!**

ATENTAMENTE  
"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"  
DEPARTAMENTO DE APOYO A CUERPOS COLEGIADOS

"Reglamento Interno de los Consejos Académicos de Área", en Legislación Universitaria, Tomo I.

Vamos todos al curso de

# Análisis básico de la calidad del agua

Lugar: Laboratorio Lince Química **SILADIN**

Lunes y Miércoles  
de 13 a 15 hrs.

Te esperamos!!!  
Inscríbete en **SILADIN** y garantiza tu lugar  
CUPO LIMITADO

Invita el Grupo Alquimia  
XXI y la Jefatura **CREA-**  
**SILADIN**

Iniciamos el 7 de octubre y concluimos el 6 de noviembre de 2013

## PREMIOS NOBEL EN FÍSICA

### 12ª EXPOSICIÓN DE CARTELES

Invitamos a profesores y profesoras que imparten Física, y a los alumnos que la cursan, para participar en este evento, a realizarse el 18 de octubre del año en curso, de las 9:00 a 13:00 y de 15:00 a 18:00 hrs., en la explanada del Plantel, de acuerdo a las siguientes

#### BASES

1. La contribución del profesor consistirá en asesorar a los alumnos
2. La participación de los alumnos puede ser individual o por equipo (máximo 4 alumnos), con un solo asesor
3. La exposición será en la modalidad de cartel, en donde se incluirá la fotografía y el trabajo científico en el campo de la Física por cual fue premiado el personaje, en una cartulina, papel manila o papel bond (tamaño 60 x 90 cm).
4. Las inscripciones se cierran el 15 de octubre de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 19:00 hrs., en la Academia de Ciencias Experimentales.
5. En cada cartel, se indicará en la parte inferior derecha por el frente, el nombre de él o los alumnos al que pertenece, el nombre del profesor asesor y el número de inscripción (el que se entrega en el momento de anotarse)
6. La entrega de los carteles será el día del evento a las 8:00 hrs. para el turno matutino y a las 15:00 hrs par el turno vespertino, en la explanada del Plantel; su colocación estará a cargo de los autores participantes, en el lugar que le sea indicado por los organizadores.
7. El o los alumnos harán una réplica oral de su cartel el día del evento (a su hora de clase), pero el cartel permanecerá durante todo el turno respectivo, al término de la exposición (13:00 hrs para el matutino o 18:00 hrs., para el vespertino). Cada equipo recogerá sus materiales y dejará limpio su lugar.
8. Se entregará constancia a los profesores que asesoren más de 2 carteles y a los alumnos que cumplan con el punto anterior.
9. Cualquier aclaración será resuelta por los miembros del comité organizador

México, D. F., octubre de 2013

## Profesor, profesora participa en la

### 21ª JORNADA DE BALANCE ACADÉMICO

#### OBJETIVOS

**Conocer la situación escolar de los alumnos antes de concluir el semestre.**

**Establecer acciones conjuntas de prevención que apoyen un eficiente egreso.**

**Jueves 17 de octubre  
9:00 a 19:00 hrs.**

**Recuerda: tu aportación es fundamental**



## PSICORIENTA



Psic. Gabriela López S. Vega  
Departamento de Psicopedagogía

## Para qué ser otro, si puedo ser yo mismo

*La imitación es la forma más sincera de la adulación*

*Charles Caleb Colton*

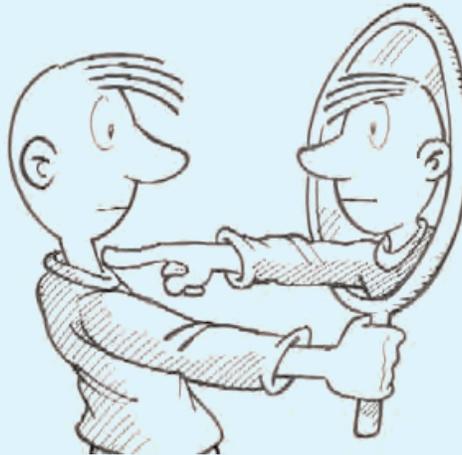
Quizá has observado que a veces adoptamos conductas, aficiones, incluso frases de otras personas, y viceversa. Hay quien adopta tu forma de ser, de hablar o de vestir. ¿Qué tan inconveniente es imitar? ¿En realidad, implica diferentes aspectos, según los momentos y circunstancias?

Una 'cosa' es imitar cuando, luego de un proceso de reflexión y/o experiencia personal, nos convencemos de que con esa conducta o actitud "nos va bien" y, otra muy distinta, es imitarla sólo porque nos dijeron que era buena.

En la niñez imitar es indispensable, gracias a ello aprendimos palabras, gestos, emociones, aficiones, juegos. En la adolescencia es útil durante ese tiempo en que estamos ensayando distintos comportamientos, habilidades o valores, que ayudan a conformar nuestra forma de ser adulta.

Pero cuando la copia de acciones o actitudes se deriva del narcisismo y la envidia concomitante, la imitación está motivada por la necesidad de competir y no de aprender. Este tipo de personas tiene una admiración excesiva por sí mismos y ve a los demás feos, pobres o menos inteligentes. Al mismo tiempo, pueden tener una pobre imagen de sí mismos, de manera que al percibir en otro alguna cualidad de la que él carece, experimenta envidia; es decir, dolor por el bien del otro y tristeza por lo que le falta a él. Así, copia para igualar a quien considera, en algún aspecto, que lo supera. Sin embargo, al no gustarse siempre hay quien le lleva alguna ventaja y encuentra con quien competir.

Lo preocupante es que vive una mentira, se presenta superior de lo que es; o bien, se muestra indefenso, siendo



que en realidad es manipulador; pretende poseer la información que no tiene, se presenta personificando valores que no sienten ni posee, se adhiere falsamente en creencias para gozar de aceptación; en resumen, no es "quien es" sino una copia de otro (s).

Por ello, se dice que imitar es cometer un suicidio personal, se asesina y se entierra su propia personalidad, porque le disgusta, y se "roba" la de otra persona para revestirse de ella con sus temas de interés, capacidad intelectual, sensibilidad artística y cultural... y hasta la forma de hablar.

La capacidad de "ser uno mismo" parte de reconocerse como una persona valiosa y manifestar las ideas, valores y sentimientos, dignamente frente a los demás; conocerse y mostrarse ante sí mismo y ante los demás, tal cual sé es; actuar sin utilizar máscaras para aparentar una personalidad que no es; olvidar los "debería" que dan gusto a los otros, no aceptar satisfacer expectativas impuestas y evitar fingir frente a los demás. Ello implica congruencia entre lo que se hace, piensa y siente.

Como puedes advertir, sin autenticidad no es posible la sinceridad ni veracidad. ¿Cómo podrías pedir a los demás que confíen y crean en ti si no te atreves a mostrarte tal cual eres?

No es fácil serlo, existen reglas, costumbres y normas establecidas para regular la convivencia social. Por ello, muchas veces hay que comportarse conforme a los convencionalismos sociales y no como quisiéramos, pero saberlo posibilita elegir conscientemente cuándo y por qué nos integramos al resto de la gente.

Como dijimos antes, a tu edad, copiar los comportamientos de otros, eventualmente ayuda a definir tu forma de ser para el futuro. No obstante, recuerda que en otro momento o fuera de ese contexto, puede evidenciar falta de aceptación o narcisismo. En cualquier caso es no actuar en función de tus necesidades sino en la de otros.

Por lo anterior, es importante que cuestiones las ideas que aprendiste de niño, y quedarte con las que realmente te convencen, por haber sido probadas en la experiencia. Cuestiona y reflexiona en torno de preguntas fundamentales del ser humano: ¿quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿a dónde voy? Haz uso de tu pensamiento crítico, amplía tu conocimiento sobre el mundo, no te quedes solo con lo que escuchas, investiga datos e ideas, cuestiona para determinar su veracidad y la conveniencia que representan para tu vida.

Sin hacer de ti mismo el centro del Universo, o querer ser el rey a quien rindan pleitesía, debes considerar que eres una persona irrepetible, valiosa por el sólo hecho de existir. Mereces una vida gratificante en la que pueda expresarse tu SER.

### Fuentes

Castorena José M. "Bajo todos los cielos estrellados, reinarán siempre la Ética y Valores", en <http://www.monografias.com/trabajos84/todos-cielos-estrellados-etica-valores/todos-cielos-estrellados-etica-valores3.shtml>



# Porque más sabe quien entra a:

[www.saber.unam.mx](http://www.saber.unam.mx)

## Donde encontrarás lecciones interactivas de:

**Álgebra**



**Cálculo**



**Geometría**



**Química**



**Estadística**



**Física I**



**Español**



**Biología**



Sólo necesitas tu número de cuenta de la UNAM y tu fecha de nacimiento

# Tutorial estrategias de aprendizaje

Visita el portal

<http://tutorial.cch.unam.mx/>



**Ser** Imaginar



Convivir

**Aprender**



**Crear**

**Saber**

**Pensar**

**Hacer**

