



Liceo Técnico Santa Cruz de Triana
"Diseñando Sueños, Construyendo Futuro"

	DOCENTE: Mónica Cuevas M
ASIGNATURA: Religión.	NOMBRE ALUMNO:
CURSO: Segundo Medio	FECHA:

A) CONTENIDOS Y CONCEPTOS:

APRENDIZAJE ESPERADO	Analizar en forma reflexiva actitudes relacionadas con el egocentrismo y altruismo.
-----------------------------	---

INSTRUCCIONES: Lee con mucha atención la información que a continuación se presenta.

Altruismo es la **conducta humana** que consiste en **brindar una atención desinteresada al prójimo, aun cuando dicha diligencia atente contra el bien propio**. Puede entenderse, por lo tanto, que el altruismo es lo opuesto al [egoísmo](#) (el amor inmoderado que un sujeto siente sobre sí **mismo** y que lo lleva atender desmedidamente su propio interés).

¿Ser altruista nos hace bien?

. ¡Claro que hace bien y no solo al destinatario de nuestro acto, sino también a nosotros mismos! Las conductas altruistas no solo son esenciales para la vida en sociedad, sino que también la ciencia ha demostrado que generan bienestar en la persona que realiza estas acciones solidarias. Es decir, por más que se trate de una acción desinteresada, que no busca sacar provecho ni lograr una ventaja propia, los actos solidarios benefician a todas las personas involucradas, a quienes proporcionan la ayuda y a quienes la reciben. Esto sucede porque existe una asociación entre la preocupación y devoción por los otros y el afecto positivo. Los científicos han realizado diversas investigaciones en personas que se desempeñan como voluntarias ayudando a otras personas. Estos estudios afirman que este tipo de conductas altruistas, que representa el voluntariado, redundan en una buena salud mental y física.

Por ejemplo, las tasas de depresión disminuyen entre los voluntarios. Además, los voluntarios suelen considerarse a sí mismos como personas felices. Una explicación a esto tiene que ver con el hecho de que estas tareas aumentan las emociones empáticas. Por su parte, se ha registrado en investigaciones que las personas que han sufrido experiencias traumáticas frecuentemente desarrollan comportamientos altruistas. De esta manera ayudan a los demás, pero lo novedoso es que se demostró que ayudar los ayuda a mejorar a ellos mismos. Se establece así un sistema de retroalimentación. La superación y sanación de las personas se benefician del altruismo y también lo generan. Ciertos estudios aseguran que, en los seres humanos, el altruismo aparece en torno al año y medio de vida, lo que reflejaría una tendencia natural a la [solidaridad](#). Ciertos pensadores, en cambio, creen que las personas no son naturalmente altruistas, sino que esta condición surge de la [educación](#).

Las 10 características de una persona altruista

- 1.-Dedica tiempo a los demás
- 2.-Comparte
- 3.-Es detallista
- 4.-Es empático
- 5.-Ayuda a los necesitados
- 6.-Protege el amor
- 7.-Cuida el medio ambiente
- 8.-Promueve la paz
- 9.- Se pone en los zapatos del otro
- 10.-Piensa primero en los otros

