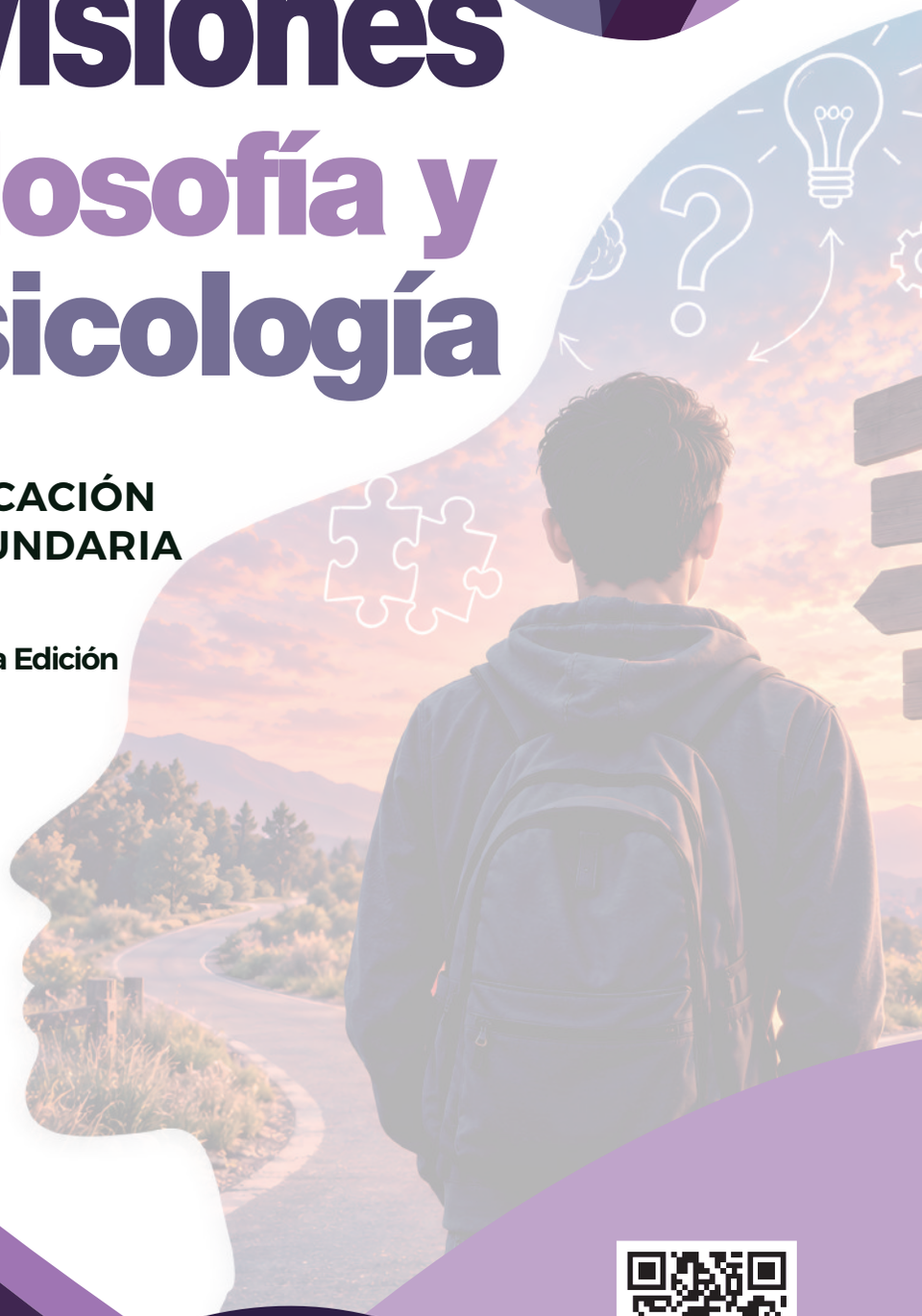
Cosmovisiones

Filosofía y Psicología

2do | **EDUCACIÓN SECUNDARIA**

Primera Edición



META EDITORIAL
AGENDA 200

GUÍA DE NAVEGACIÓN Y ESTRUCTURA DEL LIBRO

Cosmovisiones, Filosofía y Psicología – Proyecto META 2do de Secundaria

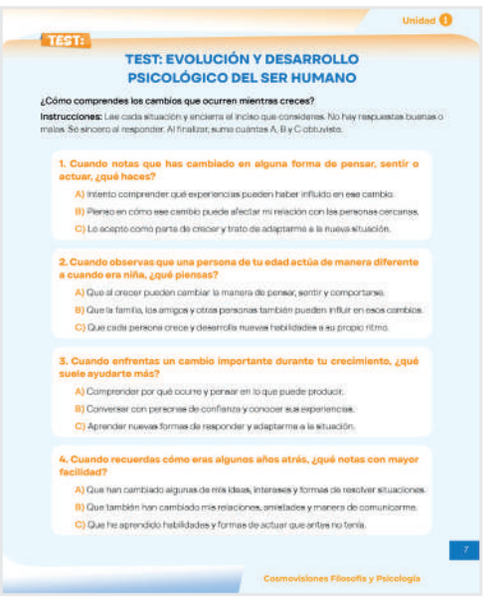
1. NUESTRA RUTA: 6 UNIDADES

El libro está organizado en 6 unidades distribuidas durante el año escolar. Cada unidad desarrolla contenidos que permiten avanzar en el conocimiento personal, la comunicación y la comprensión del entorno.

2. APERTURA DE UNIDAD

Cada unidad inicia con una actividad de exploración que permite reflexionar sobre el tema y relacionarlo con experiencias personales.

- Test META: Una actividad inicial para reconocer ideas, percepciones y conocimientos previos antes de comenzar la unidad.
- ¿Qué aprenderemos?: Presenta el propósito y los aprendizajes que se desarrollarán durante la unidad.
- ¿Para qué me sirve?: Explica la utilidad del tema en situaciones de la vida cotidiana.


Unidad 1

TEST:

TEST: EVOLUCIÓN Y DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL SER HUMANO

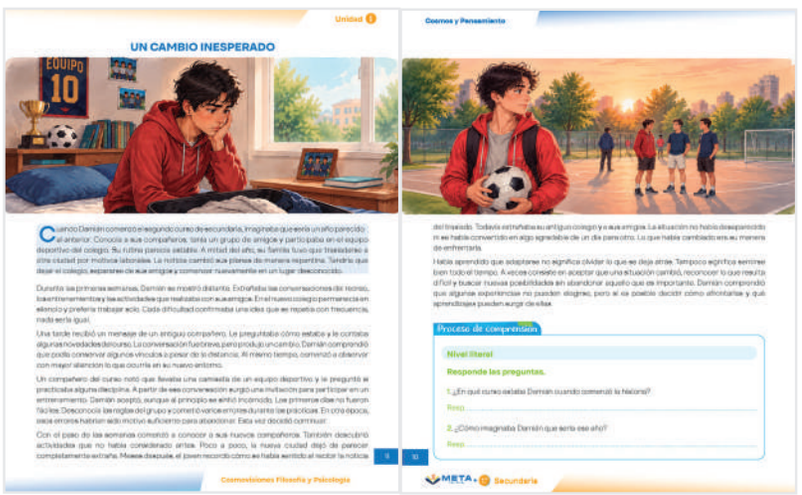
¿Cómo comprendes los cambios que ocurren mientras creces?

Instrucciones: Lee cada situación y encierra el inciso que consideres. No hay respuestas buenas o malas. Sé sincero al responder. Al finalizar, suma cuántas A, B y C obtuviste.

1. Cuando notas que has cambiado en alguna forma de pensar, sentir o actuar, ¿qué haces?
   - A) Intento comprender qué experiencias pueden haber influido en ese cambio.
   - B) Pienso en cómo ese cambio puede afectar mi relación con las personas cercanas.
   - C) Lo acepto como parte de crecer y trato de adaptarme a la nueva situación.
2. Cuando observas que una persona de tu edad actúa de manera diferente a cuando era niña, ¿qué piensas?
   - A) Que al crecer pueden cambiar la manera de pensar, sentir y comportarse.
   - B) Que la familia, los amigos y otras personas también pueden influir en esos cambios.
   - C) Que cada persona crece y desarrolla nuevas habilidades a su propio ritmo.
3. Cuando enfrentas un cambio importante durante tu crecimiento, ¿qué suele ayudarte más?
   - A) Comprender por qué ocurre y pensar en lo que puede producir.
   - B) Conversar con personas de confianza y conocer sus experiencias.
   - C) Aprender nuevas formas de responder y adaptarme a la situación.
4. Cuando recuerdas cómo eras algunos años atrás, ¿qué notas con mayor facilidad?
   - A) Que han cambiado algunas de mis ideas, intereses y formas de resolver situaciones.
   - B) Que también han cambiado mis relaciones, amistades y manera de comunicarme.
   - C) Que he aprendido habilidades y formas de actuar que antes no tenía.

7

Cosmovisiones Filosofía y Psicología


Unidad 1

UN CAMBIO INESPERADO

Cosmos y Pensamiento

Proceso de comprensión

Nivel literal

Responde las preguntas.

1. ¿En qué curso estaba Damián cuando comenzó la historia?

Resp.

2. ¿Cómo imaginaba Damián que sería ese año?

Resp.

8 9

Cosmovisiones Filosofía y Psicología

META Secundaria

3. LECTURA COMPRENSIVA

Cada dos unidades se presenta un cuento acompañado de actividades de comprensión lectora que permiten fortalecer el análisis y la interpretación de textos.

- Nivel literal: Actividades para identificar información explícita del cuento.
- Nivel inferencial: Ejercicios para interpretar ideas y deducir significados.
- Nivel crítico: Preguntas de reflexión y opinión sobre la lectura.

4. DESARROLLO DE TEMAS

Cada tema se desarrolla mediante una secuencia organizada que facilita la comprensión y aplicación de los aprendizajes.

- Inicio: Actividades para relacionar el tema con experiencias cercanas.
- Desarrollo: Explicación de conceptos, ejemplos y recursos visuales.
- Aplicación: Actividades para reforzar y utilizar lo aprendido.


Unidad 1

LA PSICOLOGÍA DE DESARROLLO HUMANO

Cuestionamiento a priori:

Cada persona cambia con el paso del tiempo. Al recordar cómo era en sus primeros años, puede notar diferencias en su forma de pensar, sentir, relacionarse y actuar. ¿Por qué ocurren estos cambios y qué influye en ellos?

1. ¿Qué es la psicología del desarrollo humano?

La psicología del desarrollo es una rama de psicología que estudia cómo las personas cambian y crecen a lo largo de toda su vida, desde el nacimiento hasta la vejez. Se enfoca principalmente en cómo evolucionan las emociones, la forma de pensar, la personalidad y la manera de relacionarse con los demás. Esta área permite comprender que cada persona tiene un ritmo propio de desarrollo y que sus capacidades, emociones y formas de relacionarse se construyen mediante la interacción con su entorno.

La psicología del desarrollo humano permite comprender cómo las personas cambian y desarrollan sus capacidades, emociones, personalidad y formas de relacionarse a lo largo de toda la vida.

2. La psicología del desarrollo humano y su contextualización en la intraculturalidad

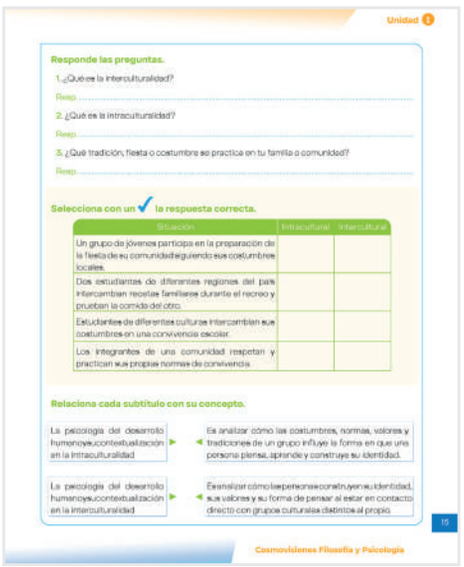
La intraculturalidad se refiere a todo lo que ocurre dentro de una misma cultura o grupo social. Cuando se estudia el desarrollo humano desde esta perspectiva, se analiza cómo las costumbres, normas, valores y tradiciones de un grupo (familia, comunidad o país) influye la forma en que una persona piensa, aprende y construye su identidad.

Ejemplo: La manera en que una familia celebra sus fiestas tradicionales y la forma en que expresan y comparten sus sentimientos.

La transmisión de relatos, canciones, juegos, celebraciones y formas de hablar entre generaciones ayuda a conservar elementos propios de una cultura y fortalece el sentido de pertenencia.

13

Cosmovisiones Filosofía y Psicología


Unidad 1

Responde las preguntas.

1. ¿Qué es la interculturalidad?

Resp.

2. ¿Qué es la intraculturalidad?

Resp.

3. ¿Qué tradición, fiesta o costumbre se practica en tu familia o comunidad?

Resp.

Selecciona con un ✓ la respuesta correcta.

Situación	Intracultural	Intercultural
Un grupo de jóvenes participa en la preparación de la fiesta de su comunidad siguiendo sus costumbres locales.		
Dos estudiantes de diferentes regiones del país intercambian recetas familiares durante el recreo y prueban la comida del otro.		
Estudiantes de diferentes culturas intercambian sus costumbres en una convivencia escolar.		
Los integrantes de una comunidad respetan y practican sus propias normas de convivencia.		

Relaciona cada subtítulo con su concepto.

La psicología del desarrollo humano y su contextualización en la intraculturalidad	Es analizar cómo las costumbres, normas, valores y tradiciones de un grupo influye la forma en que una persona piensa, aprende y construye su identidad.
La psicología del desarrollo humano y su contextualización en la interculturalidad	Es analizar cómo las personas construyen su identidad, sus valores y su forma de pensar al estar en contacto directo con grupos culturales distintos al propio.

15

Cosmovisiones Filosofía y Psicología

5. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

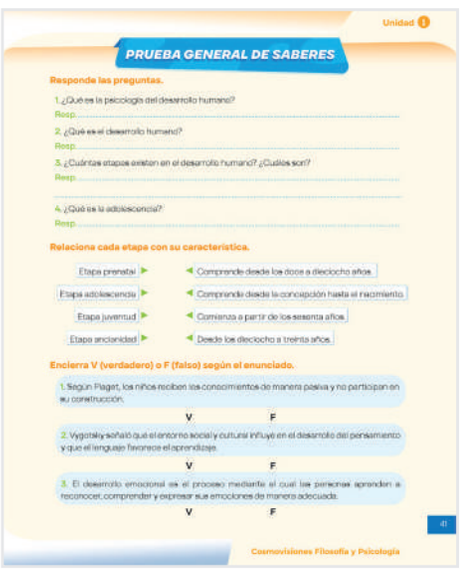
Después de cada tema encontrarás actividades para reforzar y aplicar los contenidos aprendidos.

- Comprensión Ejercicios para fortalecer la interpretación de conceptos.
- Análisis: Casos y situaciones para relacionar los aprendizajes.
- Aplicación Actividades variadas como preguntas, sopas de letras y ejercicios prácticos.

6. PRUEBA GENERAL DE SABERES

Al finalizar cada unidad se presenta una prueba general de saberes que permite evaluar y consolidar los aprendizajes desarrollados durante los temas.

- Evaluación: Actividades para comprobar la comprensión de los contenidos.
- Integración: Ejercicios que reúnen los conocimientos adquiridos en la unidad.
- Reflexión Espacios para reconocer los avances y aprendizajes logrados.


Unidad 1

PRUEBA GENERAL DE SABERES

Responde las preguntas.

1. ¿Qué es la psicología del desarrollo humano?

Resp.

2. ¿Qué es el desarrollo humano?

Resp.

3. ¿Cuántas etapas existen en el desarrollo humano? ¿Cuáles son?

Resp.

4. ¿Qué es la adolescencia?

Resp.

Relaciona cada etapa con su característica.

Etapa prenatal	Comprende desde los doce a dieciocho años.
Etapa adolescencia	Comprende desde la concepción hasta el nacimiento.
Etapa juventud	Comienza a partir de los sesenta años.
Etapa ancianidad	Desde los dieciocho a treinta años.

Encierra V (verdadero) o F (falso) según el enunciado.

1. Según Piaget, los niños reciben los conocimientos de manera pasiva y no participan en su construcción.

V F

2. Vygotsky señaló que el entorno social y cultural influye en el desarrollo del pensamiento y que el lenguaje favorece el aprendizaje.

V F

3. El desarrollo emocional es el proceso mediante el cual las personas aprenden a reconocer, comprender y expresar sus emociones de manera adecuada.

V F

41

Cosmovisiones Filosofía y Psicología

Índice

PRIMERA UNIDAD META



Test: EVOLUCIÓN Y DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL SER HUMANO	Pág. 7
Lectura: UN CAMBIO INESPERADO	Pág. 9
LA PSICOLOGÍA DE DESARROLLO HUMANO	Pág. 13
ETAPAS DEL DESARROLLO HUMANO	Pág. 16
APROXIMACIONES DEL DESARROLLO HUMANO Y PSICOSOCIAL	Pág. 20
CAMBIOS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y SOCIALES EN LA PUBERTAD	Pág. 24
CAMBIOS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS Y SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA	Pág. 27
PROBLEMAS Y DESAJUSTES SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA	Pág. 30
LAS TIC Y SU INFLUENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES	Pág. 34
LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO EMOCIONAL INTEGRAL	Pág. 38
PRUEBA GENERAL DE SABERES	Pág. 41

SEGUNDA UNIDAD META

Test: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Pág. 43
ESTRATEGIAS ADAPTATIVAS Y DESADAPTATIVAS	Pág. 48
LA RESILIENCIA	Pág. 51
MANEJO DE LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN	Pág. 50
HÁBITOS DE LAS PERSONAS RESILIENTES	Pág. 55
SOLUCIÓN DE CONFLICTOS	Pág. 58
TALLER DE PADRES	Pág. 61
ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR DURANTE LA ADOLESCENCIA	Pág. 63
PRUEBA GENERAL DE SABERES	Pág. 66



TERCERA UNIDAD

META

Test: RELACIONES AFECTIVAS	Pág. 68
Lectura: UNOS MINUTOS PARA PENSAR	Pág. 70
DESPATRIARCALIZACIÓN Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA	Pág. 73
SALUD AFECTIVA	Pág. 75
PATOLOGÍAS AFECTIVAS	Pág. 78
MECANISMOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL Y COLECTIVO	Pág. 81
RELACIONES INTERPERSONALES Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO	Pág. 85
IDENTIDAD DE GÉNERO Y DIVERSIDAD SEXUAL	Pág. 87
RELACIONES AFECTIVAS	Pág. 89
MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO	Pág. 92
MANEJO DE LAS RUPTURAS AMOROSAS	Pág. 95
PRUEBA GENERAL DE SABERES	Pág. 98



CUARTA UNIDAD

META



Test: AUTOPERCEPCIÓN,CUIDADO Y DECISIONES	Pág. 100
IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS Y PELIGROS CON PAREJAS AGRESIVAS Y RELACIONES TÓXICAS	Pág. 102
EMBARAZO NO PLANIFICADO Y ABORTO	Pág. 105
MATERNIDAD Y PATERNIDAD RESPONSABLE	Pág. 108
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	Pág. 110
IMPORTANCIA DE LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	Pág. 112
SEXO, SEXUALIDAD Y RELACIONES COITALES	Pág. 114
TOMA DE DECISIONES EN LAS RELACIONES SEXUALES	Pág. 117
INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL	Pág. 120
DIFERENCIA ENTRE PRESERVATIVOS Y ANTICONCEPTIVOS	Pág. 123
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	Pág. 125
PRUEBA GENERAL DE SABERES	Pág. 128

QUINTA UNIDAD

META

Test: ¿CÓMO CUIDAS TU CEREBRO Y COMPRENDES TUS EMOCIONES? Pág. 130

Lectura: LA TARDE EN QUE TODO CAMBIÓ Pág. 132

PROCESOS NEUROSICOLÓGICOS DEL COMPORTAMIENTO HUMANO Pág. 136

EL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL Y PERIFÉRICO EN RELACIÓN CON LOS PROCESOS PSÍQUICOS Pág. 139

LOS HEMISFERIOS DEL CEREBRO Pág. 143

NEUROCIENCIA DE LA AFECTIVIDAD Pág. 147

NEUROTRANSMISORES Y SU EFECTO EN EL COMPORTAMIENTO 150 Pág. 150

IMPORTANCIA Y CUIDADO DEL SISTEMA NERVIOSO 154 Pág. 154

PRUEBA GENERAL DE SABERES Pág. 158



SEXTA UNIDAD

META



Test: AUTOESTIMA Pág. 160

FUNCIONES PSÍQUICAS BÁSICAS Y SUPERIORES Pág. 162

IMPORTANCIA DE ESTUDIO DE LOS PROCESOS PSÍQUICOS Pág. 166

CUIDADOS DE LAS FUNCIONES PSÍQUICAS BÁSICAS Pág. 169

CUIDADOS DE LAS FUNCIONES PSÍQUICAS SUPERIORES Pág. 172

AUTOCONOCIMIENTO PARA LA APROXIMACIÓN AL PROYECTO DE VIDA Pág. 175

AUTOCONCEPTO, AUTOIMAGEN, AUTOESTIMA Y AUTOEVALUACIÓN Pág. 178

EL PROYECTO DE VIDA COMO BÚSQUEDA DE LA REALIZACIÓN INTEGRAL Y DESARROLLO DE TALENTOS Pág. 182

PRUEBA GENERAL DE SABERES Pág. 186

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA Pág. 188

TEST:

TEST: EVOLUCIÓN Y DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL SER HUMANO

¿Cómo comprendes los cambios que ocurren mientras creces?

Instrucciones: Lee cada situación y encierra el inciso que consideres. No hay respuestas buenas o malas. Sé sincero al responder. Al finalizar, suma cuántas A, B y C obtuviste.

1. Cuando notas que has cambiado en alguna forma de pensar, sentir o actuar, ¿qué haces?

A) Intento comprender qué experiencias pueden haber influido en ese cambio.

B) Pienso en cómo ese cambio puede afectar mi relación con las personas cercanas.

C) Lo acepto como parte de crecer y trato de adaptarme a la nueva situación.

2. Cuando observas que una persona de tu edad actúa de manera diferente a cuando era niña, ¿qué piensas?

A) Que al crecer pueden cambiar la manera de pensar, sentir y comportarse.

B) Que la familia, los amigos y otras personas también pueden influir en esos cambios.

C) Que cada persona crece y desarrolla nuevas habilidades a su propio ritmo.

3. Cuando enfrentas un cambio importante durante tu crecimiento, ¿qué suele ayudarte más?

A) Comprender por qué ocurre y pensar en lo que puede producir.

B) Conversar con personas de confianza y conocer sus experiencias.

C) Aprender nuevas formas de responder y adaptarme a la situación.

4. Cuando recuerdas cómo eras algunos años atrás, ¿qué notas con mayor facilidad?

A) Que han cambiado algunas de mis ideas, intereses y formas de resolver situaciones.

B) Que también han cambiado mis relaciones, amistades y manera de comunicarme.

C) Que he aprendido habilidades y formas de actuar que antes no tenía.

5. Cuando piensas en los próximos años de tu desarrollo, ¿qué consideras más importante?

A) Comprender los cambios que experimentaré y seguir aprendiendo.

B) Mantener relaciones positivas con las personas que forman parte de mi entorno.

C) Desarrollar nuevas habilidades y aprender a enfrentar diferentes situaciones.

¡SUMA TUS RESULTADOS!

Cuenta: ¿CuántasA?..... ¿CuántasB? ..... ¿CuántasC? ..... ¿CuántasD? .....

RESULTADOS:

La letra que aparece más veces muestra la tendencia que aparece con mayor frecuencia en tus respuestas. Este resultado no define cómo eres, sino que permite reconocer una forma de comprender el desarrollo humano.

Mayoría A — Comprendes los cambios

Sueles interesarte por conocer las razones de los cambios que ocurren mientras una persona crece. Observas cómo evolucionan las ideas, los aprendizajes, las emociones y las formas de actuar.

Tu desafío:Recordar que el desarrollo no depende de un solo aspecto, sino de la relación entre diferentes cambios y experiencias.

Mayoría B — Valoras las relaciones

Reconoces que la familia, las amistades, la escuela y otras relaciones forman parte de las experiencias que acompañan el desarrollo. Te interesa comprender cómo el entorno influye en las personas.

Tu desafío:Comprender que también existen cambios personales que dependen de las características y experiencias de cada individuo.

Mayoría C — Aprendes y te adaptas

Consideras que crecer implica adquirir nuevas habilidades, aprender de las experiencias y encontrar diferentes formas de responder ante las situaciones que aparecen durante el desarrollo.

Tu desafío:Comprender que adaptarse no significa actuar de la misma manera en todas las situaciones.

UN CAMBIO INESPERADO



Cuando Damián comenzó el segundo curso de secundaria, imaginaba que sería un año parecido al anterior. Conocía a sus compañeros, tenía un grupo de amigos y participaba en el equipo deportivo del colegio. Su rutina parecía estable. A mitad del año, su familia tuvo que trasladarse a otra ciudad por motivos laborales. La noticia cambió sus planes de manera repentina. Tendría que dejar el colegio, separarse de sus amigos y comenzar nuevamente en un lugar desconocido.

Durante las primeras semanas, Damián se mostró distante. Extrañaba las conversaciones del recreo, los entrenamientos y las actividades que realizaba con sus amigos. En el nuevo colegio permanecía en silencio y prefería trabajar solo. Cada dificultad confirmaba una idea que se repetía con frecuencia, nada sería igual.

Una tarde recibió un mensaje de un antiguo compañero. Le preguntaba cómo estaba y le contaba algunas novedades del curso. La conversación fue breve, pero produjo un cambio. Damián comprendió que podía conservar algunos vínculos a pesar de la distancia. Al mismo tiempo, comenzó a observar con mayor atención lo que ocurría en su nuevo entorno.

Un compañero del curso notó que llevaba una camiseta de un equipo deportivo y le preguntó si practicaba alguna disciplina. A partir de esa conversación surgió una invitación para participar en un entrenamiento. Damián aceptó, aunque al principio se sintió incómodo. Los primeros días no fueron fáciles. Desconocía las reglas del grupo y cometió varios errores durante las prácticas. En otra época, esos errores habrían sido motivo suficiente para abandonar. Esta vez decidió continuar.

Con el paso de las semanas comenzó a conocer a sus nuevos compañeros. También descubrió actividades que no había considerado antes. Poco a poco, la nueva ciudad dejó de parecer completamente extraña. Meses después, el joven recordó cómo se había sentido al recibir la noticia



del traslado. Todavía extrañaba su antiguo colegio y a sus amigos. La situación no había desaparecido ni se había convertido en algo agradable de un día para otro. Lo que había cambiado era su manera de enfrentarla.

Había aprendido que adaptarse no significa olvidar lo que se deja atrás. Tampoco significa sentirse bien todo el tiempo. A veces consiste en aceptar que una situación cambió, reconocer lo que resulta difícil y buscar nuevas posibilidades sin abandonar aquello que es importante. Damián comprendió que algunas experiencias no pueden elegirse, pero sí es posible decidir cómo afrontarlas y qué aprendizajes pueden surgir de ellas.

Proceso de comprensión

Nivel literal

Responde las preguntas.

1. ¿En qué curso estaba Damián cuando comenzó la historia?

Resp. .....

2. ¿Cómo imaginaba Damián que sería ese año?

Resp. .....

Subraya la respuesta correcta.

1. ¿Qué actividad realizaba Damián después del colegio?

a) Estudiaba música. b) Practicaba fútbol. c) Practicaba natación.

2. ¿Qué ocurrió a mitad del año?

a) Damián cambió de colegio. b) Damián dejó de estudiar. c) Damián viajó lejos.

3. ¿Qué actividad comenzó a realizar Damián con sus nuevos compañeros?

a) Actividades de robótica. b) Actividades de dibujo. c) Actividades deportivas.

Relaciona cada personaje con la acción que corresponde.

Damián ▶	◀ Le enviaron un mensaje de despedida.
Antiguo compañero ▶	◀ Comenzaron a acercarse poco a poco.
Nuevos compañeros ▶	◀ Intentó adaptarse al nuevo colegio.

Nivel inferencial

Subraya la opción correcta.

1. ¿Por qué Damián se sintió incómodo al llegar al nuevo colegio?

a) Porque debía adaptarse a un ambiente desconocido.

b) Porque no quería continuar estudiando.

c) Porque había decidido abandonar el fútbol.

2. ¿Por qué Damián observaba con mayor atención lo que ocurría en su nuevo entorno?

a) Quería encontrar errores en sus compañeros.

b) Deseaba abandonar las actividades del colegio.

c) Intentaba comprender cómo relacionarse con las nuevas personas.

3. ¿Por qué comenzó a sentirse más cómodo en el nuevo colegio?

a) Porque se integró poco a poco.

b) Porque dejó de recordar su pasado.

c) Porque ya no necesitaba amigos.

Selecciona con un ✓ la opción correcta.

1. ¿Por qué comenzó a sentirse más cómodo en el nuevo colegio?

a) Porque se integró poco a poco.

b) Porque dejó de recordar su pasado.

c) Porque ya no necesitaba amigos.

2. ¿Qué pudo ayudar más a Damián a superar su incomodidad inicial?

a) Permanecer aislado.

b) Evitar a sus compañeros.

c) Participar en las actividades poco a poco.

Nivel crítico

Encierra la respuesta más adecuada, según tu opinión.

1. ¿Por qué crees que Damián pudo descubrir nuevas actividades después del cambio?

a) Porque dejó de interesarse por todo lo que hacía antes.

b) Porque el nuevo ambiente le permitió conocer experiencias diferentes a las que tenía anteriormente.

c) Porque sus antiguos compañeros le enseñaron robótica.

2. ¿Por qué cambiar de ambiente no significa necesariamente dejar atrás quién se es?

a) Porque una persona puede adaptarse a nuevas situaciones, conocer nuevas personas y conservar sus experiencias, valores e intereses.

b) Porque ninguna persona cambia cuando cambia de colegio.

c) Porque adaptarse significa comportarse exactamente igual que antes.

Responde las preguntas, según tu opinión.

1. ¿Por qué es importante aceptar los cambios?

Resp. .....

2. ¿Qué habrías hecho si estuvieras en el lugar de Damián al llegar a un colegio nuevo? ¿Por qué?

Resp. .....