

Apartado 6

ÉTICA PERSONAL



EL ESPEJO, WILLIAM MERRITT CHASE, 1900



Ética personal.

Definición general.

La ética personal se refiere a los principios y valores morales que una persona elige seguir en su vida cotidiana. Es el conjunto de normas y creencias que guían su comportamiento y decisiones, y que determinan cómo se relaciona con los demás y consigo mismo.

La ética personal implica la reflexión sobre lo que se considera correcto o incorrecto, justo o injusto, y actuar de acuerdo con esos principios. Estos principios éticos pueden ser influenciados por la cultura, la religión, la educación y las experiencias personales.

Algunos aspectos importantes de la ética personal incluyen:

1. Responsabilidad: Tomar responsabilidad de las propias acciones y asumir las consecuencias de ellas.
2. Honestidad: Actuar con sinceridad y decir la verdad en todas las situaciones.
3. Respeto: Tratar a los demás con consideración, dignidad y valorar su autonomía y perspectivas.
4. Justicia: Actuar de manera imparcial y equitativa, respetando los derechos y necesidades de todas las personas.
5. Empatía: Ser capaz de ponerse en el lugar de los demás, entender sus emociones y actuar con compasión.



6. Integridad: Mantener la coherencia entre los valores y principios personales y las acciones realizadas.

7. Generosidad: Estar dispuesto a ayudar y ser solidario con los demás, compartiendo recursos y brindando apoyo cuando sea necesario.

Es importante destacar que la ética personal es un proceso en constante evolución y cada individuo puede tener sus propias interpretaciones y prioridades éticas. La práctica de una ética personal sólida puede contribuir a la construcción de relaciones saludables, una vida equilibrada y el desarrollo de una sociedad más justa y ética.

1. La ética en la vida cotidiana.

Para vivir la ética en la vida cotidiana se pueden seguir varios consejos, entre los cuales ponemos mencionar de manera no limitativa los siguientes:

1. Reflexiona sobre tus valores: Tómate un tiempo para identificar cuáles son tus valores personales y qué principios éticos son importantes para ti. Esto te ayudará a tener una base sólida para tomar decisiones éticas.
2. Sé consciente de tus acciones: Mantén una actitud de conciencia y atención plena en tus acciones diarias. Pregunta a ti mismo si tus acciones están alineadas con tus valores éticos y si están causando un impacto positivo en los demás y en el entorno.
3. Cultiva la empatía: Intenta entender y ponerse en el lugar de los demás. Practica la empatía al escuchar y respetar las opiniones y perspectivas de los demás, incluso si difieren de las tuyas.
4. Sé honesto y transparente: Cultiva la honestidad en tus palabras y acciones. Evita la mentira, el engaño y la manipulación, y busca la transparencia en tus relaciones y comunicaciones.
5. Respeta la diversidad: Valora y respeta la diversidad de opiniones, culturas y formas de vida. Aprende a convivir con personas que piensan y actúan de manera diferente a ti, siempre y cuando no viole los derechos humanos o la dignidad de los demás.
6. Cumple tus compromisos: Sé responsable y cumple tus promesas y compromisos, tanto en el ámbito personal como en el profesional. Esto demuestra integridad y confianza en tus relaciones.
7. Contribuye al bienestar de los demás: Busca oportunidades para ayudar a los demás y hacer una diferencia positiva en sus vidas. Esto puede ser a través de acciones pequeñas o grandes, como ser amable, brindar apoyo o participar en actividades solidarias.

Recuerda que vivir la ética en la vida cotidiana es un proceso constante y requiere práctica. A medida que te esfuerzas por tomar decisiones éticas y actuar de manera coherente con tus valores, estarás contribuyendo a construir un entorno más ético y promover relaciones saludables y respetuosas con los demás.

2. La ética en las relaciones personales.

La ética desempeña un papel fundamental en las relaciones interpersonales, ya que establece las pautas y principios para una conducta moralmente aceptable y respetuosa hacia los demás. En nuestras interacciones diarias, la ética nos brinda un marco de referencia para tomar decisiones y actuar de manera coherente con nuestros valores y principios. En primer lugar, la ética fomenta el respeto mutuo y la valoración de la dignidad de cada individuo. Reconoce la igualdad de todos los seres humanos y establece el compromiso de tratar a los demás con consideración, evitando cualquier forma de discriminación o abuso.

La ética también promueve la confianza y la honestidad en las relaciones interpersonales. Al ser honestos en nuestras comunicaciones y comportamientos, generamos un ambiente de confianza y construimos relaciones sólidas basadas en la transparencia y la integridad.

La empatía y la compasión son otros aspectos clave de la ética en las relaciones interpersonales. Al ponerse en el lugar del otro y tratar de comprender sus perspectivas y sentimientos, podemos establecer conexiones más profundas y responder de manera compasiva en situaciones difíciles.

La responsabilidad personal también desempeña un papel importante. La ética nos insta a ser conscientes de nuestras acciones y asumir la responsabilidad de sus consecuencias. Reconocemos el impacto que nuestras decisiones pueden tener en los demás y estamos dispuestos a rendir cuentas por ellas.

Además, la ética busca promover la justicia y la equidad en las relaciones interpersonales. Buscamos tratar a los demás de manera justa, evitando cualquier forma de favoritismo o discriminación, y buscamos soluciones equitativas a los conflictos o desafíos que puedan surgir.

En resumen, la ética juega un papel fundamental en las relaciones interpersonales al establecer las bases para el respeto, la honestidad, la empatía, la responsabilidad, la justicia y la equidad. Al vivir de acuerdo con estos principios éticos, cultivamos relaciones más saludables, significativas y satisfactorias con los demás.

3. La ética y la autorrealización.

La ética y la autorealización están estrechamente relacionadas, ya que ambas se centran en el desarrollo y el crecimiento personal. La ética se refiere a los principios y valores morales que guían nuestras acciones, mientras que la autorealización se trata de alcanzar nuestro potencial máximo como seres humanos.

La ética nos proporciona un marco de referencia para tomar decisiones y actuar de manera coherente con nuestros valores y principios. Nos ayuda a discernir entre lo correcto y lo incorrecto, lo bueno y lo malo, y nos orienta hacia una conducta moralmente aceptable. Al vivir de acuerdo con principios éticos, nos sentimos bien con nosotros mismos y experimentamos una sensación de integridad y coherencia.

La autorealización, por otro lado, se refiere al proceso de desarrollar nuestro potencial humano y alcanzar una vida plena y significativa. Implica identificar y cultivar nuestros talentos, habilidades y pasiones, así como buscar el crecimiento personal y la autorrealización en todas las áreas de nuestra vida. Cuando vivimos de acuerdo con principios éticos, estamos en armonía con nuestros valores más profundos y nos brinda una guía clara para tomar decisiones que nos acerquen a la autorealización. La ética nos ayuda a tomar decisiones conscientes y responsables que promueven nuestro bienestar y el de los demás.

Además, la ética también está relacionada con el desarrollo de virtudes y cualidades humanas positivas, como la honestidad, la compasión, la empatía y la justicia, que son fundamentales para la autorealización. Al cultivar estas cualidades éticas, nos convertimos en personas más completas y auténticas, lo que nos permite alcanzar nuestro máximo potencial y vivir una vida significativa y plena.

En resumen, la ética y la autorealización están intrínsecamente vinculadas. La ética proporciona los principios y valores que nos guían hacia una conducta moralmente aceptable, mientras que la autorealización implica el desarrollo de nuestro potencial humano y la búsqueda de una vida plena y significativa. Vivir éticamente nos ayuda a alinear nuestras acciones con nuestros valores y nos acerca a la autorealización al cultivar virtudes y cualidades humanas positivas.

4. La ética y la felicidad.

La ética y la felicidad están estrechamente relacionadas, ya que ambas se centran en alcanzar una vida plena y satisfactoria. La ética se refiere a los principios y valores morales que guían nuestras acciones y decisiones, mientras que la felicidad es un estado de bienestar subjetivo y duradero. La ética nos proporciona un marco de referencia para tomar decisiones éticas y actuar de acuerdo con nuestros valores y principios morales. Al vivir de manera ética, nos sentimos bien con nosotros mismos, experimentamos una sensación de integridad y coherencia, y fortalecemos nuestras relaciones con los demás. La ética nos ayuda a establecer relaciones basadas en la confianza, el respeto y la justicia, lo que contribuye a nuestro bienestar emocional y social.

Por otro lado, la felicidad se relaciona con la satisfacción y el bienestar general en la vida. Si bien la felicidad es un concepto subjetivo y puede variar para cada persona, numerosos estudios han demostrado que existen factores comunes que contribuyen a la felicidad, como las relaciones saludables, el sentido de propósito, el desarrollo personal y la contribución a la comunidad. Vivir éticamente puede promover la felicidad, ya que actuar de acuerdo con nuestros valores y principios morales nos brinda una sensación de satisfacción y realización personal. Además, la ética también implica considerar el impacto de nuestras acciones en los demás y buscar el bien común, lo que puede fortalecer nuestras relaciones y contribuir a un entorno social más armonioso y satisfactorio.

En resumen, la ética y la felicidad están interconectadas. La ética nos proporciona un marco para tomar decisiones éticas y vivir de acuerdo con nuestros valores, lo que a su vez puede promover la felicidad y el bienestar personal. Al actuar éticamente, cultivamos relaciones saludables, contribuimos al bienestar de los demás y encontramos un sentido más profundo en nuestras vidas, lo que nos acerca a una vida más plena y satisfactoria.

Instrucciones.

Actividades propuestas para reforzamiento de lo aprendido.



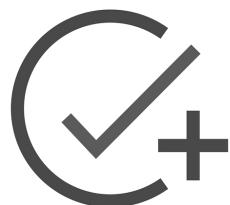
ACTIVIDAD 6.1

Piensa en 3 valores que son fundamentales para que una persona sea una persona ética. Redacta con tus palabras una definición y haz con ella un flyer tamaño media carta.



ACTIVIDAD 6.2

Imprime el flyer de la actividad en 10 tantos y comienza un breve campaña de difusión sobre valores, anota reacciones y documenta comentarios sobre el tema.



ACTIVIDAD 6.3

Escribe tu Decálogo ético en donde enumeres lo que una persona de bien debe hacer. Desarrolla dicho decálogo en una infografía.



- Practicum y Proyecto Formativo: Guí a curricular del profesor 2012, Ética y Valores Ly II, Educación Media, Primero de Bachillerato, Bachillerato Anáhuac.
- Programa de estudios de la Subsecretaría de Educación Media Superior de la Dirección General del Bachillerato de Secretaría de Educación, Ética I.
- Programa de estudios de la Subsecretaría de Educación Media Superior de la Dirección General del Bachillerato de Secretaría de Educación, Ética II.
- MacIntyre. Alasdair (2006). Historia de la ética. ISBN 978-84-493-1930-3.
- Aristóteles (1993). Ética a Nicómaco. [siglo V a. C.]. Universitat de València. ISBN 9788437014029.
- Kant, Immanuel, 1724-1804, Fundamentación de la metafísica de las costumbres / M. Kant; [traducción del alemán por Manuel García Morente], Madrid, Espasa-Calpe, 1980. *En formato HTML, Biblioteca Ceervantes*.
- Mill, John Stuart (18 de agosto de 2017). El Utilitarismo. CreateSpace Independent Publishing Platform. ISBN 978-1-9746-6258-6.
- Maliandi, Ricardo (2004). Ética: conceptos y problemas.
- Christopher W. Gowans (ed.): Moral Dilemmas. Nueva York, Oxford: Oxford University Press, 1987; ISBN 0195042719.
- INTRODUCCION A LA ETICA, Autor: Raúl Gutiérrez Sáenz, Editorial: Esfinge, ISBN: 9789707821491
- <https://dle.rae.es/>

