**Tema: Asumir actitudes para mejorar el comportamiento**

**1. Introducción**

Cada día tomamos muchas decisiones: cómo hablar, cómo responder, cómo tratar a los demás.
Tener una **buena actitud** no significa ser perfecto, sino **decidir hacer lo correcto aunque no sea fácil**.

El escritor **Stephen Covey** decía que *“entre lo que me pasa y lo que hago, hay un espacio, y ahí puedo elegir mi actitud”*.
Eso quiere decir que nadie puede obligarte a tener una mala actitud; tú eliges si te dejas llevar por la rabia o por la calma.

**2. A qué tengo derecho, pero qué no debo**

Todos tenemos derechos, pero también **límites**.
Por ejemplo:

| **Tengo derecho a...** | **Pero no debo...** |
| --- | --- |
| Expresarme libremente | Ofender o insultar a otros |
| Ser feliz | Hacer daño para lograrlo |
| Tener mi opinión | Destruir la de los demás |
| Tener cosas | Ser egoísta o presumido |
| Ser escuchado | Gritar o imponer mi palabra |

El filósofo **Aristóteles** decía que *“la excelencia no es un acto, sino un hábito”*.
Eso quiere decir que el buen comportamiento se entrena todos los días con pequeñas decisiones.

**3. Lo que enseña la Biblia**

La Biblia dice:

“Todo me está permitido, pero no todo es bueno para mí.”
*(1 Corintios 10:23)*

Eso significa que aunque **puedas** hacer muchas cosas, **no todas te ayudan a crecer** ni te hacen mejor persona.
Ser maduro es saber cuándo **detenerse** y **pensar antes de actuar**.

**4. Historia árabe: El califa y el vaso de leche**

Un día, un joven sirviente estaba sirviendo leche a un califa (un gobernante muy sabio).
De repente, tropezó y derramó toda la leche sobre la túnica del califa. Todos esperaron un grito o un castigo, pero el califa solo sonrió y dijo:

“El fuego de la ira puede destruir, pero si lo apagas con paciencia, puede iluminar tu corazón.”

El joven se sintió aliviado y aprendió una gran lección: **el poder verdadero está en controlar tus emociones**.

**Enseñanza:** Tener una buena actitud es ser dueño de uno mismo, no de los demás.

**5. Autores que nos ayudan a pensar**

* **Stephen Covey:** La actitud correcta es la base del éxito.
* **Viktor Frankl:** Siempre puedes elegir cómo responder, aunque no puedas elegir lo que te pasa.
* **Daniel Goleman:** El autocontrol es una muestra de inteligencia emocional.
* **Aristóteles:** Somos lo que hacemos cada día.

**Taller 1: Preguntas abiertas**

1. ¿Qué significa para ti tener una buena actitud?
2. ¿Por qué crees que algunas personas reaccionan mal cuando algo no sale como quieren?
3. ¿Qué enseñó el califa cuando no se enojó con el sirviente?
4. ¿Cómo puedes aplicar esa historia en tu vida escolar?
5. ¿Por qué tener derechos no significa hacer lo que uno quiera?
6. ¿Qué pasa cuando alguien quiere ser feliz haciendo daño a otros?
7. ¿Cómo puede mejorar tu grupo si todos cambian su actitud?
8. ¿Por qué se dice que el autocontrol es una forma de poder?
9. ¿Qué actitud te gustaría cambiar para ser una mejor persona?
10. ¿Qué significa pensar antes de actuar?

**Taller Falso o Verdadero**

1. Tener buena actitud depende solo del ánimo del día. F
2. Pensar antes de actuar demuestra madurez. V
3. Todos tenemos derechos, pero también deberes. V
4. El autocontrol es una muestra de debilidad. F
5. No todo lo que puedo hacer me conviene hacer. V

**Taller 2: Preguntas abiertas**

1. ¿Qué haces cuando te enojas: reaccionas o piensas primero?
2. ¿Qué actitudes buenas te gustaría que tus compañeros tuvieran?
3. ¿Por qué crees que no todo lo que está permitido es correcto?
4. ¿Qué te enseña la historia del califa sobre el perdón?
5. ¿Qué puedes hacer para controlar tus emociones cuando algo te molesta?
6. ¿Por qué los valores son más importantes que ganar una discusión?
7. ¿Cómo puedes demostrar una actitud positiva en tu colegio?
8. ¿Qué frase o idea del texto te pareció más importante?
9. ¿Qué pasa cuando todos exigen derechos, pero nadie cumple deberes?
10. ¿Cómo influye tu fe o tus valores en la manera como tratas a los demás?

**Taller Falso o Verdadero**

1. Si alguien me ofende, tengo derecho a responder igual. F
2. Una actitud positiva puede cambiar una mala situación. V
3. Hacer lo correcto a veces requiere paciencia. V
4. Los valores ayudan a tomar buenas decisiones. V
5. Controlar mis emociones es parte de ser un buen líder. V