

Actividades de Educación Filosófica y Emocional

1. Está claro que en la vida lo más fácil y cómodo es hacer lo que hace todo el mundo. De esa manera, estamos más integrados en los grupos y tenemos menos enfrentamientos con los demás. Como escribía Rousseau, "*Pez que lucha contra la corriente tiene el riesgo de morir electrocutado*".

Muchas veces hacemos cosas sencillamente porque las hacen los demás. Por ejemplo, si todos mis compañeros van de botellón, pues yo también voy de botellón. Aunque no me guste. Lo hago para formar parte del grupo, para que no me critiquen o para no ser "el raro" o "la rara" del instituto.

Se considera que una persona es muy influenciable cuando nos influye en exceso lo que nos dicen o hacen los demás. Se considera que una persona es poco influenciable cuando nosotros hacemos lo que creemos que tenemos que hacer, a pesar de lo que dicen los demás.

Vamos a revisar tu nivel de influencia externa.

- a) De 1 a 10, siendo 1 poco influenciable y 10 muy influenciable, ¿cuánto de influenciable crees que eres?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

- b) ¿Alguna vez has hecho algo en contra de tus principios por la presión social o por la insistencia de tus amigos?

- c) ¿Cómo te sentiste?

- d) ¿Quiénes son los que más te influyen? Pon una valoración del 0 al 10, siendo 0 que no te influyen nada y 10 que te influyen mucho. Puedes colocar cuantos consideres. (Por ejemplo, a mí la opinión de mi padre me influía un 90%, y la de mi madre, sobre un 70%)

Mi padre	
Mi madre	
Mi pareja	
Mis amigos	
Mi hermano o hermanos	
Los <i>youtubers</i>	
Los <i>instagramers</i>	