

GUÍA DE APOYO AL APRENDIZAJE

Curso:	Octavo año
Asignatura:	Religión
Docente:	Mónica Cuevas M
Semana:	Semana 16
Objetivo de la clase:	Reconocer los valores que son necesarios para lograr la felicidad.

INICIO: ¡Hola!, esperando que te encuentres muy bien, hoy trabajaremos con los valores de la amabilidad, la alegría, la cooperación y el optimismo. Ellos son muy necesario para que una persona sea feliz y proyecte hacia las demás emociones positivas. El valor de la Felicidad es la capacidad que tiene una persona para vivir en un estado de bienestar, el cual está caracterizado por otras emociones. Lee atentamente cada uno de los siguientes consejos y descargar

<p>Gracias, Gracias, Gracias: Sé Un Ser Muy Agradecido. La gratitud trae felicidad, la ciencia lo dice. Hace algún tiempo se realizó un estudio entre personas a las que se les colocaba como tarea agradecer por tres cosas todas las noches durante 21 días. Al concluir el estudio se comprobó que estas personas habían incrementado su nivel de satisfacción y felicidad ante la vida.</p>	<p>Sonríe: Estudios muestran que una sonrisa verdadera es tan fuerte, que incluso cuando hablamos por teléfono y estamos sonriendo, al otro lado de la línea puede sentirse nuestra expresión. Es importante además resaltar que la risa y la sonrisa son contagiosas y producen bienestar. Si no te sale natural, simplemente esfuérate por sonreír, ya verás como</p>
<p>Perdón Y Olvido, El Rencor Solo Hace Daño Al Que Lo Tiene. Hace tiempo escuché la historia de dos personas (padre e hijo) que habían dejado de hablarse hace 10 años. Ellos se habían convertido en algo peor que enemigos, se habían vuelto desconocidos. Un día tuvieron que encontrarse por una muerte en común que los unía de nuevo, y sin mediar palabra, lo único que pudieron hacer fue abrazarse, y llorar después de tanto tiempo. sin necesidad de presionarte, estarás sonriendo sin problema alguno.</p>	<p>Da Siempre Que Puedas, Recibe Con El Mismo Entusiasmo</p> <p><i>Dar es mejor que recibir</i>, esta es una frase que ha estado muy de moda, sin embargo, no sé si sea cierta. Lo que sí han comprobado estudios, es que cuando damos de forma constante y lo hacemos en cualquier circunstancia, se incrementa nuestra felicidad.</p>

https://www.youtube.com/watch?v=PTmjS8_-Vh4