

Lectura

Ser autor de la identidad (Versión adaptada)


Indicaciones para leer independientemente

Lea el texto usted solo. Mientras lee, realice anotaciones en el margen izquierdo para registrar sus ideas sobre la relación entre la identidad y la narración. **Utilice estos símbolos para hacer sus anotaciones:**

- ♥ = **Idea** (cuando la línea o la frase contiene algo que le gusta o que le da una idea)
- ? = **Pregunta** (cuando no entienda la línea o la frase o tenga una pregunta específica sobre ella)
- ! = **Epifanía** (cuando acaba de aprender algo importante sobre usted mismo, la gente en general o el mundo a partir de esta línea o frase)

NO conteste las preguntas en los cuadros grises. NO complete el cuadro ¡La hora de IPE! (Ideas, Preguntas y Epifanías) o las preguntas de contexto.

Anotaciones	Conexión entre identidad y narración	DEFINICIONES
♥ = Idea ? = Pregunta ! = Epifanía	<p>A medida que crecemos, es importante hacernos la pregunta: "¿quién soy yo?". Parece una pregunta sencilla, pero no lo es. La identidad (lo que somos) es compleja, multidimensional, y fluida. Para todos los seres humanos, una parte clave (<i>importante</i>) en el desarrollo de nuestra identidad es la <i>narración</i>. A medida que crecemos, conocemos gente nueva y experimentamos cosas nuevas. Nuestro cerebro organiza toda esta información en forma de historias. La forma en la que nos contamos estas historias nos ayuda a desarrollar nuestra identidad. La autora y periodista Emily Esfahani Smith lo explica de esta manera:</p> <p style="padding-left: 40px;">Todos nos contamos historias. La mayoría de las historias que hemos leído o escuchado siguen patrones simples. Pero nuestras vidas no siguen patrones simples. Nuestras experiencias e identidades están en constante cambio, y por eso tenemos que crear historias en nuestra mente para lograr dar sentido (<i>entender</i>) todo. Tomamos todas las piezas dispares (<i>diferentes</i>) de nuestras vidas y las unimos en una gran historia. Cuando creamos esta gran historia, podemos ver nuestras vidas como algo coherente. Los psicólogos afirman que cuando vemos nuestras vidas como una historia coherente, esto nos ayuda a comprender o entender quiénes somos en el mundo.¹</p>	<p>Multidimensional: tiene diferentes partes.</p> <p>fluida: puede cambiar fácilmente.</p> <p>patrones: está organizado de una manera parecida.</p> <p>en constante cambio: siempre cambiante.</p> <p>coherente: tiene un orden claro, conectado y lógico.</p>

¹ Adaptado de Emily Esfahani Smith, "The Two Kinds of Stories We Tell About Ourselves," Página web de TED (IDEAS.TED.com), 12 de enero de 2017.

PREGUNTA PARA REFLEXIONAR: ¿por qué una vida coherente puede tener más sentido que una vida incoherente (no coherente)?

Una vida coherente puede tener más sentido que una vida incoherente porque _____

♥ = Idea ? = Pregunta ! = Epifanía

Anotaciones	Definición de la identidad narrativa	DEFINICIONES
	<p>Las historias que nos contamos a nosotros mismos sobre lo que vemos, oímos y experimentamos nos ayudan a crear nuestra propia y única (<i>especial e individual</i>) identidad. Es a través de estas historias que dejamos saber a otras personas quiénes somos.</p> <p>El psicólogo Daniel McAdams cree que estas historias forman una <i>identidad narrativa</i>. Una <i>identidad narrativa</i> es otra forma de referirse a la historia de la vida de una persona. Nuestra identidad narrativa tiene muchas partes: nuestros recuerdos del pasado, nuestras historias sobre el presente y nuestras ideas sobre lo que podría ocurrir en el futuro.</p> <p>McAdams describe la <i>identidad narrativa</i> como la historia que creas sobre ti mismo, tu propio mito. Al igual que los mitos, nuestra identidad narrativa tiene diferentes tipos de personajes (héroes y villanos), acontecimientos importantes, desafíos que superar y lucha emocional. Cuando queremos que la gente nos entienda, les contamos nuestra historia (o sólo partes de ella); cuando queremos saber quién es otra persona, le pedimos que comparta una parte de su historia. ¹</p>	<p>psicólogo: una persona que estudia cómo piensa la gente.</p> <p>mito: una historia que intenta explicar por qué algo es como es.</p> <p>superar: solucionar un problema.</p> <p>lucha emocional: tener dificultades con sentimientos como el amor, la tristeza o la ira.</p>

PREGUNTA PARA REFLEXIONAR: ¿sugiere Daniel McAdams que la identidad narrativa de cada persona es verdadera, falsa o algo intermedio? ¿Qué razones tiene para pensar así?

Creo que Daniel McAdams sugiere que la identidad narrativa de cada persona es _____

¹ Adaptado de Emily Esfahani Smith, "The Two Kinds of Stories We Tell About Ourselves," Página web de TED (IDEAS.TED.com), 12 de enero de 2017.

♥ = Idea ? = Pregunta ! = Epifanía

Anotaciones	Ser autor de la identidad: Parte 1	DEFINICIONES
	<p>Al igual que los libros que leemos, las historias que contamos sobre nuestras vidas tienen personajes, escenarios, tramas y temas.¹ Y, al igual que un autor, tomamos <i>decisiones narrativas</i>. Esto significa que decidimos qué partes de nuestras identidades o historias queremos compartir con otras personas y qué partes queremos mantener en privado. Esto es un <i>proceso activo</i>. Nuestras decisiones narrativas están influenciadas por nuestras relaciones con otras personas, especialmente con nuestra familia y amigos. Nuestras decisiones narrativas también están influidas por nuestras experiencias en el mundo. El psicólogo y experto en desarrollo adolescente Michael J. Nakkula lo explica así:</p> <p style="padding-left: 40px;">No creamos nuestras historias de vida nosotros solos. Estamos en un estado constante de (siempre) creación de lo que somos junto a las personas más cercanas a nosotros y dentro de esos contextos que tienen más significado para nuestro día a día.²</p>	<p>contextos: diferentes partes de nuestras vidas (por ejemplo, la escuela o el hogar).</p>

PREGUNTA PARA REFLEXIONAR: en el texto que acaba de leer, dice: “Esto significa que decidimos qué partes de nuestras identidades o historias queremos compartir con otras personas y qué partes queremos mantener en privado”. ¿Qué tipo de historias le cuenta a los demás sobre usted?

El tipo de historias que le cuento a los demás sobre mí incluyen _____

¿Qué tipo de historias prefiere mantener privadas? El tipo de historias que prefiero mantener privadas incluye _____

1 Adaptado de Dan P. McAdams, “Identity and the Life Story,” *Autobiographical Memory and the Construction of a Narrative Self*, editado por Robyn Fivush y Catherine A. Haden (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 2003), 187.
 2 Michael J. Nakkula and Eric Toshalis, *Understanding Youth: Adolescent Development for Educators* (Cambridge, MA: Harvard Education Press, 2008), 6.

Ser autor de la identidad: Parte II	DEFINICIONES
<p>Durante la adolescencia, los jóvenes exploran sus identidades a través de la participación con otros adolescentes, formando amistades, emprendiendo nuevas actividades e intereses, poniendo a prueba los límites y asumiendo riesgos. Dan sentido (entienden) a todas estas nuevas experiencias a través de la narración. Los psicólogos Mike Nakkula y Eric Toshalis creen que los jóvenes aprenden a entenderse a sí mismos contándose estas historias en su cabeza. La editora de Atlantic, Julie Beck, resume esta idea:</p> <p style="padding-left: 40px;">Estas historias se convierten en una forma de identidad. La gente toma decisiones sobre qué incluir en la historia y cómo contarla. Estas decisiones pueden influir en lo que la persona es y en lo que puede llegar a ser. La historia de una vida no se limita a decir lo que le ocurrió a la persona. La historia explica cómo lo que ocurrió en el pasado ayudó a la persona a convertirse en lo que es hoy y en lo que puede llegar a ser en el futuro.¹</p>	<p>adolescencia: el periodo de tiempo comprendido entre los 10 y los 20 años de edad.</p> <p>participar: tener contacto con alguien; hablar, pasar tiempo, etc.</p>
<p>PREGUNTA PARA REFLEXIONAR: piense en dos personas importantes en su vida (por ejemplo, un amigo y un familiar). ¿En qué se diferencian las historias que les cuenta sobre usted?</p> <p>Las historias que cuento a estas dos personas sobre mí son diferentes porque _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	



Indicaciones para leer por segunda vez con un compañero

1. Lea nuevamente el texto con un compañero. Léanse por turnos en voz alta el uno al otro.
2. Si se le ocurren nuevas ideas, preguntas o epifanías, añada estas anotaciones a las que hizo durante la primera lectura.
3. Respondan juntos las **preguntas para reflexionar** en los cuadros grises al final de cada sección.
4. No hable de sus anotaciones; espere hasta que llegue a **¡La hora de IPE!** en la página siguiente. Lea las indicaciones para poder compartir sus anotaciones con los demás.
5. Responda las **preguntas de contexto** de la página 6 después de ¡La hora de IPE!

¹ Adaptado de Julie Bleck, "Life's Stories," *The Atlantic*, 10 de agosto de 2015.



Preguntas de contexto

Indicaciones:

1. Lean las preguntas de contexto que aparecen a continuación e intenten responderlas juntos.
2. Esté preparado para compartir sus respuestas con toda la clase.

1. ¿Cuáles son los **riesgos** (*peligros*) y las **recompensas** (*ventajas*) de compartir sus historias en persona o en las redes sociales?
¿Qué razones tiene para pensar así?

Los riesgos de compartir mis historias en persona o en las redes sociales incluyen...

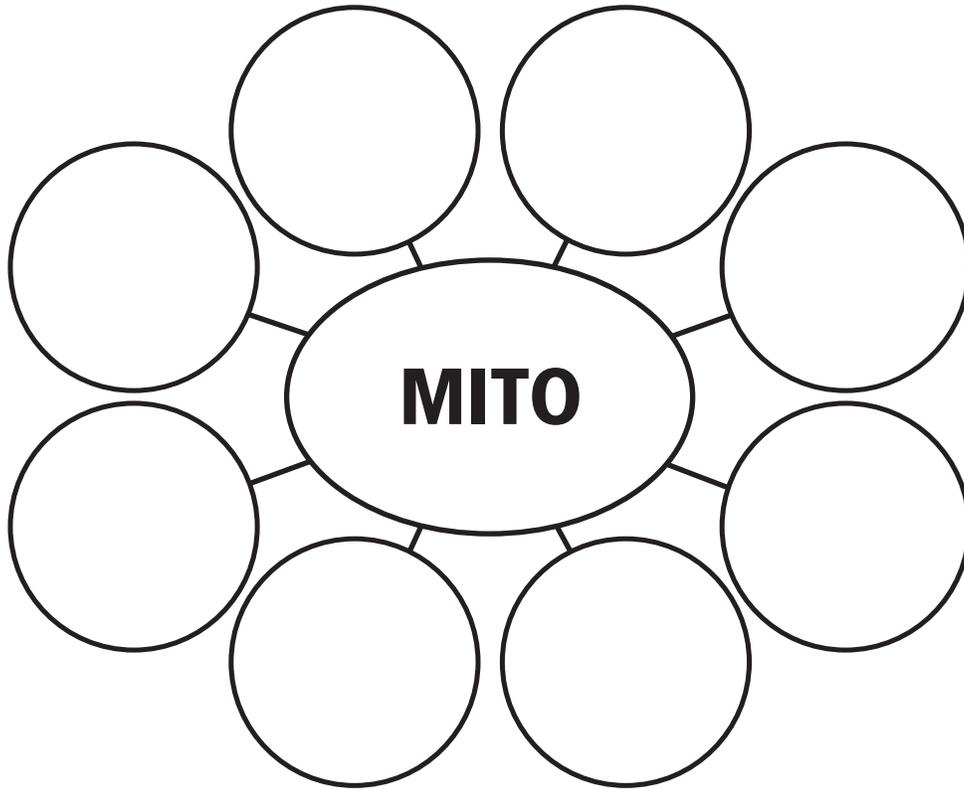
Las recompensas de compartir mis historias en persona o en las redes sociales incluyen...

2. ¿Cómo puede el compartir historias personales ayudar a alguien a sentirse escuchado y reconocido?

Compartir historias personales puede ayudar a alguien a sentirse escuchado y reconocido...

3. Para explicar el concepto de identidad narrativa, McAdams lo describe como "una historia que uno crea sobre si mismo, su propio mito personal".

a. ¿Qué palabras o ideas asocia con "mitos"?



b. ¿Por qué cree que McAdams elige la palabra "mito" para describir la identidad narrativa en lugar de simplemente "historia"?

McAdams elige la palabra "mito" en lugar de "historia" para describir la identidad narrativa porque...

c. ¿Cómo puede ayudarnos el pensar en la identidad narrativa como un “mito personal” a entender la relación entre la identidad (quiénes somos) y la narración (las historias reales e imaginadas que contamos sobre nosotros mismos, otras personas y nuestras experiencias en el mundo)?

Pensar en la identidad narrativa como un “mito personal” puede ayudarnos a entender la relación entre la identidad y la narración de historias...

d. ¿Cómo pueden estas historias influir en quiénes somos ahora y en quiénes nos convertimos en el futuro?

Estas historias pueden influir en quiénes somos ahora y en quiénes nos convertimos en el futuro . . .