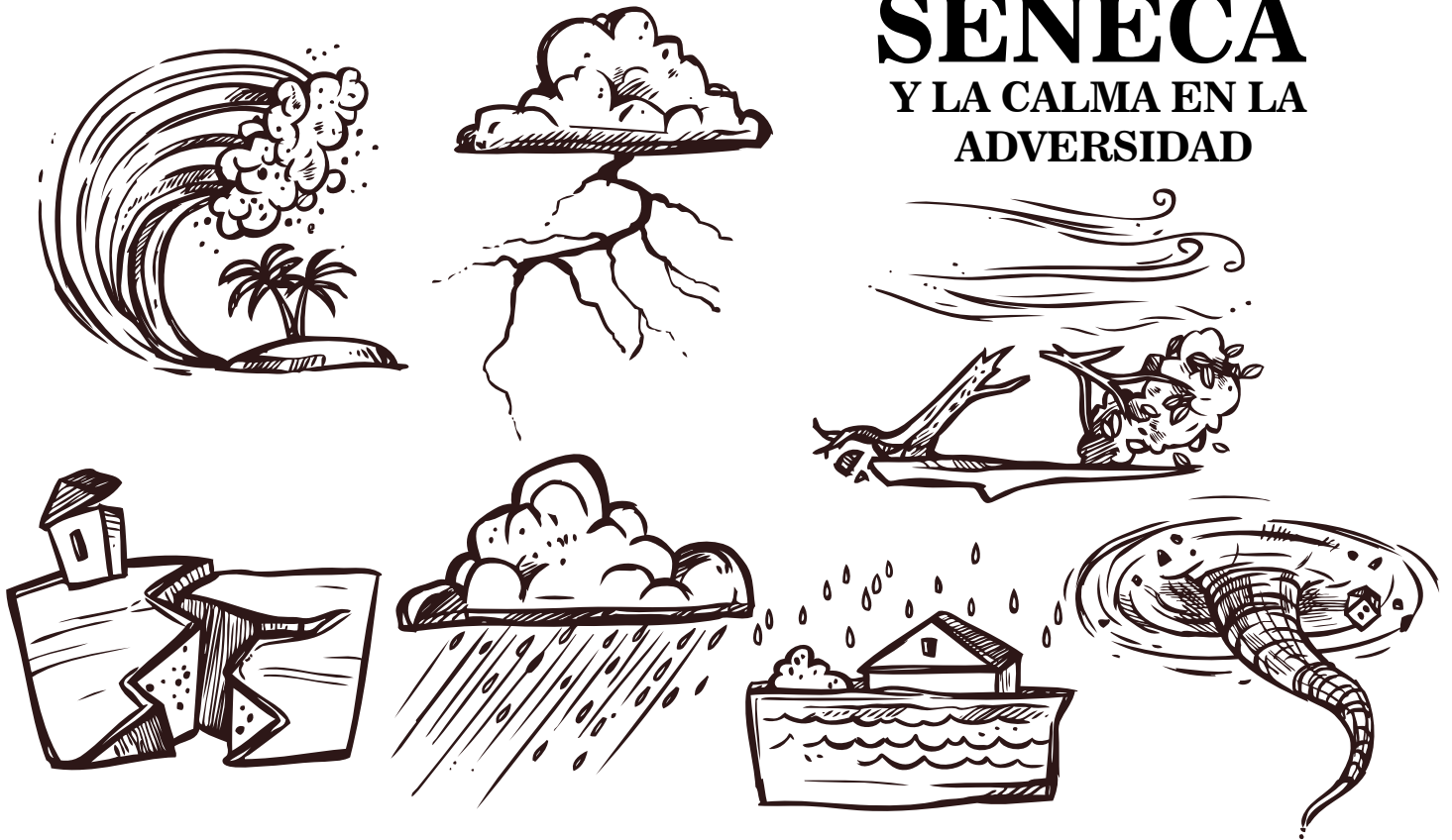


SÉNECA

Y LA CALMA EN LA ADVERSIDAD



Cada uno de estos desastres representa un problema de la vida diaria. Recorta y pega en tu cuaderno cada imagen. Luego, elige una y escribe un ejemplo de situación cotidiana que se asemeje a ella. A continuación, identifica un principio estoico de la tabla, describe una actitud a practicar para enfrentarlo y otra actitud a evitar. Repite este proceso para todos los dibujos.

N	Principio Estoico	Actitud a Practicar	Actitud a Evitar
1	Aceptación	Serenidad ante lo inevitable	Quejas constantes
2	Distinción del control	Enfocarse en lo propio	Preocupación por lo externo
3	Virtud como bien supremo	Buscar la excelencia moral	Codicia o ambición desmedida
4	Anticipación de los problemas	Preparación mental	Negación de los problemas
5	Tranquilidad	Calma en la adversidad	Enfado o desesperación
6	Autodisciplina	Control de deseos	Exceso de caprichos
7	Gratitud	Aprecio por lo presente	Insatisfacción constante