

Educación para la ciudadanía y la convivencia

Ciclo Dos

(Tercero y Cuarto):
Somos promotores de paz,
aprendiendo a actuar
con justicia



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
HUMANANA

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Educación para la Ciudadanía y la Convivencia

Alcalde Mayor de Bogotá
Gustavo Francisco Petro Urrego

Secretario de Educación
Oscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional
Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia
Nohora Patricia Buriticá Céspedes

Jefe Oficina Asesora de Comunicación y Prensa
Rocío Jazmín Olarte Tapia

Directora de Participación y Relaciones
Interinstitucionales y Gerente de Educación
para la Ciudadanía y la Convivencia
Deidamia García Quintero

Directora de Inclusión e Integración de Poblaciones
María Elvira Carvajal Salcedo

Directora de Educación Preescolar y Básica
Adriana Elizabeth González Sanabria

Director de Ciencias Tecnológicas y Medios Educativos (E)
Miguel Godoy Caro

Directora de Bienestar Estudiantil
Mabel Milena Sandoval Vargas

**Educación para la ciudadanía y la convivencia
Ciclo Dos (Tercero y Cuarto):
Somos promotores de paz, aprendiendo
a actuar con justicia**

Equipo técnico de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia

Coordinadora Planes Integrales de Educación
para la Ciudadanía y la Convivencia – PIECC
Sandra Liliana León Girón

Coordinadora Gestión del Conocimiento
Olga Lucía Vargas Riaño

Coordinadora Equipo Territorial Ciudadanía y Convivencia
Andrea Cely Forero

Coordinadora Respuesta Integral de Orientación Escolar – RIO
Juliana Ramírez Niño

Coordinador Iniciativas Ciudadanas de
Transformación de Realidades-INCITAR
Edwin Alberto Ussa

Coordinadora Área Temática Ambiente
Gloria Diva Guevara

Coordinadora Área Temática Cuidado y
Autocuidado
Claudia Victoria Téllez

Coordinadora Área Temática Derechos
Humanos y Paz
Claudia Marieta Bermúdez

Coordinadora Área Temática
Diversidad y Género
Emily Johana Quevedo

Coordinador Área Temática
Participación Social y Política
Carlos Eduardo Trejos

**Revisión y edición
de Contenidos - SED**
Sandra Milena Fajardo Maldonado
Nicolás Mojica

FEY ALEGRÍA DE COLOMBIA

Director Nacional
Víctor Murillo Urraca

Coordinador Proyecto Educación
para la Ciudadanía y la Convivencia
Jaime Benjumea Pamplona

Autoría Fe y Alegría
Víctor Martínez Ruiz

Equipo de trabajo
Adelina Peña
Alexander Zarto Marquin

Corrección de estilo
Fernando Carretero Socha

Docentes participantes de la validación del material

IED Alfonso Reyes Echandía
José Fernando Dorado Bravo
IED Alfonso López Pumarejo
Andrés Vanegas
IED Antonio Baraya
Jaime Andrés Castañeda López
IED Arborizadora Alta
Liliana Gaitán Martínez
IED Brasilia-Usme
Carolina Studerus Velasco
IED Brasilia-Usme
Jaime Alberto Niño

Equipo
editorial

IED Brasilia-Usme
John H Rodríguez R
IED Brazuelos
Yolanda Cifuentes
CED Antonio José de Sucre
Elizabeth Magaly Niño Gutiérrez
CED Jacqueline
Adriana Roza Sánchez
CED Motorista
Alexandra López Cardona
CED Rural Mayoría
Cirley Torres García
IED Ciudad de Bogotá
Viviana Patricia Méndez
IED Ciudad de Bogotá
Alejandra Gutiérrez Sallen
IED Ciudad de Bogotá
Julie Andrea Rojas
IED Ciudadela Ed Bosa
Érika Carolina Forero
IED Veinte de Julio
Angélica Valencia Murillo
IED Alfredo Iriarte
Carmen Alicia Vargas Aguilar
IED Atanasio Girardot
Rosaly Jiménez Torres
IED Ciudad Bolívar
Martha C Arango F
IED Gustavo Rojas Pinilla
Martha Patricia Forero Camargo
IED José Félix Restrepo
Hammes Garavito
IED Rafael Delgado Salgado
María Angélica Rincón Palencia
IED República Dominicana
Luz Marina Herrera Rivera
IED Virginia Gutiérrez de Pineda IED
Emilce Herrera Rodríguez
IED República de Colombia
Eduardo Julio Martínez Mesa
IED Ciudad de Bogotá
Deyandoris Vásquez Vargas
IED Monteverde
Silara Ospina Fonseca
IED O.E.A.
Hoovaldo Florez Vahos
IED Paulo Freire
Liliana Ortiz Cárdenas
IED Rural el Destino
Lidia Victoria Osorio
IED Rural Mochuelo Alto
María Ximena Ramírez Ramírez
IED Costa Rica
Nancy Rodríguez Nivia

IED Débora Arango
Yamile Pedraza Velandía
IED Domingo Faustino Sarmiento
Julieta Rojas Chaves
IED Domingo Faustino Sarmiento
Claudia Fabiola Almanza V
IED Domingo Faustino Sarmiento
Clara Varela
IED Domingo Faustino Sarmiento
Dary Esperanza Alba
IED Domingo Faustino Sarmiento
Julieth Rojas
IED Domingo Faustino Sarmiento
Claudia Marcela Flórez
IED El rodeo
Martha Liliana Gutiérrez
IED El Salitre
María Esperanza Castillo Chaparro
IED Fabio Lozano Simonelli
Carlos Guillermo García Acosta
IED Fanny Mikey
Diana Bernal Cuellar
IED Fanny Mikey
Luz Esperanza Hidalgo
IED Floresta Sur
Isabel Moyano Rojas
IED Francisco de Paula Santander
Luis Alberto Gómez Jaime
IED Gustavo Morales Morales
Martha Lucia Henao Cifuentes
IED Gustavo Rojas Pinilla
Patricia Forero C
IED Francisco José de Caldas
Adriana Villota Aguillón
IED Heladio Mejía
Bárbara Otálora
IED Almirante Padilla
Jenny Marcela Manrique R
IED Atabanza
Neison Florez
IED Ciudad de Bogotá
Idaly Bejarano Bejarano
IED Cultura Popular
Angélica Rubio R
IED Débora Arango Pérez
Rosalba Romero
IED Débora Arango Pérez
Claudia Pontón
IED Eduardo Santos
Lida Yolima Cárdenas
IED Eduardo Santos
Nancy Parra R
IED El Porvenir
María Fernanda Medina
IED Integrado Fontibón
Patricia Cepeda Niño
IED Integrado Fontibón
Salin Polanía Polo
IED José Acevedo y Gómez
Marlón Arias Sánchez

IED José Asunción Silva
Ángela Chicangana Ramírez
IED José Asunción Silva
Flor Elisa Roperó Palacios
IED Juana Escobar
Yurany Andrea Malagón
IED La Amistad
Libia del Pilar Cubillos
IED Marcella
Martha Inés Rico Alon
IED Marruecos y Molinos
Luis Edilberto Novoa Leguizamón
IED Montebello
Ana Rita Roza Suarez
IED Tomás Carrasquilla
Doralía Gutiérrez
IED Francisco José de Caldas
Javier Cely Callejas
IED Francisco José de Caldas
Claudia Patricia Flórez
IED Jaime Pardo Leal
Orangel Devia Barrios
IED José Joaquín Castro
Diego Alejandro Navas
IED José Joaquín Castro
Jeymy Pachón Forero
IED José María Carbonel
Sandra Gullen
IED Julio Flórez
Andrea Buitrago
IED Kimy Pernía Domico
Jorge Enrique Girón
IED La Arabia
José Delgado
IED La Belleza
Diana María Zorrilla
IED La Belleza
Mireya Moreno Hernández
IED La Concepción
Ana Milena Rodríguez C.
IED La Merced
Clara Isabel Salas
IED La Merced
Daniel Antonio Abella
IED La Toscana
Jairo Infante Bonilla
IED La Victoria
Leonor Delgado Herrera
IED La Victoria
Mallivi Licet Nelo Rey
IED La Victoria
Norma Leidy Ramírez
IED León de Greiff
Benedicta Ávila de Giraldo
IED León de Greiff
Luz Mary Sánchez Rodríguez
IED Llano Oriental
Ruby Barahona Varela
IED Luis López de Mesa
Mauricio Pineda Ramírez

IED Manuel Cepeda Vargas
Ingrid Urueña Rivera
IED Manuel Cepeda Vargass
Myriam Zambrano R
IED Manuel Cepeda Vargas
Oscar Daniel Jiménez Castañeda
IED Manuela Ayala
Oscar Mauricio Maldonado
IED Manuela Ayala
José Alejandro Rey
IED Marco Tulio Fernández
Olinta Martínez
IED Marruecos
Jóse Alfonso Prieto
IED Minuto de Buenos Aires
Yeimy Carvajal Galindo
IED Minuto de Buenos Aires
Patricia Erazo
IED Nueva Esperanza
Fernández Fonseca
IED Patio Bonito II
Andrés Ortiz Botero
Polcarpa Salavarieta
Claudia Liliana Pulido
IED Porfirio Barba Jacob
Marcela Liliana Arévalo Piña
IED Porfirio Barba Jacob
Valery Julieth Rivera López (estudiante)
IED Porfirio Barba Jacob
Clara Inés López Garzón
IED Porfirio Barba Jacob
Omar Chaparro
IED Porfirio Barba Jacob
Adriana Daza Pacheco
IED República de Ecuador
Luz Patricia Sánchez Linares
IED Rufino José Cuervo
Marcela Hernández L
IED Saludcoop Sur
Martha Alexandra Useche
IED Saludcoop Sur
Andrea Giselle Contreras
IED Saludcoop Sur
Marcela Bohórquez Pinzón
IED Saludcoop Sur
Tania Arce Jaramillo
IED San Pedro Claver
Rosa Yamile Prieto Bogotá
IED San Pedro Claver
José Ferley Díaz Godoy
IED San Pedro Claver
Blanca Isabel Forero
IED Santa Luisa
Luis Alirio Castro Sánchez
IED Santa Luisa
Angélica Arévalo Ávila
IED Altamira suroriente
Andrea Mariño Chaparro
IED Dios Primera Infancia
Paola López W

IED Engativá
Arley Yamid López Rivera
IED La Concepción
Carlos Alberto Quiroz
IED Las Violetas
Nicaela del Pilar Sánchez
IED Simón Bolívar
Adriana Quiroga
IED Simón Bolívar
Ricardo Guevara
IED Simón Rodríguez
María Cristina Arias Sanabria
IED Simón Rodríguez
Elsy Yaneth Riaño Abril
IED Tomás Rueda
Mary Luz Roa Ruiz
IED Tomás Rueda
Andrea Carol Blanco
IED Unión Europea
Lina Alexandra Bedoya
IED Villa Rica
Yineth Delgado
IED Villemar el Carmén
Martha Maritza Cortés Caro
IED Villemar el Carmén
Jenny Díaz
IED Vista Bella
Romelia Negret
IED Fabio Lozano Simonelli
Carlos Guillermo García Acosta
IED Porfirio Barba Jacob
Clara Inés López Garzón

Equipo de arte

Dirección de arte
María Fernanda Vinueza Riveros
Ilustración
Paula Andrea Ortiz López
Henry González Torres
Diseño y diagramación
Erika Díaz Gómez

Esta publicación hace parte del Convenio de Asociación 2543 de 2014, cuyo objeto es aunar esfuerzos para desarrollar la segunda fase de la caja de herramientas pedagógicas de educación para la ciudadanía y la convivencia, suscrito entre la Secretaría de Educación, CINEP y Fe y Alegría de Colombia.

ISBN 978-958-8878-75-1

Secretaría de Educación
del Distrito

Bogotá, Marzo de 2015

Taller 2

Pensamientos en mi territorio de paz





T.2

¿Qué debemos tener en cuenta para orientar este taller?

El pensamiento y la conciencia participan en la construcción de una cultura de paz de muchas maneras: interviniendo en la regulación de las emociones; analizando las situaciones; realizando momentos de autocrítica; proponiendo alternativas y soluciones, entre otras posibilidades.

En este taller, haremos especial énfasis en la capacidad del pensamiento para comprender los estados emocionales y orientar las acciones de manera justa y considerada hacia nosotras y nosotros mismos, y hacia los demás. Al incidir en la regulación de las emociones, el pensamiento fomenta condiciones favorables para la construcción de vínculos positivos que favorecen la constitución de relaciones pacíficas.

Aunque las emociones son naturales y en sí mismas no son ni buenas ni malas, más allá de un juicio de valor, sí se pueden calificar como negativas y positivas por sus posibles efectos en la vida humana.

Las emociones negativas (por ejemplo, la tristeza, el miedo, la ira, etc.) están relacionadas con las conductas de evitación y la percepción de amenaza que son esenciales para enfrentarse a las situaciones en las que puede estar en peligro la propia supervivencia; las emociones positivas (por ejemplo, la alegría, el interés, la satisfacción, etc.) están asociadas a conductas de aproximación y a la percepción de oportunidades que las hacen menos automáticas y más susceptibles de ir configurándose mediante el aprendizaje y las experiencias adquiridas a lo largo del desarrollo vital” (Bermúdez Moreno, Pérez-García, Ruiz Caballero, Sanjuán Suárez, & Rueda Laffond, 2011, p. 295).

Las emociones positivas desarrollan mayor resistencia en los niños y las niñas ante situaciones que resultan adversas, conflictivas, problemáticas (resiliencia) al ayudarles a sentirse más seguros y con mayor grado de manejo de las situaciones.



Al respecto, Mairewa nos recuerda la importancia del artículo 14 de la Convención de los Derechos de los Niños y las Niñas: “Libertad de conciencia, religión y pensamiento. Las autoridades deben respetar tu derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y religión. Tus padres podrán aconsejarte sobre lo que es mejor” (UNICEF, 2005, p. 21).

Para vivir plenamente este derecho, los niños y las niñas deben aprender a desarrollar capacidades relacionadas con el pensamiento y así autorregular su vida emocional, especialmente las emociones negativas y tomar decisiones que les ayuden a construir su cuerpo-territorio de paz. Por tanto, el segundo taller de esta unidad hace aportes al fortalecimiento de las capacidades ciudadanas esenciales de Sensibilidad y manejo emocional; Sentido de la vida, del cuerpo y de la naturaleza; y la capacidad de Dignidad y derechos.

Objetivo del taller

- * Reconocer al pensamiento como una herramienta para la paz que nos permite tomar distancia analítica de las situaciones y construir criterios propios de actuación para la defensa de toda expresión de vida, incluida la vida humana y la propia vida.

Elaboraciones en el proceso de aprendizaje

- * Señales para mi Camino armonizador.
- * Chacana: nudo armonizador, sello personal y nombre.



Duración del taller

- * Dos (2) horas aproximadamente, en el desarrollo de la actividad propuesta.

Materiales de apoyo

- * **Armonización del ambiente — Herramienta 2 (encuéntrela en el sobre de herramientas).**
- * **Armonización interior — Herramienta 3 (encuéntrela en el sobre de herramientas).**
- * **El dado reflexivo — Herramienta 5 (encuéntrela en el sobre de herramientas).**
- * Bolsas de papel.
- * Colores, témperas.
- * Lana, algodón, etcétera.
- * Tijeras.
- * Cartelera.
- * Marcadores.

Desarrollo de la experiencia

Armonización del ambiente

Ambientamos el salón para el desarrollo de la actividad con el apoyo de la **herramienta 2 (encuéntrela en el sobre de herramientas)**. Adicionalmente, podemos elaborar un cartel en el que representemos a nuestros amigos los pensamientos y nuestras amigas las emociones.

Sobre de herramientas



Herramienta 2, 3 y 5





Inicio

Damos la bienvenida a las niñas y a los niños participantes y les invitamos a saludar creativamente a sus compañeras y compañeros más cercanos expresándoles nuestros deseos de paz para sus vidas.

También saludamos a Mareiwa, quien nos recuerda la importancia de equilibrar nuestro interior mediante la armonización para favorecer la reconciliación de las distintas dinámicas o fuerzas que nos habitan. Aprovechamos este comentario y le proponemos al grupo hacer un recuento de los aprendizajes ciudadanos logrados en el taller anterior y lo invitamos a intercambiar ideas sobre el nombre que les sugiere el taller de hoy.

Invitamos a los niños y a las niñas a poner en práctica los cuatro primeros pasos para una armonización interior (**herramienta 3; encuéntrala en el sobre de herramientas**) durante unos siete minutos, subrayando que en la medida en que aprendamos a armonizar las fuerzas contrarias que habitan en nuestro territorio cuerpo podremos construir un territorio de paz mayor, con las demás personas.

Motivamos al colectivo a escuchar el relato “Deja secar la ira” de autor anónimo que aparece a continuación:

“Mariana se puso toda feliz por haber ganado de regalo un juego de té de color azul. Al día siguiente, Julia, su amiguita, vino bien temprano a invitarla a jugar. Mariana no podía pues saldría con su madre aquella mañana.

Julia entonces pidió a Mariana que le prestara su juego de té para que ella pudiera jugar sola en el jardín del edificio en que vivían. Ella no quería prestar su flamante regalo, pero ante la insistencia de la amiga decidió, hacer hincapié en el cuidado de aquel juguete tan especial.

Al volver del paseo, Mariana se quedó pasmada al ver su juego de té tirado al suelo. Faltaban algunas tazas y la bandeja estaba rota. Llorando y muy molesta Mariana se desahogó con su mamá: ¿Ves mamá lo que hizo Julia conmigo? Le presté mi juguete y ella lo descuidó todo y lo dejó tirado en el suelo.

Totalmente descontrolada, Mariana quería ir a la casa de Julia a pedir explicaciones, pero su madre cariñosamente le dijo: ‘Hijita, ¿te acuerdas de aquel día cuando saliste con tu vestido nuevo todo blanco y un coche que pasaba te salpicó de lodo tu ropa? Al llegar a casa querías lavar inmediatamente el vestido pero tu abuelita no te dejó. ¿Recuerdas lo que dijo tu abuela? Ella dijo que había que dejar que el barro se secase, porque después sería más fácil de quitar. Así es hijita, con la ira es lo mismo, deja la ira secarse primero, después es mucho más fácil resolver todo’.



Mariana no entendía todo muy bien, pero decidió seguir el consejo de su madre y fue a ver la televisión.

Un rato después sonó el timbre de la puerta. Era Julia, con una caja en las manos y sin más preámbulo ella dijo: ‘Mariana, ¿recuerdas al niño malcriado de la otra calle, el que a menudo nos molesta? Él vino para jugar conmigo y no lo dejé porque creí que no cuidaría tu juego de té, pero él se enojó y destruyó el regalo que me habías prestado. Cuando le conté a mi madre ella preocupada me llevó a comprar otro igualito, para ti. ¡Espero que no estés enojada conmigo. No fue mi culpa!’

‘¡No hay problema!’, dijo Mariana, ‘¡mi ira ya secó!’ Y dando un fuerte abrazo en su amiga, la tomó de la mano y la llevó a su cuarto para contarle la historia del vestido nuevo que se había ensuciado de lodo”.

Propiciamos un diálogo sobre este relato buscando afianzar su comprensión y enfatizando la importancia de aprender a manejar nuestras emociones y sentimientos. Intercambiamos algunas enseñanzas que nos deja la historia y conversamos acerca de algunas estrategias que empleamos cuando nos da mucha ira.

A partir del relato escuchado y del intercambio realizado, organizamos pequeños grupos para elaborar afiches de nuestro amigo el pensamiento y nuestras amigas las emociones, de manera que puedan ambientar el desarrollo de nuestras sesiones posteriores y recordarnos la importancia de hacer un alto para reflexionar y “dejar secar la ira” y otras emociones que puedan lastimar a alguien.



Después, invitamos a nuestro amigo el pensamiento y nuestras amigas las emociones a que nos acompañen a recordar nuestros propios conflictos y a reconciliarnos con las personas que participaron ellos. Cerramos suavemente los ojos y expresamos la siguiente pauta:



- * Nuestro amigo el pensamiento trae a nuestra memoria a la persona de confianza con quien hemos compartido la construcción del sello personal y hemos bautizado nuestra Chacana. Si en algún momento sentimos rabia, tristeza o inseguridad, u otra emoción, podemos abrazarnos a esta persona para sentirnos seguros de afrontar con valentía estas emociones que a veces afectan la armonía en nuestro territorio de paz.
- * Con la ayuda de nuestro amigo el pensamiento, recordamos uno de los conflictos más significativos que deseamos abordar; llegan otros amigos pensamientos que empezamos a escuchar. Concentrémonos en lo que dicen sobre este conflicto, observemos qué hacemos ante el conflicto, qué sentimos en él. Lentamente observamos cómo aparece este recuerdo, lo

recreamos. Si sentimos temor nos abrazamos interiormente a la persona que nos acompaña en este recorrido. Cuando termina el recuerdo, le pedimos a nuestros amigos pensamientos y nuestras amigas las emociones que nos ayuden a imaginar alguna salida pacífica al conflicto que hemos recordado, si aún no la hemos realizado.

- * Nos reconciliamos mentalmente con las personas que participaron de nuestro conflicto. Nos despedimos de ellas, y agradecemos la compañía de la persona querida que invitamos.
- * Ahora, nos disponemos a regresar de nuestro viaje interior. Nos concentramos nuevamente en nuestra respiración, escuchamos los sonidos distantes y cada vez más cercanos. Abrimos lentamente nuestros ojos, movemos nuestras manos, nuestros pies, hombros, rodillas; nos levantamos de nuestra Chacana. La contemplamos en actitud de respeto y agradecemos su presencia en nuestra vida.



Nos sentamos en círculo para compartir los aprendizajes dejados en nuestro viaje interior y consideramos la importancia del papel que tiene el pensamiento en la armonización interior porque nos permite reflexionar, devolvemos sobre aquello que hemos sentido y hecho en el pasado, revisar nuestras acciones presentes y proyectar las acciones futuras para avanzar en el fortalecimiento de nuestro territorio de paz.



Actividad central

Mareiwa nos relata que sus ancestros profundizaban en el conocimiento de sí mismos por medio de la reflexión de sus experiencias vitales. Esta sabiduría la han construido a lo largo del tiempo al compartir sus observaciones, sus vivencias y sus reflexiones.

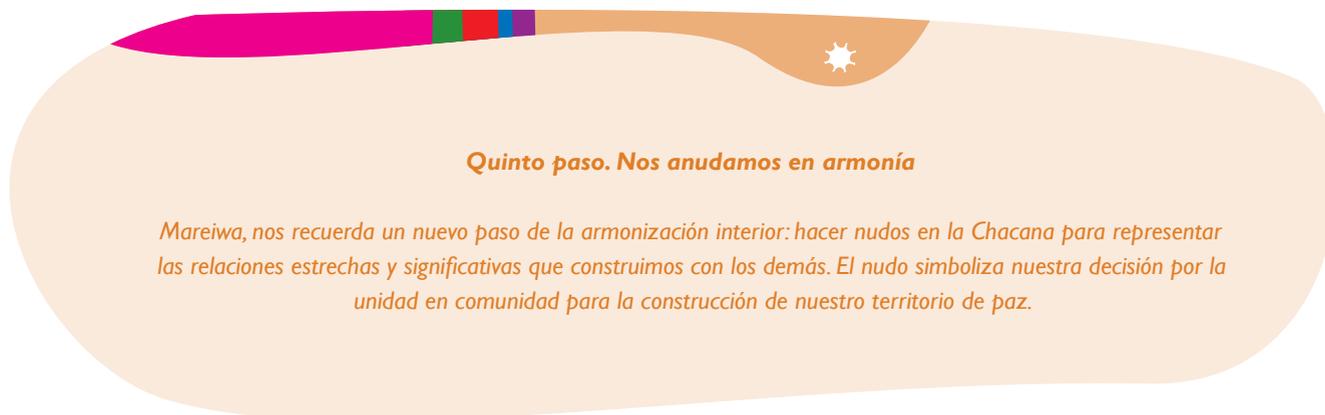
En pequeños grupos, los niños y las niñas construyen el **“Dado reflexivo” (herramienta 5; encuéntrala en el sobre de herramientas)** y siguiendo las indicaciones de la herramienta motivamos a los niños y a las niñas a compartir sus experiencias del anterior viaje interior; en particular, a conversar sobre la situación conflictiva que trajeron al pensamiento y las emociones que estuvieron presentes. Para ello, pueden lanzar el Dado reflexivo y responder a las preguntas que aparecen en sus costados. Finalmente, seleccionan una de las situaciones compartidas para organizar su dramatización y presentarla en plenaria.





Al terminar cada dramatizado, se hacen algunos lanzamientos del Dado reflexivo, pero se motiva al colectivo a que propongan nuevos interrogantes. Por ejemplo: si pudiéramos devolver el tiempo, ¿cambiaríamos algo? ¿Cómo lo haríamos? ¿Por qué?

En este ejercicio debe quedar clara la importancia del pensamiento tanto en la regulación de las emociones como en el análisis y la salida del conflicto.

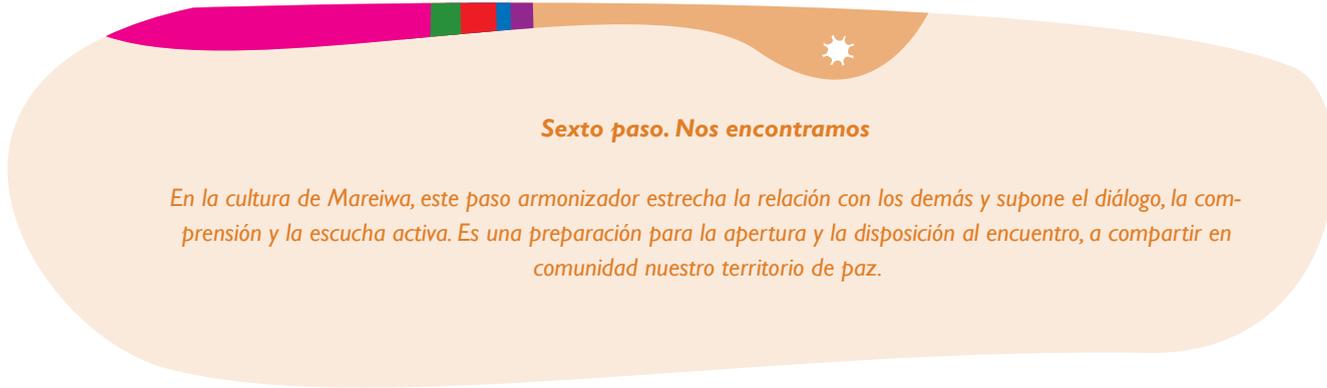


Invitamos a las niñas y a los niños a tomar su Chacana y realizar un nudo armonizador que simbolice el conflicto “superado”, para que forme parte de nuestro territorio de paz, pues nos recordará y nos hará presente nuestra intención y deseo de construir relaciones pacíficas en medio de situaciones conflictivas.



Reconstrucción de saberes

Una vez realizan el nudo armonizador, disponemos a los niños y niñas para compartir su significado con sus amigos o amigas de confianza. Acuden a los pensamientos y las emociones que habitan en su interior; enseñan el nudo que han realizado y explican lo que significa. ¿Qué piensan? ¿Qué sienten? ¿Qué quieren hacer para resolver armónicamente las situaciones que se les presenten? Una puesta en común no solo lleva al encuentro con sus pares y les ayuda a ampliar su conocimiento sino que les permite contrastar herramientas que pueden serles útiles en situaciones similares.



Sexto paso. Nos encontramos

En la cultura de Mareiwa, este paso armonizador estrecha la relación con los demás y supone el diálogo, la comprensión y la escucha activa. Es una preparación para la apertura y la disposición al encuentro, a compartir en comunidad nuestro territorio de paz.

En plenaria comparten las respuestas a los siguientes interrogantes:

- * ¿Por qué nuestro pensamiento puede ser un excelente amigo para construirnos como territorio de paz?
- * ¿Qué tipos de pensamientos pueden obstaculizar nuestra construcción personal como territorios de paz y qué podemos hacer con ellos?

Durante todo el taller se ha insistido en las bondades del pensamiento para ayudar a armonizar el cuerpo, los sentimientos y las actuaciones. Al ser esto fundamental también conviene identificar algunos pensamientos nocivos, tóxicos o desestabilizadores para nuestra armonía vital que pueden habitarlos como los prejuicios, las frases de cajón, los pensamientos de engañar a los demás, los pensamientos pesimistas, de desconfianza e inseguridad, entre otros. Estos pensamientos requieren identificarse y tratarse con cuidado para evitar que destruyan a los demás y acaben con nuestro territorio de paz.



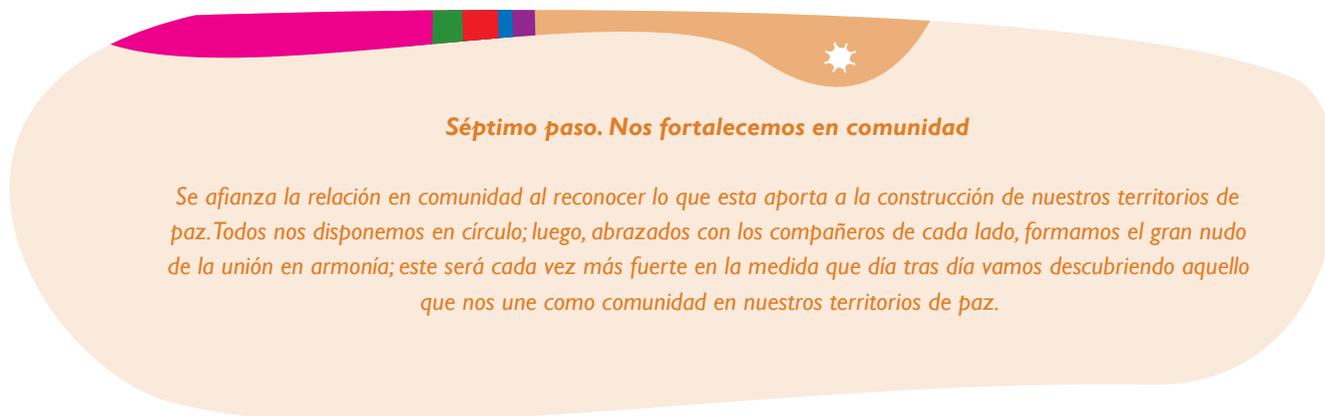
Cierre

Invitamos a retomar la ficha “Cartografía de mi territorio de paz” elaborada en el taller anterior y recordamos que en nuestro interior conviven fuerzas opuestas que estamos aprendiendo a equilibrar. Después de observarla detenidamente, pedimos apoyo a nuestros amigos los pensamientos y nuestras amigas las emociones, para reflexionar personalmente sobre los siguientes interrogantes e incluir sus respuestas en la misma cartografía:



- * ¿Qué tipo de pensamientos y sentimientos han acompañado los conflictos reflejados en nuestro cuerpo?
- * ¿Qué pensamientos y qué sentimientos son necesarios para fortalecer nuestro territorio de paz?

Después de breves minutos de reflexión personal, Mareiwa nos recuerda que sus ancestros realizan un ritual de comunión con la vida luego de haber compartido sus saberes.



Invitamos al grupo a formar un gran nudo armonizador abrazándonos en círculo; también invitamos con la imaginación a aquellas personas que en la distancia nos apoyan en nuestros momentos difíciles y expresamos en voz alta una ronda de frases que empiecen así: “Vivir en paz es...”. Por ejemplo: *Vivir en paz es... reconocer nuestras responsabilidades; Vivir en paz es... pensar bien de los demás, entre otras.*



Invitación a practicar fuera del taller

Para finalizar, les proponemos a los niños y niñas participantes las siguientes actividades con el fin de fortalecer sus aprendizajes compartirlos con las personas que más queremos en nuestra familia y en nuestro círculo de amigos y amigas:



- * En casa elaboramos un dibujo por cada paso del proceso de armonización interior, que nos recuerde permanentemente la importancia de realizarlos con frecuencia.
- * Colocamos nuestros dibujos elaborados en un lugar estratégico del lugar donde vivimos, para que nos ayuden a recordar y a practicar la armonización como una parte de nuestra vida diaria. Acudiremos a ellos cuando vivamos situaciones conflictivas que afecten la armonía de nuestro territorio de paz.
- * Conversamos con algunas personas cercanas de nuestra familia o círculo de amigos y amigas sobre los pasos del camino de armonización interior y les pedimos que nos cuenten cuál les parece más importante y por qué. Tomamos nota de sus opiniones para compartirlas en el siguiente taller.



Armonización del ambiente

A lo largo de este módulo, hacemos referencia a esta herramienta como dispositivo fundamental para desarrollar cada taller. Las personas mediadoras del aprendizaje sabemos la importancia que tiene preparar los encuentros pedagógicos con los niños, las niñas y los jóvenes con quienes vamos a trabajar. Este momento forma parte de la construcción relacional que establecemos con quienes nos encontramos y con la temática que nos convoca.

Los puntos a continuación son una sugerencia mínima que puede recrearse con otros elementos que bien se nos ocurran.

Antes de iniciar la sesión, ambientamos el salón para el desarrollo de la actividad en sus diferentes momentos, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- * Fijamos el afiche o el títere de Mareiwa, según sea el caso, con el fin de que acompañe el desarrollo del taller.
- * Hacemos uso de la señalización que indica cada uno de los pasos de la armonización para la construcción de un territorio de paz, y hacemos uso de ella en cada momento en particular.
- * Creamos con los niños y las niñas el hábito de disponerse en círculo siempre acompañados de sus Chacanas. El círculo remite a la igualdad y al respeto por las relaciones con los demás, ya que todos y todas están a la misma distancia del centro al tiempo que permite comunicarse cara a cara, y esto posibilita el mutuo reconocimiento.
- * Además, es importante que ambientemos musicalmente el escenario de encuentro con suave música andina instrumental, pues los ancestros de Mareiwa se apoyan en estas melodías para armonizar su vida interior y relajar sus cuerpos-territorio de paz.
- * Disponemos los materiales adicionales para el desarrollo de cada momento del taller.





Armonización interior (pasos iniciales)

La Propuesta de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia (PECC) de este módulo aporta a la construcción de la cultura de paz, tanto a nivel sistémico como societal e individual. Los momentos o pasos de la armonización que se ofrecen a continuación irán transformándose a medida que transitemos en el proceso educativo por cada una de las dimensiones enunciadas.

En esta primera unidad, al principio de cada taller propiciaremos un momento de silencio, aquietamiento e imaginación personal a fin de generar un hábito reflexivo y armonizador con los niños, niñas y jóvenes participantes.

1

Primer paso. Nos disponemos

Creamos un espacio y un tiempo para iniciar la armonización de nuestro interior; tomamos nuestra Chacana, nos ubicamos frente a ella y la saludamos inclinándonos ante ella en actitud de respeto, pues es nuestra compañera en el camino de construcción de nuestro territorio de paz.

2

Segundo paso. Nos aquietamos y silenciamos

Luego, lentamente en silencio nuestro cuerpo entra en contacto con nuestra Chacana, hasta quedar totalmente tendidos en ella, y nos adentramos en nuestro territorio de paz; iniciamos un viaje interior deslizándonos al ritmo de la melodía que poco a poco vamos dejando atrás. Recordamos e imaginamos que la Chacana representa nuestro punto de unión con la vida, las personas, el mundo, la naturaleza, el universo; significa la unión profunda de nuestro ser con la vida misma en todas sus formas.

3

Tercer paso. Nos adentramos a nuestro interior

Ahora nos concentramos en nuestra respiración. Inhalamos lentamente, imaginamos que entra en nosotros toda la fuerza de la vida; el aire es de color traslúcido y radiante; luego exhalamos lentamente e imaginamos que dejamos salir todo aquello que nos cause tensión, tristeza, enojo, rabia, frustración, etcétera; el aire es gris, todo lo negativo sale de nuestro territorio de paz. Repetimos el ejercicio algunas veces y sentimos que una luz blanca nos inunda lentamente iluminando cada rincón de nuestro cuerpo.

Tomamos conciencia de nuestros movimientos interiores: nuestras emociones, nuestros sentimientos, nuestros pensamientos, nuestras actitudes. Buscamos aquietar y silenciar nuestro cuerpo para percibir las propias sensaciones, sentimientos y pensamientos, y sus diversas formas, que poco a poco iremos descubriéndolas.

4

Cuarto paso. Nos vinculamos

Identificamos que estos movimientos interiores nos permiten tomar conciencia de las relaciones que tenemos con los demás, la naturaleza, el cosmos, etcétera; poco a poco, vamos tomando conciencia de estas relaciones que tejen nuestra vida. Percibimos la presencia de frío o calor; de alguna tensión muscular; de algún dolor o incomodidad, todo lo que ocurre en nuestro cuerpo en contacto con la Chacana. Luego visualizamos en nuestra imaginación alguna(s) situación(es) que queremos remediar para construir nuestro territorio de paz.





Instrucciones

1



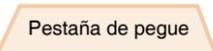
Corte los dados por la línea externa respetando las pestañas de pegue

2



Pliegue todo los cuerpos de tal manera que se forme un cubo.

3



Pegue las pestañas con colbón para terminar de armar los dados.

El dado reflexivo

Motivamos a los niños y niñas a construir, en pequeños grupos, el “dado reflexivo” siguiendo las indicaciones de la ilustración que aparece en esta herramienta. Luego, les solicitamos compartir sus experiencias de su viaje interior; en particular, conversar sobre la situación conflictiva que trajeron al pensamiento y las emociones que estuvieron presentes. Para ello, lanzan el dado reflexivo y responden las preguntas que aparecen en sus costados.

Finalmente, les solicitamos que seleccionen una de las situaciones compartidas y organicen su dramatización para presentarla en plenaria.

