

Capacidades y competencias para la vida

*Conocimiento y
construcción de sí*

**UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN HUMANA
PARA ENFRENTAR LOS RETOS DE LA VIDA**



FE Y ALEGRÍA COLOMBIA

Víctor Murillo Urraca

Director Nacional

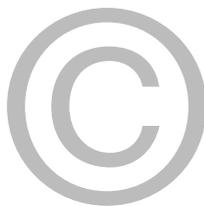
Jaime Benjumea Pamplona

Coordinador General del Proyecto

Amanda J. Bravo H.

Claudia Marcela Vega G.

Autoras



César Bejarano

Diseño gráfico

Corcas Editores S.A.S.

Impresión

Módulo de Conocimiento y construcción de sí

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajos sociales y/o comunitarios, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro, está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

© Fe y Alegría Colombia

Carrera 5 No. 34-39 - Bogotá, D.C.

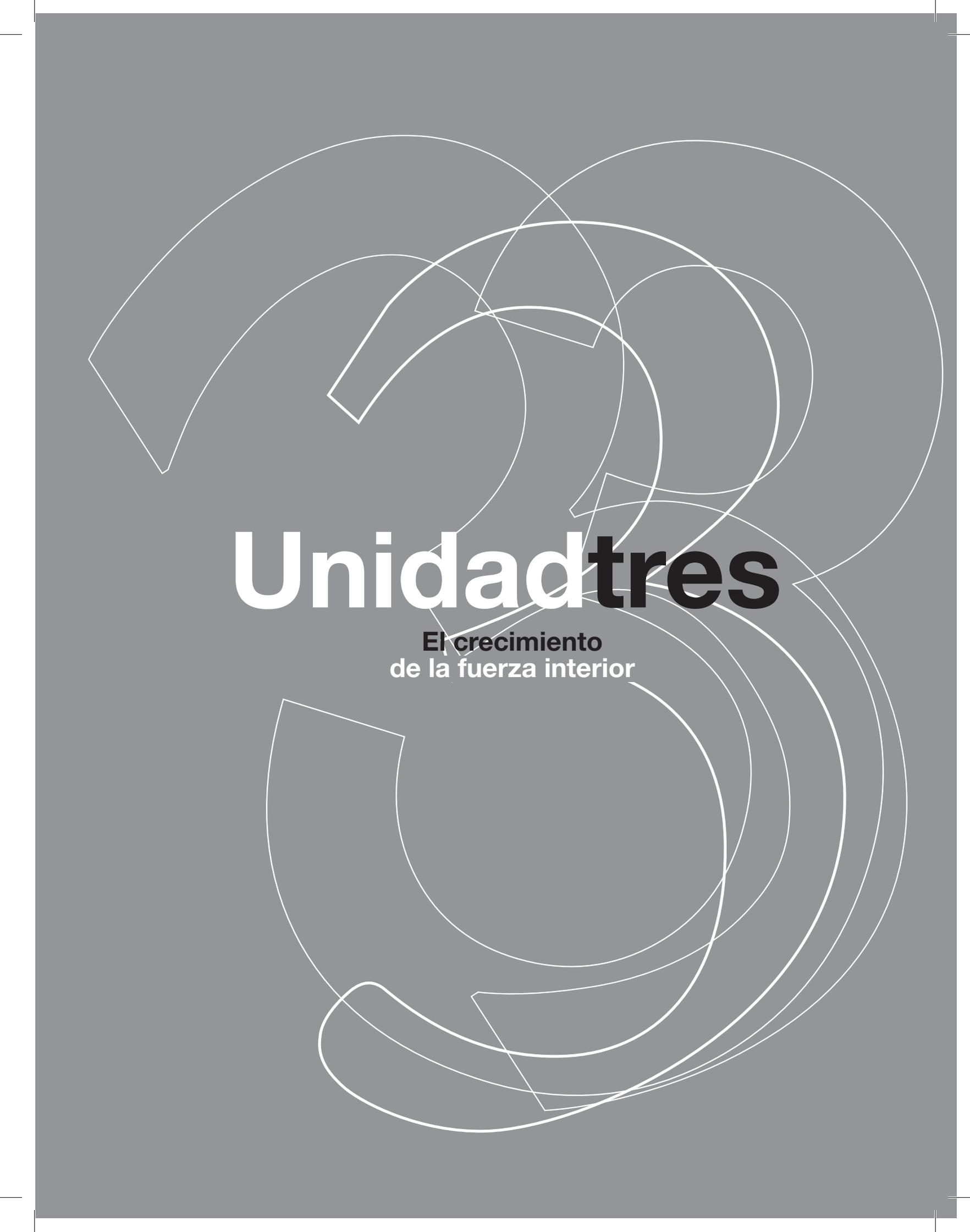
Teléfono 3209360

Página web: www.feyalegria.org.co

E-mail: dirnal@feyalegria.org.co

Primera edición

Impreso en Bogotá, Colombia. Diciembre 2015.



Unidadtres

El crecimiento
de la fuerza interior

TRABAJO MI FUERZA INTERIOR

trabajo mi fuerza interior



Conocimiento y construcción de sí

Taller 1: trabajo mi fuerza interior

Objetivo del taller

- 👤 Niñas y niños fortalecen su capacidad de resistir a las presiones sociales potenciando sus capacidades, habilidades, motivaciones, intereses y aspiraciones referidos a su proyecto vida.

Recursos de apoyo

- 👤 Maqueta
- 👤 Reproductor audiovisual.
- 👤 Video “*La ranita*”: <https://www.youtube.com/watch?v=3fWXPEVXuzc>
- 👤 8 pliegos de papel, marcadores y cinta de enmascarar.
- 👤 Materiales para que cada niña y niño elabore su ranita.
- 👤 8 recortes de la tabla “Nuestra fuerza interior”. Anexo 7, que se encuentra al final del módulo.
- 👤 Copia de la circular para familias de cada niña y niño. Anexo 8, que se encuentra al final del módulo.

Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

- 👤 Maquetas del grupo y la persona mediadora.
- 👤 Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.

Actividad inicial

- 👤 En grupos comparten las nuevas incorporaciones hechas a sus maquetas y reflexionan sobre las cosas comunes y diferentes que tienen con sus compañeras y compañeros.

Actividad central

- 👤 Presentamos el video “*La ranita*” disponible en el siguiente enlace electrónico <https://www.youtube.com/watch?v=3fWXPEVXuzc> y dialogamos sobre la influencia que tienen las palabras positivas y el creer en nosotras y nosotros para afrontar las situaciones difíciles que se nos

Conocimiento y construcción de sí

puedan presentar en la vida. Asimismo, profundizamos con el grupo acerca de a qué palabras tenemos que hacer “oídos sordos” y por qué.



Para retroalimentar: la intención de revisar las razones por la cuales tendríamos que “hacer oídos sordos” o “abrir los oídos” es para establecer criterios con los cuales podamos escuchar y atender lo que las otras personas nos retroalimentan y que puede servirnos en nuestro camino de vida; o definitivamente ignorar o resistir las influencias de las personas de nuestro entorno que quieren imponernos una manera de ser o de hacer con la que no estamos de acuerdo.



Elaboramos nuestra propia ranita y la ubicamos en la maqueta “tejiendo la red de nuestro crecimiento”; adicionalmente, escribimos el aprendizaje personal que nos deja esta reflexión y también lo ubicamos en la maqueta.

Actividad de cierre



Promovemos con el grupo un conversatorio sobre “nuestra fuerza interior” que implica el reconocimiento de nuestras capacidades para salir adelante por muy difícil que parezca la situación. Para ello, organizamos grupos y a cada uno le entregamos una fila de la tabla “nuestra fuerza interior”. Anexo 7, que se encuentra al final del módulo.



Con base en la situación que nos asignaron en el grupo, hacemos una cartelera con las capacidades de superación que tenemos individual y colectivamente y las presentamos en plenaria.

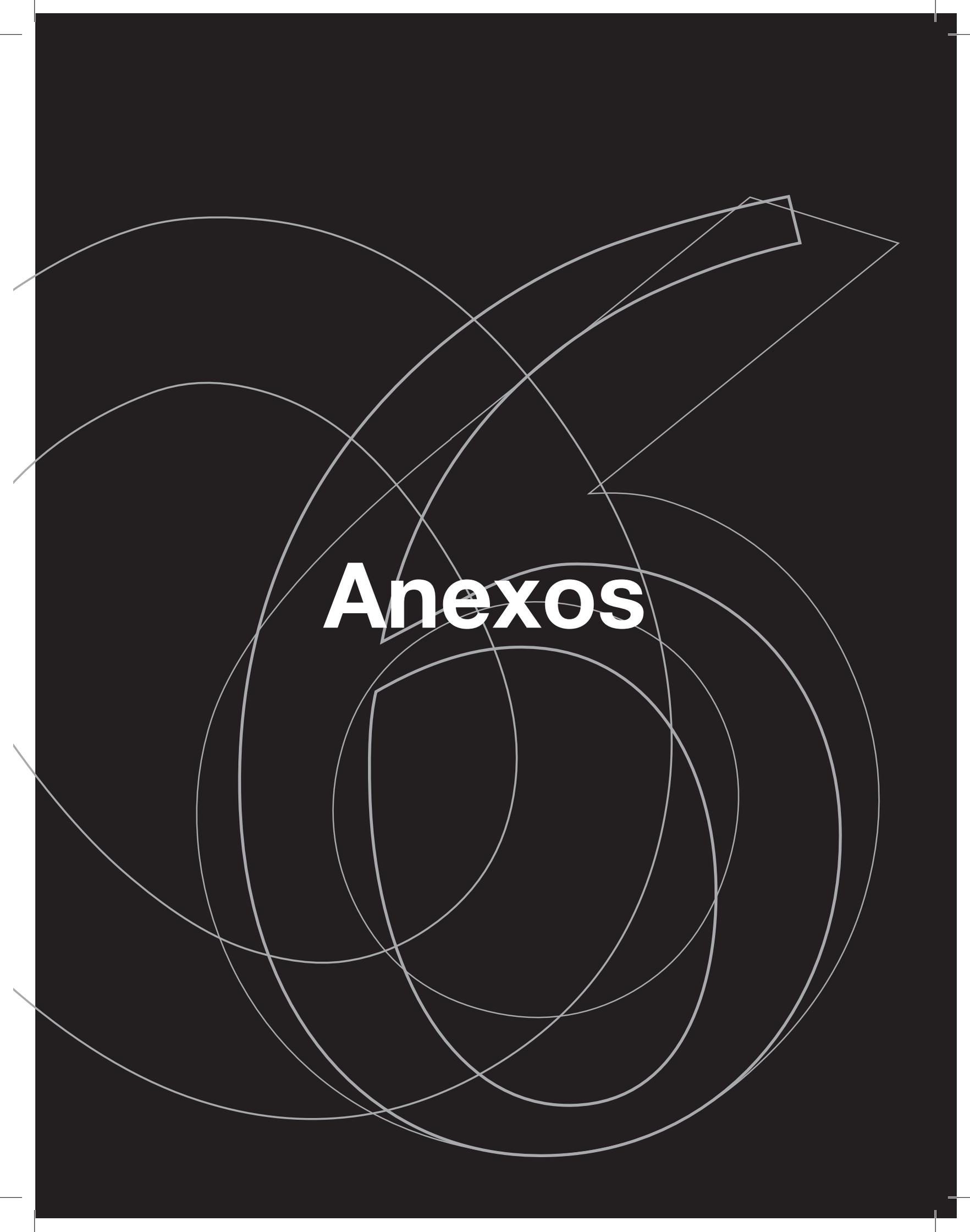


Para retroalimentar: la capacidad de salir adelante de las situaciones adversas (resiliencia) requiere del desarrollo de algunas características, por ejemplo: “un niño puede estar rodeado de afecto (TENGO) pero si no tiene fuerza interior (SOY/ESTOY) o buena disposición para las relaciones sociales o humanas (PUEDO) no es resiliente. Un niño puede tener una gran estimación propia (SOY/ESTOY), pero si no sabe comunicarse con los demás o resolver problemas (PUEDO) y no tiene a nadie que lo ayude, no es resiliente. Un niño puede ser locuaz y hablar bien (PUEDO), pero si no tiene empatía (SOY/ESTOY) o no aprende de los modelos (TENGO), no es resiliente. La resiliencia es el producto de una combinación de estas características” (Grotberg, 1996, p. 5)

Actividad de refuerzo



Enviamos a las familias de las niñas y los niños la circular Anexo 8, que se encuentra al final del módulo.

The image features a solid black background. Overlaid on this background are several thin, white, overlapping lines that form a complex, abstract pattern. These lines include large, sweeping arcs and some straight segments, creating a sense of movement and depth. The word "Anexos" is centered in the middle of the composition in a bold, white, sans-serif font.

Anexos

Nuestra fuerza interior

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
Me va mal en matemáticas y ya estamos en el tercer período escolar .	Si sigue así, usted va a perder el año.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
No sé qué me va a pasar ahora que mis papás se están separando.	Te van a abandonar. Tus papás no te quieren y por eso se separan.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
En el salón rechazan a las personas gordas y tengo preocupación porque me estoy subiendo de peso.	De lo gorda/o que está se va a poner como un/a marrana/o.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
Tengo una diferencia física de la que todo el mundo se ríe y a mí me causa dolor.	Ni con cirugía se arregla .	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Anexo 7

Nuestra fuerza interior

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
En mi casa no tenemos dinero para comprar lo que otras niñas y otros niños de mi salón tienen.	Tan vaciado que ni para eso le alcanza.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
Vengo sintiendo gran soledad desde hace un tiempo y me pone muy triste.	Que aburrición andar con usted, siempre con cara amargada.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
Porque soy niña no me dejan participar de mi pasión que es el fútbol.	Las niñas no juegan fútbol eso es para hombres.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Situaciones	Palabras que buscan desanimarme	Mis capacidades de superación
A mí no me gusta pelear y mis compañeros me dicen "nena".	Los niños no son delicados y tienen que hacerse respetar como machos.	Yo soy ... Yo soy capaz de... Yo puedo.... Yo tengo.... Me apoyan en o para ...

Anexo 8

Circular para familias



Mamitas y papitos; como parte del trabajo que venimos desarrollando con el módulo Conocimiento y construcción de sí, les invitamos a ver en familia el video “El alfarero”, disponible en el siguiente enlace electrónico: <https://www.youtube.com/watch?v=0oRXl7qQuy4>

Al terminar proponemos conversar sobre él y registrar en el cuaderno el mensaje que les deja.

Imagen recuperada de: <http://gifsanimados.de/familia>



Anexo 8

Circular para familias



Mamitas y papitos; como parte del trabajo que venimos desarrollando con el módulo Conocimiento y construcción de sí, les invitamos a ver en familia el video “El alfarero”, disponible en el siguiente enlace electrónico: <https://www.youtube.com/watch?v=0oRXl7qQuy4>

Al terminar proponemos conversar sobre él y registrar en el cuaderno el mensaje que les deja.

Imagen recuperada de: <http://gifsanimados.de/familia>



Anexo 8

Circular para familias



Mamitas y papitos; como parte del trabajo que venimos desarrollando con el módulo Conocimiento y construcción de sí, les invitamos a ver en familia el video “El alfarero”, disponible en el siguiente enlace electrónico: <https://www.youtube.com/watch?v=0oRXl7qQuy4>

Al terminar proponemos conversar sobre él y registrar en el cuaderno el mensaje que les deja.

Imagen recuperada de: <http://gifsanimados.de/familia>