

Capacidades y competencias
para la vida

Aprender a aprender

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



FE Y ALEGRÍA COLOMBIA

P. Hernando M. Gálvez Arango S.J.
Director Nacional

Víctor Murillo Urraca.
Director Ejecutivo Nacional

Jaime Benjumea Pamplona
Coordinador General del Proyecto

Claudia Marcela Cruz Páez
Autora

María Fernanda Vinuesa
Diseño gráfico

Corcas Editores S.A.S.
Impresión

Módulo de Aprender a Aprender
ISBN: 978-958-8365-31-2

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajo 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
Teléfono 3209360
Fax 2458416
Página web: www.feyalegria.org/colombia
E-mail: dimal@feyalegria.org.co

Primera edición (2009)
Realizado con el apoyo de Alboan y
la Diputación Foral de Bizcaia

Impreso en Bogotá, Colombia. Enero 2013.

Contenido

PRESENTACIÓN 8

INSTRUCTIVO METODOLÓGICO 15

NUESTRO PUNTO DE PARTIDA19

1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?19
2. ¿Cómo estamos? 22
3. Nuestro compromiso con el aprendizaje 23

UNIDAD 1. ¡CUANDO QUIERO PUEDO!
MOTIVACIONES PERSONALES PARA EL APRENDIZAJE 27

1. Presentación 29
2. Conocemos, practicamos y aprendemos30
3. Glosario57
4. Aprendamos más58

UNIDAD 2. MI CAPACIDAD EN MARCHA.
ACCIONES PARA EL APRENDIZAJE OPERATIVO..... 61

1. Presentación 63
2. Conocemos, practicamos y aprendemos63
3. Glosario85
4. Aprendamos más86

UNIDAD 3. CAMINO TRAZADO.
RUTAS DE APRENDIZAJE DESDE LA PLANIFICACIÓN COGNITIVA 89

1. Presentación 91
2. Conocemos, practicamos y aprendemos 91
3. Glosario117
4. Aprendamos más118

AUTODIAGNÓSTICO DE SALIDA 121

Contenido

EL DILEMA DE LOS GUARDIANES

El dilema de los guardianes

Unidad tres

**Competencias
Laborales
Generales**

Actividad 1/ Pág.93

Actividad 2/ Pág.99

Actividad 3/ Pág.111



Construcción de un camino seguro desde la planificación cognitiva

Cada vez que nos enfrentamos a una situación nueva que exige una respuesta, surgen en nuestra cabeza múltiples acciones que podemos llevar a cabo para actuar de forma acertada y alcanzar resultados satisfactorios.

No obstante, esta lluvia de ideas puede llevarnos a actuar inapropiadamente, pues no todos los pensamientos que aparecen ante el reto nos conducen a él de manera eficiente. Por esta razón, debemos hacer una selección consciente de las acciones concretas que se requieren para alcanzar aquello que deseamos. Lo anterior podemos conseguirlo a través de la planificación cognitiva.

Esta habilidad mental nos permite delimitar planes de trabajo claros con acciones previamente determinadas, las cuales se organizan de acuerdo con los elementos necesarios para alcanzar nuestros fines. Por tanto, la ruta de acción debe realizarse de manera reflexiva y tener coherencia entre aquello que somos y las metas que nos proponemos, para que así el plan sea adoptado fácilmente y surta el efecto que deseamos.

La planificación cognitiva tiene diversos componentes: formar una representación del problema, elegir una meta, decidir planificar, formular el plan, ejecutarlo, supervisarlos y aprenderlo²⁵. De esta forma es posible hacer un seguimiento detallado al proceso para llegar al fin deseado.

Realizar frecuentemente acciones de planeación nos ayuda a desarrollar habilidades de pensamiento como el análisis, la anticipación, la predicción y la jerarquización. Éstas son necesarias en la toma de decisiones y en la solución de problemas, así como en todos los ambientes vitales que nos rodean (la familia, el estudio, el trabajo y en entorno social).

La planificación cognitiva nos exige establecer de forma concreta los tiempos necesarios para visualizar los retos y plantear las acciones que nos conducirán hacia la meta. Si actuamos así, con seguridad, dejaremos menos cosas al azar y seremos más cons-

25. Elaboración propia con base en DAS, J.P.; KAR, Binod C. y PARRILA, Rauno. Planificación cognitiva. Bases psicológicas de la conducta inteligente. Barcelona: Paidós, 1998. p. 58.

cientes de las acciones que realizamos, lo que contribuye significativamente a nuestra capacidad de autorregulación.

Objetivo de la actividad

- Identificar manifestaciones de planificación cognitiva en la solución de un hecho concreto.

Evidencia de aprendizaje

- Plan de acción para la solución del juego “el dilema de los guardianes”.

Duración de la actividad

120 minutos distribuidos de la siguiente manera:

- 10 minutos para establecer equipos de trabajo.
- 25 minutos para leer la situación y establecer un plan de trabajo.
- 40 minutos para ejecutar el plan diseñado.
- 10 minutos para revisar el desempeño del grupo con base en las preguntas establecidas en el ejercicio
- 10 minutos de socialización de la experiencia.
- 25 minutos para realizar el ítem Reflexiones sobre nuestro aprendizaje.

Recursos didácticos necesarios

- Tizas.
- Espacio libre de sillas.
- Juego “el dilema de los guardianes”.
- Cronómetro.
- Una hoja en blanco para cada equipo.
- Un lapicero para cada grupo.

Instrucciones de la actividad

Para desarrollar este ejercicio:

- Nos reunimos en grupos de seis personas. Cuando no logremos integrar un grupo, asumimos la función de observadores, es decir, tomamos atenta nota de los desempeños de nuestros compañeros durante el ejercicio para hacerles aportes en la reflexión final.

- Leemos la situación que se presenta en el siguiente recuadro e intentamos encontrar la respuesta.

El dilema de los guardianes

El avión en el que van unos peligrosos reos sufre una falla y cae violentamente al mar. En pocos minutos, tres guardianes y tres reos se encuentran nadando hacia la isla más cercana. Ellos sólo tienen el mapa que los llevará a su lugar de destino y partes del avión que les ayudan a flotar.

En tierra firme, los guardianes piensan en la forma de salir de la isla, alcanzar su objetivo inicial y seguir completamente ilesos. Para tal fin, observan el mapa que traza la ruta de salida. Éste muestra que deben pasar tres islas antes de llegar a su destino final, contando aquella en la que se encuentran.

Arduamente, los guardianes construyen una balsa con partes del avión. Al finalizarla descubren que en ella sólo pueden viajar dos personas. Este hecho los obliga a establecer un plan que les permita salir del apuro teniendo en cuenta:

- La limitada capacidad de la balsa.
- El número total de personas que deben viajar.
- Que el número de reos no supere el número de guardianes en ninguna de las islas.

- En 20 minutos, establecemos un plan que ayude a los guardianes a salir de las islas con vida.

- Representamos el plan diseñado por nuestro equipo al grupo general, cumpliendo al pie de la letra las condiciones dadas en el recuadro.

Si el plan inicial no tiene el resultado esperado, nos reunimos nuevamente para rediseñar la ruta. Podemos hacer esto varias veces, pero debemos tener en cuenta que sólo hay una hora para encontrar la solución.

- Al terminar el ejercicio determinamos:
 - El éxito en la realización de la actividad.
 - La efectividad del plan trazado durante los 20 minutos de planeación.
 - La duración de las rutas trazadas para desarrollar la prueba.

- Adicionalmente dialogamos sobre:

- ¿En qué momento del ejercicio planificamos las acciones que emprenderíamos?
- ¿Qué pensamientos aparecieron en nuestra mente al formular el plan?
- ¿Cómo se concretó el plan?

Reflexiones sobre nuestro aprendizaje

A partir de la experiencia anterior pensamos en los aprendizajes más importantes y expresamos nuestra opinión frente a los planes que diseñamos para alcanzar la meta de la actividad.

Además, concretamos lo aprendido en esta actividad escribiendo en una hoja en blanco:

- El proceso que vivimos al planificar las acciones que nos conducirían a la solución de problema.
- Las ideas que tenemos ahora sobre el papel de la planeación en el momento de aprender.
- Los elementos que debemos tener en cuenta para establecer un plan de acción al aprender un tema determinado.

Anexamos las respuestas al portafolio de evidencias.

Finalmente, le expresamos al grupo en general nuestra opinión sobre la planificación de las acciones a la hora de actuar en un campo de acción concreto.

