

Habilidades para la Vida

Una propuesta educativa
para convivir mejor

Aprendiendo
a conocernos
a nosotr@s
mism@s

Amanda J. Bravo Hernández
Victor Martínez Ruíz



FE Y ALEGRIA
MOVIMIENTO DE EDUCACION POPULAR INTEGRAL

Esta publicación es una reimpresión del módulo
"Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s" de

Habilidades para la Vida:

Una propuesta educativa para convivir mejor (Segunda parte) (ISBN: 958-33-7331-1)

Agencias de cooperación que apoyaron la elaboración y difusión de estos materiales

Programa por la Paz de Colombia

Manos Unidas Campaña Contra el Hambre (España)

Ayuntamiento de Madrid (España)

Diseño y diagramación

Clemencia Peña Trujillo

Beatriz Peña Trujillo

Ilustraciones

Carátula y separadores

Alekos

Internas

Hairán Sánchez

Impresión

Líneas Creativas Publicaciones Ltda.

Fe y Alegría de Colombia

Diagonal 34 No.4-94

Bogotá, D. C.

Teléfono: 3237775

Fax: 2877299

e-mail: fyacoldirnal@col.net.co

Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio, sin autorización escrita del representante legal de Fe y Alegría Colombia.

Todos los derechos reservados

Marzo de 2005

Bogotá, D.C., Colombia



Vive tus derechos
Proyecto en Salud Sexual y Reproductiva

Organización
Internacional
para las
Migraciones



Habilidades para la Vida:

Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s

Una propuesta educativa para convivir mejor (Segunda parte)

ISBN: 958-33-7331-1

Fe y Alegría de Colombia

Manuel Uribe Ramón, sj
Director Nacional

Autores:

Amanda J. Bravo Hernández
Víctor Martínez Ruiz

Lectura y aportes:

Marco Raúl Mejía Jiménez
Leonardo Mantilla Castellanos
Margarita María Osorio Isaza

Responsables de la implementación en la Oficina Nacional y Regionales de Fe y Alegría Colombia

Amanda J. Bravo Hernández
Víctor Martínez Ruiz
Diana Ortega
Amalia Rincón
Celina Calderón
Margarita Rosa Bravo
Julieta Escobar
María Inés Durán
Orlando Moreno
Gilberto Rodríguez B.
Mireya Vidal

Docentes de las escuelas demostrativas en Habilidades para la Vida, de Fe y Alegría de las ciudades de Barranquilla, Bucaramanga, Bogotá, Cali, Manizales, Los Patios, Medellín y Bello



Organización
Internacional
para las
Migraciones

Vive tus derechos
Proyecto en Salud Sexual y Reproductiva



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)

Directora General

Elvira Forero Hernández

Directora Técnica

Luz Mila Cardona Arce

Subdirector de Intervenciones Directas

Carlos Raúl Jiménez Fandiño

"La presente reproducción del módulo **"Aprendiendo a Conocernos a Nosotr@s mism@s"** del proyecto **"Habilidades para la Vida – Una propuesta educativa para convivir mejor"**, se hace a solicitud del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF, con un tiraje de 1.500 ejemplares, para ser empleados en el proyecto de formación de Salud Sexual y Reproductiva "Vive tus Derechos" dirigido a Clubes Prejuveniles y Juveniles, Madres FAMI y Educadores Familiares, en el marco del convenio N° 066 suscrito entre el ICBF y la OIM".

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Avenida carrera 68N° 64C-75 Sede Nacional
PBX 4377630 Bogotá
Línea gratuita nacional ICBF 01 8000 91 8080
www.icbf.gov.co

Contenido

Módulo

Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s

Presentación _____ 7

Primera sección

Unidad de Entrenamiento 1:

Soy un/a escultor/a de mí mism@ _____ 5

Unidad de Entrenamiento 2:

Nos damos forma un@s a otr@s continuamente _____ 13

Unidad de Entrenamiento 3:

Destrezas y herramientas del/la escultor/a para realizar su obra _____ 21

Unidad de Entrenamiento 4:

Mi cuerpo: más que una escultura _____ 31

Unidad de Entrenamiento 5:

Ecosistemas interiores de nuestra escultura _____ 39

Hojas de Ayuda de las unidades 1 a 5 _____ 47

Actividad Complementaria No.1

Para sesión con Madres-Padres de Familia _____ 65

Segunda sección

Unidad de Entrenamiento 6:

El estilo original del/la escultor/a _____ 71

Unidad de Entrenamiento 7:

Los poderes transformadores del/la escultor/a _____ 83

Unidad de Entrenamiento 8:

El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura _____ 91

Unidad de Entrenamiento 9:

Escultor/a y obra en permanente mejoramiento _____ 99

Unidad de Entrenamiento 10:

Mi escultura se re-crea en la interrelación con l@s demás _____ 107

Hojas de Ayuda de las unidades 6 a 10 _____ 115

Actividad Complementaria No.2

Para sesión con Padres-Madres de Familia _____ 129

Presentación

La elaboración de este módulo "Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s" se realizó gracias a la generosa colaboración de la organización española Manos Unidas Campaña contra el Hambre, que hizo posible que el equipo conformado por Amanda J. Bravo Hernández y Víctor Martínez Ruiz por Fe y Alegría Colombia, y el apoyo de Leonardo Mantilla Castellanos y Margarita María Osorio Isaza, prepararan el material base. Este material fue probado con estudiantes entre 4° y 11° de centros educativos de Fe y Alegría en las ciudades de Medellín, Bogotá-Tolima, Cali, Norte de Santander, Manizales, y Cartagena de Indias, cuyas docentes y correspondientes coordinadoras/es pedagógicas regionales aportaron sugerencias para ajuste y mejora del material inicial.

El material recibió sugerencias finales de Marco Raúl Mejía J. Asimismo, queremos dar un reconocimiento a todas aquellas personas que han participado en la construcción de este material con sus opiniones o sugerencias específicas, especialmente el personal docente que participó de la prueba del material, pero que se nos haría muy largo mencionar.

La publicación de este material y su divulgación es posible gracias a la contribución del Ayuntamiento de Madrid, en el marco del proyecto "Escuelas Demostrativas en Habilidades para la Vida en 8 Ciudades de Colombia".

El módulo que entregamos con el nombre de "Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s" tiene como finalidad el aprendizaje de los elementos centrales que componen la habilidad de explorarse y descubrir las propias capacidades y potencial de crecimiento personal, con el fin de encontrar a través de ese conocimiento las posibilidades de "esculpirse", esto es, construirse a sí mism@s como seres integrales que pueden transformar sus entornos de manera favorable para tod@s.

Consideramos que con el desarrollo de esas capacidades estamos contribuyendo a que las niñas y niños que pasen por este proceso salgan fortalecid@s y con mayores posibilidades de superar las situaciones adversas que les toque vivir, en un marco ético fundamental como es el del saber cuidar, de sí, de l@s demás, y del medio ambiente.

Unit 10: Sculpture and the Environment

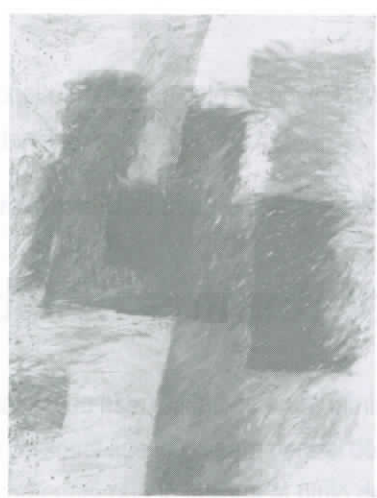
Unit 10: Sculpture and the Environment

Soy un/a escultor/a de mi mismo/a

Objetivos

- Describir y explicar el significado de la escultura en el espacio público.
- Analizar y evaluar las obras de arte en el espacio público.
- Identificar y describir las obras de arte en el espacio público.
- Crear una obra de arte en el espacio público.
- Reflexionar sobre el significado de la escultura en el espacio público.

Primera sección



Preparación de la clase

El profesor/a debe preparar la clase leyendo y reflexionando sobre el significado de la escultura en el espacio público. Se debe preparar una lista de obras de arte en el espacio público que se mostrarán en clase. Se debe preparar una lista de preguntas que se harán en clase. Se debe preparar una lista de actividades que se harán en clase.

Ejercitación

Actividades de clase

- El profesor/a debe preparar la clase leyendo y reflexionando sobre el significado de la escultura en el espacio público.
- El profesor/a debe preparar una lista de obras de arte en el espacio público que se mostrarán en clase.
- El profesor/a debe preparar una lista de preguntas que se harán en clase.
- El profesor/a debe preparar una lista de actividades que se harán en clase.

Unidad de Entrenamiento 1:

Soy un/a escultor/a de mí mism@

Logros

- Se reconoce como artífice de su ser interior e inicia su apropiación de este rol
- Identifica la distancia entre algunas de sus vivencias interiores, las manifestaciones que hace de éstas y la interpretación que otros hacen de ellas
- Relaciona conocerse a sí mism@ con ser escultor/a de sí mism@, en perspectiva de su desarrollo integral
- Entiende su proceso personal de conocimiento y construcción de sí mism@ y lo relaciona con los procesos de l@s demás
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.1

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- El/la entrenador/a busca una forma creativa inusual en su relación con sus estudiantes para ambientar el salón de clase o el espacio destinado a esta jornada y disponerlo hacia un trabajo

Condiciones
previas





motivado alrededor de ser escultoras/es de sí mism@s. Por ejemplo, colocar láminas de esculturas famosas o una escultura que el/la entrenador/a haya elaborado para esta ocasión.

- Breve saludo e introducción de la importancia de “entrenarse” en distintas destrezas para afrontar las situaciones de la vida, como por ejemplo, aprender a relacionarse entre personas, manejar las emociones, tomar decisiones y también, conocerse a sí mism@s, entre otras. Al igual que el entrenamiento deportivo, el entrenamiento en **habilidades para la vida** exige una disposición, concentración, ejercicio permanente y complementario, y el desarrollo de cualidades y valores apropiados para desempeñarse de la manera más competente.
- Luego el/la entrenador/a invita al grupo a compartir algunas ideas y expectativas que el módulo titulado, “Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s” podría despertarles. ¿Qué utilidad puede tener este aprendizaje para sus vidas? Los aportes se van consignando en una cartelera que se retomará al finalizar esta unidad de entrenamiento. Seguidamente, hace conscientes a l@s estudiantes de la ambientación del salón de clase y propone relacionar el conocerse a sí mism@ con la obra que realiza un/a escultor/a y el título de esta unidad de entrenamiento: “Soy un/a escultor/a de mí mism@”.

Ejercicios de calentamiento

Ejercicios para aprendices de escultura

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio adecuado para el trabajo de l@s estudiantes con barro, plastilina u otro material maleable. Acompañad@s con una música de fondo, ell@s realizarán individualmente pequeñas esculturas según las indicaciones que vayan recibiendo. El/la entrenador/a hará una motivación adicional sobre la responsabilidad del/la escultor/a con su obra, pues en ella expresa sus mejores cualidades y para lograrlo emplea las herramientas más apropiadas, pero en principio son sus propias manos. El primer ejercicio será modelar un animal con el cual compartan algún rasgo con el que se identifiquen, por ejemplo, un gato y gustarle ser consentid@. El segundo ejercicio será representar mediante alguna forma moldeada cualidades o características personales, por ejemplo, la alegría o ser amistos@.
- Finalizada la exposición, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿qué sintieron mientras daban forma a sus esculturas? ¿Cómo percibían sus manos? ¿qué ideas les surgieron mientras realizaban sus obras?

- Terminado el trabajo, se preparan mesas de exposición de las obras. La mitad de l@s estudiantes se colocan al lado de sus trabajos para responder al interés que pueda tener la otra mitad que las aprecia. Luego de un tiempo prudencial cambian los grupos.

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a propicia un intercambio acerca del significado de ser escultor/a de la interioridad de las personas. ¿Qué quiere decir esto? ¿Cómo se haría? En el papelógrafo abre dos columnas para hacer un paralelo entre el/la escultor/a de obras tridimensionales y un/a escultor/a de nuestra interioridad. Tratar de relacionar habilidades, herramientas, materiales que se emplearían, entre otros componentes necesarios para adelantar la obra.

El material de mi propia escultura



- A continuación, menciona que l@s artistas generalmente preparan bocetos de sus obras e incluso hacen varios bocetos de una misma obra, acompañándolos con apuntes sobre ellos, que les sirven como registro base para la realización de su trabajo. Propone que individualmente cada estudiante lleve también un cuaderno de "Memorias de mi escultura interior", que le acompañará en este proceso de conocimiento —y construcción— de sí mism@, comenzando por colocar su nombre en una página completa, resaltándolo mediante colores o efectos especiales y simbolizándose mediante el título o un dibujo como artista escultor/a. En la hoja siguiente escribirá lo que su nombre significa para él/ella



Condiciones
previas



y de qué manera éste expresa las cualidades y características que conoce de sí. Debe preparar en dos columnas: en la primera un listado de esas cualidades y en la segunda, señalar frente a cada cualidad las diversas maneras como las manifiesta. Por ejemplo, "soy amistoso y creo manifestarlo a través del saludo a la gente y la sonrisa frecuente, además busco acompañarme de alguien y siempre estoy atento a hacer algún favor a quien lo necesite".

Retomando los elementos aportados y anotados en el papelógrafo, el/a entrenador/a indica que las cualidades enumeradas hacen parte del "material" y "herramientas" con los que cada artista modelará su escultura interior. Propone que cada estudiante escriba un relato donde asocie sus cualidades con fuerzas o elementos de la naturaleza, por ejemplo, "tengo la transparencia del agua" o "en las dificultades soy resistente y flexible como una guadua", e indique cómo ellas pueden transformar su vida y las de los demás para un mejor estar común.

Seguidamente, se les solicitará llenar un cuestionario de entrada que se ha previsto con el módulo a manera de material de análisis externo para identificar, al finalizar, algunos posibles desarrollos de este proceso que se inicia.

- Luego, cada estudiante con cuatro pliegos abiertos de papel de periódico que han conseguido para esta actividad los pega para dejar dos pliegos dobles. En uno de ellos escribe con marcador sus principales cualidades y características identificadas, y en la otra algunas de sus principales manifestaciones. Pega los pliegos por el borde a manera de una funda, dejando la parte escrita de las características hacia dentro y las manifestaciones de las mismas hacia afuera. Esta funda se empleará en la próxima sesión, por lo que deben tratarla con cuidado, conservarla y traerla en la siguiente reunión.
- Se introducen a sí mismos en las fundas y tratan de leer sus cualidades allí escritas, y se preguntan sobre cada una de ellas, desde cuándo se acuerdan que las tienen. Se deja un tiempo prudencial para esta reflexión.
- Abren dos perforaciones, a la altura de los ojos, que les permitan ver hacia afuera de la funda y se desplazan por el salón tratando de leer las manifestaciones de las cualidades de sus compañeros y tratan de identificar a qué característica o cualidad corresponden. Esta actividad se realiza en silencio.
- Cuando han identificado a qué característica o cualidad corresponden, la escriben al lado de ella con un marcador de distinto color. Por ejemplo, al lado de "saludo a la gente

y le sonrío con frecuencia, además busco acompañarme de alguien y siempre estoy atent@ a hacer algún favor a quien lo necesite" se puede poner: "amistad", "amabilidad", "lambone-
ría", u otro que interpreten.

- Terminado el ejercicio, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos deben deba-
tir sobre:
 - ¿qué aprendimos de este ejercicio? ¿Cómo se relaciona con la actividad de ser
escultoras/es de nuestra interioridad? ¿Cómo podemos relacionar la realidad interior
de vivencias y cualidades con sus manifestaciones y las interpretaciones o "lecturas"
que hacen de ellas otras personas?
 - comentar anécdotas de la vida personal donde hayan experimentado que las
manifestaciones de sus cualidades interiores hayan sido interpretadas de una
manera distinta a la cualidad interior que experimentaban o querían expresar
 - escoger una de estas situaciones y preparar una dramatización, una poesía, una
historieta, mimo, títeres, rap, danza entre otras formas posibles para comunicar sus
conclusiones del trabajo.

Plenaria

- Terminado el compartir de los grupos, el/la entrenador/a propone comentar sobre los si-
guientes puntos:
 - ¿Cuál puede ser el propósito de hacer una "escultura interior" de nosotr@s mism@s?
 - ¿Qué límites creen que tiene un/a escultor/a habitual para realizar su obra? ¿Qué límites
podría tener un/a escultor/a interior para realizar su obra?
 - ¿Qué habilidades o destrezas necesita un/a escultor/a para desarrollar su obra?
¿Qué habilidades o destrezas necesita un/a escultor/a interior para desarrollar su
obra?
 - ¿Qué relaciones podemos establecer entre los "materiales" de la interioridad de cada
integrante del grupo (cualidades, características, necesidades, deseos, sueños,
intenciones)? ¿Qué explicaciones podemos dar para ello?
 - ¿Qué elementos han influido para que hayamos llegado a ser como somos?
 - ¿Qué papel podemos jugar en la construcción de nosotr@s mism@s como individu@s?

Condiciones
previas



Condiciones
previas



- Seguidamente, propicia una lluvia de ideas sobre cómo representar simbólicamente que somos escultoras o escultores de nuestro interior, de tal forma que podamos identificarnos como tales, y les invita a construir dicho símbolo o a diseñar una indumentaria que le sirva al mismo propósito. Se da un tiempo prudencial para elaborar estos símbolos o vestidos.

Control de entrenamiento

- En sus cuadernos de "Memorias de mi escultor/a interior", cada estudiante escribe sus conclusiones personales sobre la importancia de ser escultores/as de sí mism@s de cara a sus relaciones interpersonales concretas y a los sueños que tiene para su vida, el cómo quiere SER. El/la entrenador/a vuelve a presentar la cartelera inicial donde se recogió los primeros aportes sobre la utilidad de aprender a conocerse a sí mism@s y sugiere a l@s estudiantes completarla con sus aportes.

Ejercicios para mantenerse e en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.1, para Escultores de sí mism@s)

- Durante las próximas dos semanas, observo en mi vida diaria la manera como está trabajando mi escultor/a interior, con qué materiales (cualidades, características, necesidades, deseos, sueños, intenciones), y con qué herramientas e influencias (internas o externas) lo está haciendo. Para ello tomo en cuenta los distintos ambientes en que me desenvuelvo y las relaciones que se dan en ellos.
- Con mi grupo investigamos sobre escultura, técnicas y herramientas que se emplean, sobre las vidas de escultores famosos internacionales y nacionales, obras de estos artistas entre otros temas relacionados y organizamos una manera de compartir nuestros hallazgos con l@s demás compañer@s escultoras/es. Este trabajo servirá de apoyo para el desarrollo de la Unidad de Entrenamiento 3 de este módulo.
- En el colectivo nos ponemos de acuerdo sobre la manera como pondremos en conocimiento a la comunidad educativa sobre el inicio de nuestro proceso de conocimiento de nosotros mism@s. Por ejemplo, se podría organizar unos monumentos en lugares visibles del centro educativo, con carteleras alusivas a la importancia de este aprendizaje.

Información adicional para el/la entrenador/a

Condiciones
previas

En este módulo de trabajo sobre el conocimiento de sí mism@ el énfasis está puesto en la capacidad de explorarse que tiene cada persona, de reconocer sus propias capacidades, necesidades, deseos, intenciones, sueños, sus maneras de ser, de pensar, de aquello que le motiva y cómo puede construirse interiormente moldeando su interior, con el fin de lograr ser la persona que quiere. Por ello, el personaje elegido para este módulo es un/a escultor/a, alguien que es capaz de dar forma a un material que existe en nosotr@s mism@s.

Con frecuencia, en las instituciones educativas nos encontramos con el énfasis puesto mayormente en el desarrollo de las capacidades de procesamiento de la información académica, en desmedro del conocimiento de otros aspectos de nuestra vida interior, que son importantes también para la formación integral del ser. En ese sentido, quisiéramos rescatar la posibilidad que tenemos desde este módulo para descubrir el potencial de fuerza interior con que cuenta cada persona para superar diversos obstáculos que se presentan a lo largo de la vida para lograr ser como quisiéramos y alcanzar además nuestras metas y sueños personales.

Existen numerosas investigaciones que muestran cómo las personas aun con serias dificultades de orden cerebral son capaces de salir adelante y desempeñarse de manera adecuada e independiente en el medio en que les toque desenvolverse (cfr. Reuven Feuerstein y su propuesta sobre Modificabilidad Cognitiva Estructural). Por otro lado, nuestra sociedad ha venido privilegiando dos tipos de capacidades, las que tienen que ver con el procesamiento lógico-matemático y las que tienen que ver con el lenguaje, en desmedro de otras capacidades (cfr. Howard Gardner y su teoría de las inteligencias múltiples) que tenemos los seres humanos.

Queremos destacar aquí también, que esta propuesta considera a las personas capaces de resiliencia, esto es, capaces de salir adelante en la vida en medio de situaciones adversas – familias de “alto riesgo” donde madres-padres eran enferm@s mentales, alcohólic@s, abusiv@s o delincuentes, en comunidades de extrema pobreza o en zonas de guerra.

Los seres humanos nacemos con una capacidad innata para desarrollar rasgos que nos permiten superar dificultades, entre los que están la flexibilidad, la empatía, el afecto, la comunicación, el sentido del humor, la capacidad de respuesta, la resolución de problemas, el pensamiento crítico y creativo, la asertividad, **conocimiento de sí mism@** (habilidades y



Condiciones
previas



competencias psicosociales). Asimismo, la capacidad resiliente requiere del desarrollo de cualidades como autoestima, autonomía, optimismo, espiritualidad, aspectos todos que son posibles de incentivar y promover desde el ámbito escolar (cfr. Diversos autores sobre la teoría de la resiliencia).

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral y cuánto necesita crecer personalmente en este mismo tema.



Reflexión

Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Qué tanto he desarrollado mi escultor/a interior?
- ¿Qué herramientas personales (cualidades o características) tengo que podrían facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje de este módulo?
- ¿Qué importancia puede tener este proceso de conocimiento de sí mism@ para la vida de mis estudiantes?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de Entrenamiento 2:

Nos damos forma un@s a otr@s continuamente

Condiciones
previas

Logros

- Reconoce que somos seres individuales que nos construimos en conjunto en la sociedad y que estamos en proceso permanente en ello
- Fortalece su responsabilidad sobre el conocimiento y la construcción de su ser interior
- Aporta a l@s demás en sus procesos de construcción personal
- Establece límites de confianza en la influencia de l@s demás sobre sí mism@
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.2

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Durante el desarrollo de este módulo, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas de dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.
- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior:



Condiciones
previas



"Soy un/a escultor/a de mi mism@". A continuación, les pide a l@s escultoras/es presentar el símbolo que l@s identifica como tales y les invita a hacer un "cuchicheo" en pequeños grupos para comentar durante unos breves minutos el ejercicio con la funda de papel periódico y compartir sus trabajos sobre la escultura y escultores famosos, y los aprendizajes logrados en los "ejercicios para mantenerse en forma" de la unidad anterior. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en el significado de ser escultoras/es de sí mism@s.

- A continuación, introduce el tema de hoy, "Nos damos forma un@s a otr@s continuamente" que trabajará sobre la imposibilidad de construirnos como personas aisladas y que en la permanente interacción con l@s demás vamos cambiando a lo largo de toda la vida, ofreciéndose la oportunidad de ser cada vez mejores individu@s.

Ejercicios de calentamiento

La bata del/la artista escultor/a interior

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio amplio y adecuado para el trabajo con revistas viejas, periódicos, tijeras, papel, pegante, y otros elementos que considere oportuno para desarrollar la siguiente actividad.

Individualmente, cada estudiante debe retomar las cualidades y características personales registradas en la sesión anterior, y buscar en las revistas y periódicos imágenes, frases, asociadas con ellas y reservarlas para un momento posterior. A continuación, individualmente o con ayuda de sus compañer@s, deben retomar la funda de papel periódico de la sesión anterior y elaborar con ella una bata de escultor/a que le sirva para identificarse como escultor/a de sí mism@. Para ello, les sugiere recortar el centro del fondo de la funda, a manera de cuello, y a partir de allí hacer la abertura de la bata. Luego pueden abrir orificios a los lados para que puedan salir los brazos. Deben completar la bata y reforzarla con el ánimo de que ella sea empleada en cada una de las unidades de entrenamiento siguientes. Con los recortes seleccionados decoran la confección interna y externamente, asociándolos con las cualidades internas y las manifestaciones.

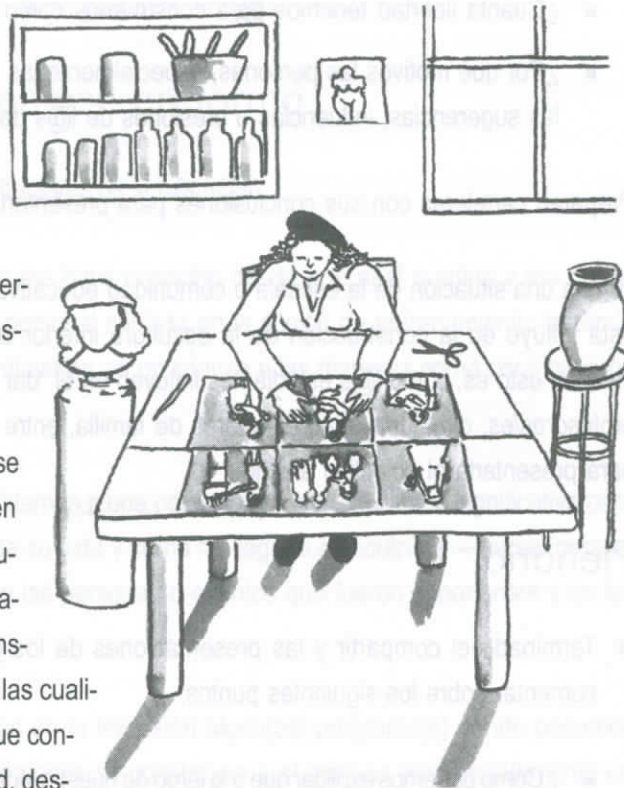
Invita a cada escultor/a de sí mism@ a vestir su confección y preguntar a sus compañer@s opiniones para mejorarla, al tiempo que opina sobre las confecciones de sus

- compañer@s. Dedicar un tiempo adicional para que con la ayuda de un@ o más estudiantes hagan los ajustes finales a su bata de escultor/a atendiendo a las sugerencias que considere pertinentes.
- Finalizada la exposición, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿qué sintieron cuando sus compañer@s opinaban sobre sus confecciones? ¿Qué criterios tomaron en cuenta para aceptar unas sugerencias y desechar otras? ¿Cómo cambió su confección a partir de las sugerencias de l@s demás? ¿Cómo pueden relacionar este ejercicio con la construcción de sí mism@s? ¿Qué aprendieron?
- Terminado el trabajo, el/la entrenador/a retoma la idea de ser "artistas" en el proceso de conocimiento de sí mism@s para "esculpirse" —darse forma—, señalando cuánto les ayuda el conocer a fondo el "material" interior para poder hacer con éste su mejor y más bella obra de arte.

Ejercicio principal

Biografía de mi escultor/a interior

- El/la entrenador/a pregunta de qué manera lo experimentado en el ejercicio de calentamiento es posible de asociar con nuestra vida real. El siguiente ejercicio propone ver cómo en las vidas de cada un@ muchas personas van aportando en la construcción de nosotr@s mism@s.
- Individualmente cada estudiante se toma unos minutos para pensar en silencio sobre su vida y en particular sobre las personas más cercanas que le han aportado en la construcción de sí mism@ tanto para las cualidades como para los aspectos que considera difíciles de su personalidad, des-



Condiciones
previas



de que tiene memoria de ello, señalando de qué manera lo han hecho y en qué aspecto personal han influido. Consignan en las "Memorias..." un relato de su biografía donde dejan constancia de su reflexión anterior, colocando en donde sea posible nombres propios. En la narración establecen algunos momentos significativos en los que aparece su escultor/a interior construyéndoles, y decidiendo a quién hacerle caso y a quién no sobre cómo deben ser. Escriben algunas razones que se da el/la escultor/a interior para aceptar o descartar una sugerencia o presión.

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad, puesto que no tendrán que compartir sus escritos con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comentan sobre:
 - ¿Nos formamos nosotr@s mism@s o nos forman l@s demás?
 - ¿Qué personas de la comunidad educativa participan en la construcción de nuestra escultura interior y de qué maneras?
 - ¿Cómo participamos nosotr@s en la construcción personal del resto de la comunidad educativa?
 - ¿Cuánta libertad tenemos para construirnos como personas individuales?
 - ¿Por qué motivos las personas, especialmente las más jóvenes, suelen hacer caso de las sugerencias, influencias o presiones de l@s demás?

Preparan carteleras con sus conclusiones para presentarlas a la plenaria.

Toman una situación de la escuela o comunidad educativa, en donde se vea la manera como ésta influye en la construcción de la escultura interior de l@s estudiantes o una situación inversa, esto es, cómo l@s estudiantes influyen en el "dar forma" a la escultura interior de sus profesoras/es, director/a, madres-padres de familia, entre otras, y preparan su dramatización para presentarla al colectivo amplio.

Plenaria

- Terminado el compartir y las presentaciones de los grupos, el/la entrenador/a propone comentar sobre los siguientes puntos:
 - ¿Cómo podemos explicar que a lo largo de nuestra vida somos l@s mism@s pero distint@s?

- ¿De qué y de quién(es) depende que yo pueda ser mejor o peor como persona?
 - ¿A quién o a quiénes le corresponde definir el tipo de persona que cada un@ debe ser y por qué?
 - ¿Qué criterios son los que permiten que unas personas tengan más influencia que otras en la construcción de nuestra escultura interior?
 - ¿Qué responsabilidad tenemos en poner los límites o abrir las puertas de la influencia de las personas —o de los mensajes o situaciones— que pueden influir en la construcción de nuestra escultura interior?
- Seguidamente, propone al grupo tomar su bata de artista, recuperar el símbolo que elaboraron en la primera unidad de entrenamiento y pegarle algunas imágenes o frases nuevas que recojan sus aprendizajes a lo largo de esta unidad, para organizar a continuación un “desfile de modas” en el que l@s escultoras/es de sí mism@s puedan mostrar sus batas que han confeccionado.

Control de entrenamiento

- En sus “Memorias...” cada estudiante narra la manera como está influyendo en la construcción personal de l@s integrantes de su grupo de amig@s.

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.2, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Busco a una persona mayor que me haya conocido desde que nací o antes y me pueda ayudar a completar mi biografía personal iniciada en la sesión de entrenamiento, tratando de recuperar las personas que influyeron en mi crianza y las maneras como contribuyeron a mi actual forma de ser.
- Con mi grupo de amig@s entrevistamos a una persona que consideramos significativa para nosotr@s acerca de las etapas de su vida y cómo ha llegado a esculpirse —darse forma— a sí mism@, haciendo énfasis en las personas o eventos que fueron importantes y en las maneras como la influenciaron.
- Con mi grupo de amigos miramos en la televisión algún(os) programa(s) donde podamos identificar la manera como las personas se construyen a sí mismas permanentemente en





relación con otr@s y les aplicamos las preguntas que nos hicimos en la plenaria de esta unidad de entrenamiento:

- ¿Cómo podemos explicar que a lo largo de la vida las personas sean las mismas pero distintas?
- ¿De qué y de quién(es) depende que las personas puedan ser mejores o peores?
- ¿Quién o quiénes definen el tipo de persona que cada una debe ser y por qué?
- ¿Qué criterios son los que permiten que unas personas tengan más influencia que otras en la construcción de las esculturas interiores?
- ¿Qué responsabilidad tienen las personas en poner los límites o abrir las puertas de la influencia de otr@s —o de los mensajes o situaciones— que pueden influir en la construcción de sus esculturas interiores?

Información adicional para el/la entrenador/a

Los seres humanos nos construimos en sociedad, nuestra manera de ser se produce a partir de una compleja negociación cultural permanente, entre lo que nuestra naturaleza biológica nos proporciona como base (capacidad física y posibilidad de adaptación al medio, fundamentalmente), nuestras propias percepciones y elaboraciones sobre el medio en que nos desenvolvemos, la valoración de los comportamientos que vemos de las personas que nos rodean y con quienes establecemos una relación de admiración o afecto, y lo que las costumbres y maneras sociales establecidas ofrecen como posibilidad para nuestra actuación.

De ahí la importancia de conocer cuáles son los factores que ejercen más influencia en nuestra elaboración interior y tener la posibilidad de elegir a cuáles queremos dar preeminencia. Nuestras relaciones afectivas tienen un papel importante en esto, y permitimos una mayor influencia de quell@s a quienes amamos o admiramos. Pero también nuestras relaciones no afectuosas juegan un papel en la construcción de nuestro ser interior. Esto en cuanto a quienes nos rodean, generalmente en el ámbito familiar.

En términos de relaciones más amplias, y aquí incluimos a la escuela y otros ámbitos de socialización, es posible favorecer factores promotores de capacidades para superar situaciones adversas. Las investigaciones han mostrado que los ambientes en los que existen *relacio-*

nes afectuosas (sensibilidad, comprensión, respeto e interés que se incorporan a través del ejemplo y llegan a cimentar un sentido de seguridad y confianza), *los mensajes* que proyectan las expectativas que se tienen de las personas, comunican no sólo una orientación sólida, sino también estructuras y metas a seguir, transmitiendo en esta forma la certeza que se tiene de la resiliencia que existe en los y las jóvenes, en donde en vez de detectar problemas y defectos, se identifican las fortalezas y ventajas con que cuentan, y finalmente, las *oportunidades de participación y contribución significativa*, que incluyen el tener responsabilidades importantes, el tomar decisiones, el ser escuchad@, y el aplicar la capacidad personal en beneficio de la comunidad son altamente favorecedores de resiliencia.

Lo anterior nos pone en evidencia el papel protagónico del conjunto de personas —especialmente las personas adultas— de la comunidad educativa, en las maneras como pueden formar/deformar el sí mism@ de l@s estudiantes. De allí la importancia de trabajar con niñas, niños y jóvenes cómo ellas y ellos mismos pueden “abrir” o “cerrar” las puertas a lo que traen las personas que le rodean, y que puede tener una influencia determinante en la manera como se construirán a sí mismas o a sí mismos, y que este es un proceso continuo y dinámico a lo largo de la vida.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Reflexión

Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?

Condiciones previas



Condiciones previas



- ¿Quién o quiénes han jugado un papel importante en la construcción de mí mism@ y de qué manera yo he regulado esta influencia?
- ¿Cómo me aportan mis estudiantes en la construcción de mí mism@?
- ¿Cuál es mi responsabilidad como educador/a en la construcción interior de mis estudiantes?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de Entrenamiento 3:

Destrezas y herramientas del/la escultor/a para realizar su obra

Logros

- Reconoce algunos de sus límites y capacidades personales en la resolución de situaciones difíciles
- Se apropia del significado de la frase: "Todo límite implica unas oportunidades" y lo pone en práctica ante situaciones difíciles que se le presentan en la vida diaria
- Establece una comunidad de pares de edad con l@s que interactúa para posibilitar la superación de sus dificultades comunes
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.3

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.

Condiciones previas



Condiciones
previas



- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **“Nos damos forma un@s a otr@s continuamente”**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un “cuchicheo” y comenten durante unos breves minutos sobre la responsabilidad que le cabe a cada persona respecto del conocimiento y construcción de sí misma, y sobre sus logros en la tercera actividad de los “ejercicios para mantenerse en forma” de la unidad anterior, que les pedía, entre otras cosas, mirar la televisión y responder una guía de preguntas. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en algunas situaciones o personas que enmarcan y condicionan los procesos de construcción de sí mism@s.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **“Destrezas y herramientas del/la escultor/a para realizar su obra”** que trabajará sobre los límites y posibilidades que nos presenta la naturaleza y la sociedad, y cómo ellos se pueden convertir en una oportunidad para volver sobre nuestras mejores capacidades y aprovecharlas procurando el mayor bien para sí mism@ y para tod@s l@s involucrad@s”.

Ejercicios de calentamiento

Animales en problemas

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio abierto adecuado para el trabajo de l@s estudiantes. Se organizan cinco grupos y se les asigna un animal para representar. El objetivo del juego consiste en saber sortear una situación o circunstancia difícil con éxito. El logro de superación de la situación les da diez puntos. El/la entrenador/a toma por sorteo, de una bolsa, una tarjeta que describe una situación-obstáculo (ver Hoja de Ayuda No.3) y cada grupo de “animales” buscan por 30 segundos una salida real a esta situación desde su “especie”. El/la entrenador/a pedirá por turnos las respuestas de los grupos y otorgará el puntaje dependiendo de cuan ajustada a la realidad esté la solución propuesta. Para quienes no resulta problemática la situación, deben representar la manera como sortearán con éxito dicha situación para obtener algún puntaje. Por ejemplo, saltar una cañada es más fácil para un felino que para una tortuga. Realiza varias rondas de este ejercicio.
- Finalizado el trabajo, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿qué sintieron mientras debían resolver a toda prisa cómo sortear el obstáculo? ¿Qué pensaron cuando se dieron cuenta que había obstáculos insalvables desde su condición de especie

animal? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirnos interiormente?

Condiciones previas

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a hace énfasis en la diversidad de situaciones-obstáculo que plantea el medio natural, social, barrial, escolar, familiar a tod@s y cómo ellas exigen el mejor conocimiento de nuestras destrezas y el desarrollo de otras para poder afrontarlas creativamente y superarlas.

Todo límite implica unas oportunidades

- Individualmente cada estudiante se coloca su "bata de artista escultor/a interior" y se toma unos minutos para pensar en silencio sobre su vida y en particular sobre algunas situaciones significativas en su vida, por las especiales dificultades que ha debido superar. Reflexiona sobre los elementos y personas que contribuyeron a la superación de cada situación y cuál fue su participación en ello. Narran en sus "Memorias..." de la manera más vívida posible al menos una de estas situaciones que les parezca más representativa, colocando las emociones que se vivieron, y los sentimientos que perduran hasta hoy. A continuación



Condiciones
previas



hacen un ejercicio similar al del "calentamiento", tratando de imaginar creativamente nuevas formas o alternativas que hubieran podido ayudar a superarla y la consignan en sus "Memorias...".

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:
 - ¿cuáles son las limitaciones o condicionamientos que la naturaleza nos impone? Y a su vez, ¿a qué posibilidades nos abren esas limitaciones o condicionamientos?
 - ¿Qué situaciones de la realidad nacional, social y económica, afectan nuestra vida diaria? ¿Qué beneficios podemos conseguir de tales situaciones?
 - ¿Qué otros aspectos condicionan o limitan a los hombres y mujeres de nuestra edad para el desarrollo pleno de nuestra vida personal? ¿De qué manera podríamos aprovecharlos para superarlos y salir adelante?
 - ¿Qué consecuencias tiene dejarse abatir por las dificultades y qué ventajas tiene asumirlas como un desafío a nuestras capacidades y creatividad?
 - ¿Qué habilidades y capacidades tenemos, necesitamos y podemos desarrollar los hombres y mujeres de nuestra edad para afrontar las situaciones difíciles que nos presenta la vida?

Preparan creativamente sus conclusiones a manera de recomendaciones útiles para afrontar situaciones difíciles de la mejor manera posible, que presentarán al colectivo amplio.

Plenaria

- Terminado el compartir de los grupos, el/la entrenador/a ayuda a consolidar las recomendaciones de los grupos en un solo listado que cada escultor/a interior recoge en sus "Memorias..." a manera de un "Manual del escultor/a interior". A continuación, propone debatir sobre los siguientes puntos:
 - ¿Qué papel juega el enfoque o perspectiva optimista o pesimista desde la cual se miran las distintas características o situaciones que tenemos y vivimos?
 - ¿Qué emociones y sentimientos suelen acompañar las situaciones difíciles de la vida y el afrontamiento de las mismas?

- ¿Qué manejo le podemos dar a estas emociones y sentimientos para que nos ayuden a superar estas situaciones difíciles?
- ¿Qué situaciones de nuestro entorno inmediato: barrio, escuela, familia, estamos en capacidad de cambiar o transformar y cuáles no?
- ¿Con qué capacidades, valores, derechos humanos y ciudadanos irrenunciables contamos siempre en cualquier situación de nuestra vida para salir adelante, por muy difícil que dicha situación sea?
- ¿Qué potencial implica el ser hombre o ser mujer en la superación de situaciones difíciles?
- ¿Qué importancia tiene el conocimiento de sí mism@ en la capacidad de enfrentar situaciones difíciles?
- ¿Qué utilidad tiene en la vida tomar las dificultades como una oportunidad?

La herramienta de oro

- Seguidamente, el/la entrenador/a recupera la segunda actividad complementaria de la Unidad de entrenamiento 1, la cual invitaba a investigar sobre técnicas y herramientas que se emplean en escultura, y organiza cinco grupos. El/la integrante de un grupo saca una ficha al azar (ver Hoja de Ayuda No.4) la cual indica la pequeña escultura que deberán presentar ante el colectivo respondiendo además qué herramienta se emplea para la elaboración de ella. Tienen un minuto para hacerlo. Este ejercicio se repite por turnos para cada grupo las veces que el/la entrenador/a considere pertinente. A medida que los grupos van indicando las herramientas, el/la entrenadora toma nota de ellas en un papelógrafo o pizarra.
- A continuación comentan acerca de la diversidad de herramientas empleadas por l@s distint@s escultoras/es, y cómo algunas de ellas son imprescindibles para realizar la obra. Advierte que éstas son herramientas para esculpir, tallar o modelar objetos, pero se necesitan otras para modelar nuestra escultura interior. Les invita a preparar una lista de "herramientas para el/la escultor/a de sí mism@" a partir de lo reflexionado en esta unidad de entrenamiento y a considerar si hay alguna más importante o imprescindible en esta tarea.
- El/la entrenador/a presenta la "herramienta de oro" del/la escultor/a de sí mism@: "Todo límite o dificultad puede significar muchas oportunidades de superación", y les pide crear un artefacto propio asociado a las herramientas vistas (cincel, espátula, etc.) que represente la herramienta de oro mencionada y pueda acompañarles a lo largo del desarrollo de este módulo.





Control de entrenamiento

- Cada estudiante escribe en sus "Memorias..." un listado de capacidades y limitaciones familiares y personales con que cuenta para enfrentar situaciones difíciles. Para ello puede ayudarle retomar las cualidades y características trabajadas en la primera unidad de entrenamiento. Al volver sobre sus limitaciones, expresa la manera como ellas pueden verse como una oportunidad de crecimiento interior y de utilidad para superar situaciones difíciles.

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.5, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Durante las próximas dos semanas permanezco atent@ a registrar las situaciones difíciles que se me presentan en la vida diaria. Las describo lo más detalladamente posible en mis "Memorias...", exploro los sentimientos que los acompañan y determino qué capacidades personales me pueden ayudar a salir adelante. Confronto estos hallazgos con mis listados de capacidades y características personales elaboradas en las unidades de entrenamiento trabajadas, les aplico la "herramienta de oro" y registro de qué manera ella me ayuda a encontrar salidas a estas situaciones.
- Con mi grupo de amig@s debatimos acerca de nuestras capacidades y características personales y tratamos de encontrar de qué manera se complementan para afrontar situaciones difíciles comunes. Procuramos establecer unos criterios que permitan que esta complementariedad pueda hacernos crecer interiormente y como grupo y evaluamos de qué manera la "herramienta de oro" nos ayuda a superar estas situaciones difíciles comunes. Debatimos acerca de en qué medida lo anterior nos beneficia sólo a nosotr@s como individuos y como grupo, en qué medida beneficia a la comunidad a la que pertenecemos y si podemos considerarlo como un bien para el conjunto de la sociedad.
- Con mi grupo de amig@s vemos diversos programas de televisión tratando de establecer situaciones difíciles de los personajes distinguiendo si son varones o mujeres, ver la manera como ell@s los afrontan, las capacidades que ponen en juego, los sentimientos presentes en resolución de la situación, y consideran qué tan realista es la superación planteada, es decir, si en el mundo real eso sería posible. Aplicamos la "herramienta de oro" para ver qué salidas posibles vemos nosotr@s y consideramos los beneficios para los personajes, su grupo, la comunidad a la que pertenecen y para el conjunto de la sociedad.

Información adicional para el/la entrenador/a

Condiciones
previas

Si el/la entrenador/a lo considera pertinente, puede aprovechar el siguiente relato para motivar la reflexión acerca de la "herramienta de oro", es decir, cómo una realidad puede encerrar otra realidad siempre y cuando cambie la mirada sobre aquella.

La niña, la piedra y el caballo¹

Cuentan que en cierta ocasión entró una niña en el taller de un escultor. Por un largo rato, estuvo disfrutando de todas las cosas asombrosas del taller: martillos, cinceles, pedazos de esculturas desechadas, bocetos, bustos, troncos... pero lo que más impresionó a la niña fue una enorme piedra en el centro del taller. Era una piedra tosca, llena de magulladuras y heridas, desigual, traída en un penoso y largo viaje desde la lejana sierra. La niña estuvo acariciando con sus ojos la piedra y, al rato, se marchó. Volvió la niña al taller a los pocos meses y vio sorprendida que, en el lugar de la enorme piedra, se erguía un hermosísimo caballo que parecía ansioso de liberarse de la fijeza de la estatua y ponerse a galopar. La niña se dirigió al escultor y le dijo: ¿cómo sabías tú que dentro de esa piedra se escondía ese caballo?

El relato anterior puede asociarse con la capacidad que tenemos todas las personas para mirarnos interiormente de una manera distinta. Muchas veces repetimos interiormente voces que escucháramos alguna vez y que nos dijeron "no puedes" sin dejarnos explorar o considerar siquiera la posibilidad o "no tienes" capacidades para asumir una tarea sin permitirnos intentarlo. En esta unidad de entrenamiento buscamos fortalecer el deseo de intentar probar capacidades dormidas o inhibidas, mirarse como potencial y no como imposibilidad, asumir un riesgo calculado de emprender acciones que perfilen otras maneras de ser. Es importante advertir que la asunción del riesgo debe enmarcarse en el "saber cuidar", de mí mism@, de l@s demás y del entorno medioambiental en que vivimos, considerando alternativas posibles y dispuest@s a asumir responsablemente las consecuencias de nuestros actos.

Lo anterior lleva implícita una propuesta de empoderamiento de niñas, niños y jóvenes para que sean capaces de ser artífices de su propia manera de ser, e implica también tener en cuenta el papel que tienen las normas sociales y culturales, y las leyes que existen en toda sociedad. Vivimos una permanente tensión entre nuestros deseos interiores y lo que la socie-



Condiciones
previas



dad prescribe, pero es en esa tensión que nos moldeamos y vamos encontrando nuestra propia realización.

También es cierto que existe un contexto social, económico, político global y local que afecta la construcción personal. Aquí entonces se ponen en juego las posibilidades individuales y colectivas para participar como ciudadan@ en la transformación de ese contexto, que haga posibles nuevas maneras de ser varón y mujer, de oportunidades más equitativas para los géneros, de organización de entornos más favorables al desarrollo pleno de las capacidades humanas, esto es, en perspectiva de la construcción del bien común.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Reflexión



Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Cómo suelo afrontar las situaciones difíciles en mi vida? ¿A qué capacidades recorro?
¿Qué sentimientos aparecen en estas situaciones?
- ¿Qué criterios me ayudan para afrontar y superar situaciones difíciles en mi vida?
- ¿Qué utilidad me ofrece la "herramienta de oro" para la vida cotidiana familiar y laboral?
- ¿Cómo participa mi familia en la superación de mis situaciones difíciles?

- ¿Cómo puedo participar de las situaciones difíciles que se les presenta a mis estudiantes y ser un elemento activo en su superación?

Condiciones previas

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?



más que una escultura

logros

- Poder transformar la vida de los demás a través de la danza.
- Poder ser un agente de cambio en la vida de los demás.
- Poder ser un agente de cambio en la vida de los demás a través de la danza.
- Poder ser un agente de cambio en la vida de los demás a través de la danza.
- Poder ser un agente de cambio en la vida de los demás a través de la danza.
- Poder ser un agente de cambio en la vida de los demás a través de la danza.

Preparación del/a entrenador/a

El entrenador/a debe estar preparado/a para guiar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje. Esto implica tener un conocimiento profundo de la danza y de los principios de la enseñanza. El entrenador/a debe ser capaz de crear un ambiente seguro y acogedor donde los estudiantes puedan expresarse libremente y aprender de sus errores. El entrenador/a debe ser capaz de proporcionar retroalimentación constructiva que ayude a los estudiantes a mejorar su técnica y su comprensión de la danza. El entrenador/a debe ser capaz de motivar a los estudiantes y ayudarlos a superar sus limitaciones. El entrenador/a debe ser capaz de adaptar su enseñanza a las necesidades individuales de cada estudiante. El entrenador/a debe ser capaz de evaluar el progreso de los estudiantes y ajustar su enseñanza en consecuencia. El entrenador/a debe ser capaz de trabajar en equipo con otros profesores y personal de la escuela para proporcionar un ambiente de aprendizaje integral para los estudiantes.

Ejercicio

Instrucciones iniciales

El objetivo de este ejercicio es que los estudiantes aprendan a moverse con gracia y elegancia. El instructor debe explicar que la danza es un arte que requiere práctica y paciencia. El instructor debe demostrar algunos movimientos básicos y luego permitir que los estudiantes practiquen por sí mismos. El instructor debe proporcionar retroalimentación constante y alentar a los estudiantes a seguir adelante. El instructor debe asegurarse de que los estudiantes estén cómodos y seguros durante todo el ejercicio. El instructor debe finalizar el ejercicio con una reflexión sobre lo que los estudiantes aprendieron y cómo se sintieron.

Unidad de Entrenamiento 4:

Desarrollo de
la habilidad

Mi cuerpo: más que una escultura

Logros

- Asume responsabilidades sobre su cuerpo para atender su salud y bienestar
- Diferencia los derechos y deberes sobre su cuerpo
- Aplica la herramienta ofrecida en este módulo para ejercer soberanía sobre su cuerpo
- Toma distancia de las presiones culturales y sociales sobre su cuerpo y propone transformaciones de su entorno escolar respecto de él
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.4

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a. Se sugiere que para este tema se pida previamente a l@s estudiantes venir con ropa cómoda que les permita libertad de movimientos.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.



Ejercicios para
«ver mejor»
la realidad



- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **“Destrezas y herramientas del/la escultor/a para realizar su obra”**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un “cuchicheo” y comenten durante unos breves minutos sobre las capacidades que tenían y podían desarrollar para “darse forma” a sí mism@s, y sobre sus logros en los “ejercicios para mantenerse en forma” de la unidad anterior, que les pedía el uso de la “herramienta de oro” en sus situaciones cotidianas de dificultad o adversidad. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en la importancia de aprender a mirar creativamente y con optimismo las situaciones adversas para superarlas a partir de nuestras propias capacidades.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **“Mi cuerpo: más que una escultura”** que trabajará sobre el reconocimiento de nuestro cuerpo como primera responsabilidad personal y su cuidado, más allá de lo meramente estético lo cual suele desplazar la atención que le corresponde como condición fundamental del ser humano.

Ejercicios de calentamiento

Metáforas corporales

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio adecuado para el trabajo de l@s estudiantes y les invita a un ejercicio de sensibilización sobre el cuerpo (ver Hoja de Ayuda No.6).
- A continuación, les invita a expresar corporalmente, a manera de esculturas, algunas frases con las que además de representarlas, deberán buscar su identificación interior con ellas, mientras permanecen estátic@s durante unos segundos (ver Hoja de Ayuda No.7). Inicialmente se hará este ejercicio individualmente y en un segundo momento en pequeños grupos.
- Finalizado el trabajo, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿cómo se sintieron haciendo la experiencia de percepción corporal? ¿Qué sintieron mientras representaban sus esculturas? ¿Qué pensaron acerca de las frases propuestas? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

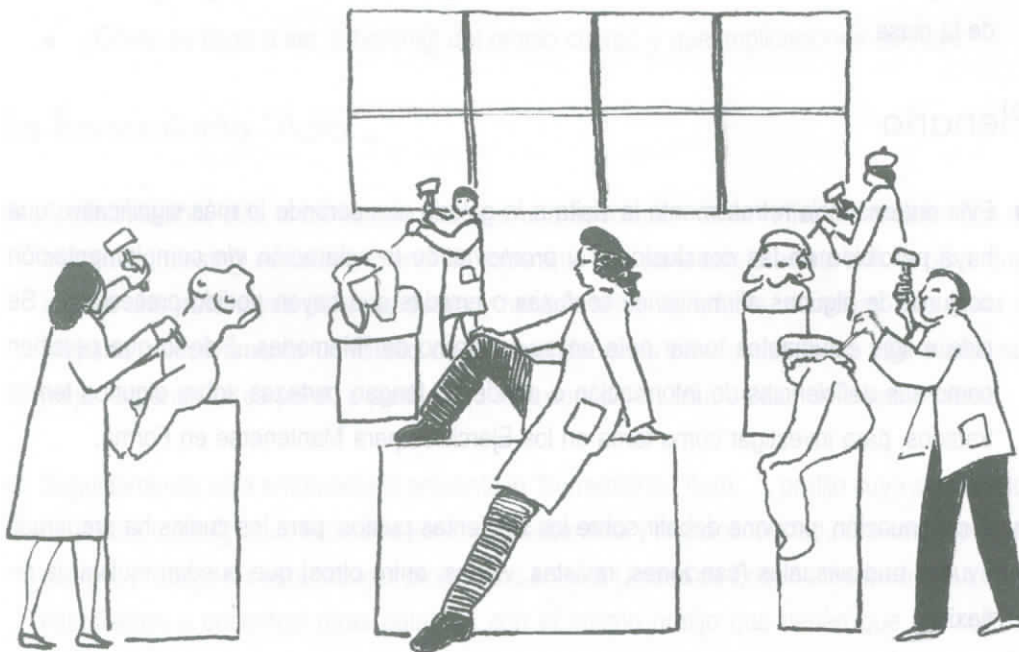
Ejercicio principal

Desarrollo de la habilidad

- El/la entrenador/a hace énfasis en la dimensión comunicativa del cuerpo, su derecho a expresarse a través del movimiento, los gestos, y cuando tiene intención de hacerlo mediante comportamientos específicos. Estas "esculturas" que se muestran hacia afuera, es necesario esculpirlas también interiormente, darles formas auténticas, propias. Tal es la tarea de nuestr@ escultor/a de sí mism@.

La soberanía de mi cuerpo

- El/la entrenador/a abre un debate corto sobre el título de esta sección: ¿qué entienden por soberanía y qué podría significar la soberanía sobre el cuerpo?



- Individualmente cada estudiante se coloca su "bata de artista escultor/a interior" y se toma unos minutos para pensar en silencio sobre su vida y en particular sobre quiénes ejercen algún tipo de influencia sobre su cuerpo, quiénes intervienen en su cuidado, en sus decisiones corporales (libertad para vestirse, para ornamentarlo, para alimentarse de determinada manera, para vivir su sexualidad, entre otras). Se pregunta sobre cuáles derechos tiene su cuerpo y cuáles deberes tienen con él el Estado, l@s demás ciudadan@s, su familia, y él/ella mism@. Escriben en sus "Memorias..." sus respuestas y comentarios al respecto.



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:
 - ¿Qué tanto saben acerca de sus cuerpos, por ejemplo, sus características genéticas, la mejor manera de tenerlo en estado óptimo de salud y bienestar, la importancia de practicar un deporte, los límites de las posibilidades corporales, aquellas sustancias que lo pueden perjudicar, los riesgos de adquirir enfermedades, cuáles son las presiones sociales que lo afectan, los hábitos y decisiones que lo dañan o lo deterioran, entre otros? Eligen un/a compañer@ para presentar una "escultura viva", pegando sobre sus ropas tarjetas con las conclusiones del grupo.

Se organizará con las otras "esculturas vivas" una galería que visiten tod@s l@s estudiantes de la clase.

Plenaria

- El/la entrenador/a retroalimenta la visita a la galería recuperando lo más significativo que haya percibido de las conclusiones y promoviendo la aclaración y/o complementación conjunta de algunas afirmaciones confusas o erradas que hayan podido presentarse. Se pide a l@s estudiantes tomar nota en su cuaderno de "Memorias..." de lo que perciben como sus deficiencias de información o donde no tengan certezas sobre algunos temas tratados, para investigar como tarea en los Ejercicios para Mantenerse en Forma.
- A continuación, propone debatir sobre los siguientes puntos, para los cuales ha preparado ayudas audiovisuales (canciones, revistas, vídeos, entre otros) que puedan motivar la reflexión:
 - ¿Cuáles son las **necesidades** ineludibles de nuestro cuerpo que requieren una total atención?
 - ¿Quiénes tienen **derechos** sobre nuestros cuerpos, quiénes no y por qué? ¿Cuál es el límite de esos derechos sobre nuestros cuerpos?
 - ¿Quiénes tienen **deberes** sobre nuestros cuerpos y cuál es el límite?
 - ¿A qué edades tenemos qué derechos sobre nuestros cuerpos? (Por ejemplo, a no ser maltratados ni abusados sexualmente, a tener relaciones sexuales, a ser

alimentad@s adecuadamente y atendid@s en nuestra salud, a hacerse un piercing o tatuaje, entre otros)

- ¿Qué consecuencias tiene sobre mi cuerpo la aceptación incondicional de los patrones corporales y estéticos que transmiten los medios de comunicación masiva?
- ¿Qué exigencias tiene la institución educativa sobre los cuerpos de hombres y mujeres de la comunidad educativa? (Por ejemplo, cómo deben ser los uniformes de hombres y de mujeres, cómo deben manejarse sus cuerpos en presencia de personas adultas, personas de otro sexo, cómo deben cuidar su aspecto personal y salud corporal, indicaciones sobre fumar o consumir alcohol, manifestar su sexualidad, entre otros)
- ¿Hasta dónde tenemos libertad para decidir sobre nuestros cuerpos y por qué?
- ¿Qué significa tener un manejo responsable de nuestro cuerpo?
- ¿Cómo se llega a ser soberan@ del propio cuerpo y qué implicaciones conlleva?

La herramienta 'Auto...'

- A continuación, el/la entrenador/a propicia una asociación de la reflexión anterior con el trabajo de nuestro escultor/a interior, la soberanía que tiene este/a artista con su obra, que implica una **autonomía** para moldearla y hacerla bella, agradable, duradera. Les invita a preparar colectivamente un listado de recomendaciones para construir en este marco su mejor experiencia corporal, a partir de lo reflexionado en esta unidad de entrenamiento.
- Seguidamente, el/la entrenador/a presenta la "herramienta 'Auto...'", prefijo cuyo significado es "él/ella mism@", que tiene que ver con la soberanía y responsabilidad para con el propio cuerpo, y recoge los aprendizajes propuestos en esta Unidad de Entrenamiento. Invita a l@s estudiantes a encontrar otras palabras con el mismo prefijo que tienen que ver con la soberanía sobre nuestro cuerpo (por ejemplo, **autorregulación**, **autocuidado**, **autoestima**), y considerar esta relación a lo largo de los distintos ejercicios realizados. Finalmente, propone construir con los materiales previstos con anterioridad, una "herramienta" para que le ayude a su escultor/a de sí mism@ a esculpir un cuerpo soberano.
- En pequeños grupos deben ejercitarse en el uso de la herramienta propuesta a partir de situaciones de su cotidianidad donde se ponga en juego la soberanía de su cuerpo, por ejemplo, una invitación a tomar licor (o a fumar cigarrillo, o a tener relaciones sexuales desprotegidas, entre otras), ¿de qué manera la herramienta "Auto..." interviene allí? En este



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad

■ ejercicio emplean el símbolo que hayan construido con los materiales previstos para evidenciar su compromiso con el control y cuidado de su cuerpo.

Control de entrenamiento

- Cada estudiante reflexiona y escribe en sus "Memorias..." ¿De qué manera la televisión, cine, y demás medios masivos de comunicación condicionan la aceptación de mi cuerpo tal como éste es, y en qué medida les concedo autoridad sobre este aspecto?

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.8, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Determino los principales escenarios donde se desenvuelve mi cuerpo y considero con qué otros cuerpos interactúa o se relaciona, qué experiencias corporales vive, si son agradables o no, y qué decisiones tomo en favor de mi bienestar corporal. Hago un mapa de estos escenarios en mis "Memorias..." y escribo las decisiones que tomo a partir de la aplicación de la "herramienta 'Auto...'" (acciones relacionadas con mi autoestima, autocuidado, entre otras posibles) y que me pueden ayudar a construir la soberanía de mi cuerpo.
- Con mi grupo de trabajo de la clase, retomamos nuestras listas de insuficiencias de información acerca del cuerpo y seleccionamos algunos temas que sean de interés común para adelantar una investigación acerca de ellos. Buscamos un espacio en el área de Ciencias Naturales para exponer nuestros hallazgos.
- Con mi grupo de amig@s hacemos una revisión del PEI de la institución educativa (incluido el Manual de Convivencia) para ver de qué manera contempla nuestro bienestar, el cultivo corporal y la promoción de la soberanía de nuestros cuerpos. Preparamos un documento con nuestros hallazgos, reflexiones y propuestas para presentarlo a quienes corresponda, en busca de construir un ambiente más saludable en la institución educativa.

Información adicional para el/la entrenador/a

El/la docente debe preparar un inventario de datos asombrosos del cuerpo humano que pueda confrontar el conocimiento de l@s estudiantes sobre el mismo y les motive a emprender una investigación personal.

Se sugiere al/la docente revisar para esta Unidad de Entrenamiento, la Declaración de los Derechos del Niño, entre otros documentos orientadores de la atención a l@s menores de edad.

El desarrollo integral de los seres humanos como individuos y como colectividades pasa por el cuidado de las condiciones que hacen posible su existencia: la erradicación del hambre y la pobreza de las poblaciones, por la conservación del medio ambiente y la promoción del aire y agua limpios, accesibles para tod@s, por el derecho a vivir a salvo de la guerra, los malos tratos y la explotación. Éstos y otros puntos que tienen que ver con el desarrollo sostenible fueron tratados en varias reuniones mundiales, y están contenidos en la Declaración del Milenio: una lista de compromisos acordados por todos los líderes de los 189 Estados Miembros del Quincuagésimo quinto período de sesiones de la Asamblea General de la ONU, del 13 de septiembre de 2000, que se fija 8 objetivos para 2015:²

- Reducir a la mitad la pobreza extrema y el hambre,
- Lograr la enseñanza primaria universal y la igualdad entre los sexos,
- Reducir la mortalidad de menores de 5 años y la mortalidad materna en dos terceras partes y en tres cuartas partes respectivamente,
- Detener la propagación del VIH/SIDA y el paludismo
- Garantizar la sostenibilidad del medio ambiente.
- Fomentar una asociación mundial para el desarrollo, con metas para la asistencia y el comercio
- Alivio de la carga de la deuda

De otro lado, se propone a l@s docentes facilitadoras/es profundizar sobre aspectos que involucran el compromiso institucional con aquellos que se abordan desde la estrategia de escuelas promotoras de la salud, que tienen que ver con maneras concretas de atender la salud integral de l@s estudiantes y con el desarrollo de las competencias ciudadanas, así como con la acción individual y colectiva en la consecución de los objetivos y metas anteriormente descritas, desde el ámbito escolar.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad

Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- Reviso mi historia personal y descubro la evolución del cuidado que le he ofrecido a mi cuerpo.
- ¿Qué atenciones le brindo actualmente a mi cuerpo? ¿Cuáles de ellas son para la estética únicamente y cuáles son para su salud y bienestar?
- ¿Cuál es mi paradigma de un cuerpo sano y bello y cómo opera esto en mi vida cotidiana?
- ¿En qué situaciones ejerzo soberanía sobre mi cuerpo y en cuáles no?
- ¿Qué exigencias corporales hago a mis familiares y estudiantes y cómo puedo intervenir educativamente para favorecer su salud y bienestar?
- ¿De qué manera participo como ciudadan@ en la transformación de las situaciones que dificultan el desarrollo pleno e integral de nuestra población?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de Entrenamiento 5:

Desarrollo de
la habilidad

Ecosistemas interiores de nuestra escultura

Logros

- Reconoce la existencia de su mundo interior e identifica algunas dimensiones del mismo a partir de la analogía con los ecosistemas naturales
- Se asume como seleccionador/a y organizador/a de su universo interior
- Ejercita la herramienta de los “filtros interiores” en los distintos ámbitos en que se desenvuelve su vida diaria
- Valora la participación de l@s demás en la construcción de su vida interior
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.5

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a. Se sugiere que para este tema se pida previamente a l@s estudiantes venir con ropa cómoda que les permita libertad de movimientos.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.



Ejercicios para
«ver mejor»
la realidad

Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad

- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **“Mi cuerpo: más que una escultura”**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un “cuchicheo” y comenten durante unos breves minutos sobre la soberanía que pueden llegar a ejercer sobre sus propios cuerpos, y sobre sus logros en los “ejercicios para mantenerse en forma” de la unidad anterior, que les pedía el uso de la “herramienta ‘Auto...’” en sus escenarios cotidianos. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en la integralidad de la persona, donde su cuerpo y la interioridad son una sola unidad de experiencia.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **“Ecosistemas interiores de nuestra escultura”** que trabajará sobre el reconocimiento de su universo interior, algunos de sus componentes y relaciones, la manera como se crea y re-crea continuamente, y la exigencia de una disposición permanente para realizar su vida desde su mejor expresión.

Ejercicios de calentamiento

- El/la entrenador/a propicia una lluvia de ideas acerca de lo que es un ecosistema y de lo que podría significar un “ecosistema interior” de una persona. Al finalizar los aportes del grupo, completa y precisa la información sobre el tema.

Caos en mi interior

- El/la entrenador/a ha previsto que el salón donde va a trabajar no tenga sillas para permitir la mayor posibilidad de libre movimiento, así como materiales suficientes para elaborar las partes de un cuerpo humano en dimensiones muy grandes. Terminadas las figuras, salen del salón y las adhieren en la pared exterior de manera creativa, le colocan un nombre a su personaje.
- A continuación, el/la entrenador/a contextúa el nombre de este ejercicio y les pregunta sobre los distintos componentes del universo interior de una persona (por ejemplo, sueños, afectos, deseos, ideas, normas, sentimientos diversos, entre otros). Se apoya en la Hoja de Ayuda No.9 para organizar grupos y para que dentro de él se asignen un rol que luego representarán al interior del/la personaje. L@s estudiantes permanecen fuera del salón de clase hasta que les den la indicación de ingresar a él.
- El/la entrenador/a indica que entre tod@s van a representar algunos fragmentos de la vida de este personaje que han llamado “...”, apoyándose en un texto que irá leyendo progresiva-

mente (ver Hoja de Ayuda No.10) y que por razones de organización empleará un silbato para señalar un avance en la narración que él/ella irá haciendo, lo cual indicará posibles cambios en la actuación de los distintos componentes del mundo interior de "...".

- Finalizado el trabajo, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿cómo se sintieron haciendo la experiencia anterior? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpimos interiormente? Terminada la retroalimentación, se invita a los grupos a preparar letreros con los nombres de los ecosistemas interiores que han representado y los pegan en distintos sitios visibles del salón de clase, para simbolizar la diversidad de vivencias interiores de todas las personas.

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a, con la intervención de l@s escultoras/es de sí mism@s, hace énfasis en la relación de los ecosistemas de la naturaleza con aquellos representados en el ejercicio de calentamiento, esto es, ¿por qué se puede llamar "ecosistema" al mundo de los sueños o al mundo de las ideas, entre otros presentados en la Hoja de Ayuda No.9? y ¿por qué toda la vida o "universo interior" de una persona puede comprenderse como un "ecosistema interior"?



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



Los ecosistemas de mi universo interior

- El/la entrenador/a invita a l@s estudiantes a colocarse su “bata de artista escultor/a interior” y tomar unos minutos para reflexionar sobre su vida y en particular sobre la manera como experimenta sus ecosistemas interiores y la manera como ellos interactúan en las diversas circunstancias de su cotidianidad. Con base en los letreros fijados en el salón, escriben en sus “Memorias...” acerca de una situación significativa vivida en la última semana sobre la cual pueda describir cómo funcionaron los ecosistemas de su universo interior.

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:
 - ¿Qué características permiten diferenciar un “ecosistema interior” de otro en nuestro universo personal?
 - ¿De qué manera nuestros “ecosistemas interiores” tienen que ver con las distintas partes de nuestros cuerpos? Preparamos un afiche que nos permita visualizar las relaciones encontradas.
 - ¿Cuáles son las experiencias interiores más importantes para l@s personas de nuestra edad?
 - ¿Qué diferencias existen entre las experiencias interiores de las mujeres y en las de los hombres?
 - ¿De qué manera toman algún orden los “ecosistemas interiores”?

Se registran las principales conclusiones en sus “Memorias...” y preparan carteleras para presentarlas al colectivo amplio.

Plenaria

- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:
 - ¿En qué se parecen y en qué se diferencian las vivencias interiores de las personas y a qué se deben?

- ¿Qué papel juegan las interacciones con l@s demás y las circunstancias que nos rodean en la conformación de nuestro universo interior?
- ¿Qué permanece y qué cambia al pasar de los años en nuestra vida interior?
- ¿Qué papel juega la libertad de las personas en el sentido que se le atribuye a las vivencias interiores?
- ¿Qué obstáculos o dificultades tenemos las personas para conocernos interiormente?
- ¿Qué utilidad tiene el conocimiento de un@ mism@ y de sus "ecosistemas interiores"?
- ¿Qué nos aporta lo trabajado en esta Unidad de Entrenamiento sobre la posibilidad de conocimiento de l@s demás? ¿Qué consecuencias se desprenden de ello?

Los "filtros interiores"

- A continuación, el/la entrenador/a propicia una asociación de la reflexión anterior con el trabajo de nustr@ escultor/a interior, los distintos "materiales" que componen nuestros "ecosistemas interiores" y pregunta al grupo, ¿Qué necesidad hay de "organizar" los ecosistemas interiores? ¿Qué facultad humana nos permite dar sentido a ese "caos" interno? ¿Qué papel juega el/la escultor/a de sí mism@ en esta organización interior? Comenta sobre la **selección y organización** que tiene que hacer el/la artista de los distintos materiales con que trabaja, para conseguir los fines que persigue de construir su mejor obra. Por ejemplo, de qué están hechas las ideas o pensamientos y si todos ellos sirven de la misma manera para darle la mejor consistencia a su escultura o si es preciso desechar algunas ideas que la hacen deleznable.
- Seguidamente, el/la entrenador/a presenta la herramienta "filtros interiores", que representan los criterios con que el/la escultor/a de sí mism@ selecciona y organiza sus ecosistemas interiores de cara a la construcción de su SER. Esta herramienta es la extensión de la voluntad del/la artista, quien decide qué le sirve para realizar acciones y realizarse él/ella mism@. Finalmente, propone construir con los materiales previstos con anterioridad, esta "herramienta".
- El/la entrenador/a, con el colectivo amplio leen poemas, se escuchan canciones, o ven algún vídeo, que les permita anotar individualmente sus vivencias personales respecto de aquellos. Procuran emplear durante este ejercicio el símbolo que hayan construido con los materiales previstos para indicar la manera propia (selección y organización de "ecosistemas interiores") como viven su experiencia personal. Luego, en pequeños grupos compar-



Ejercicios para «ver mejor» la realidad

Desarrollo de
la habilidad



Ejercicios para
«ver mejor»
la realidad

ten estas vivencias, constatando las diferencias entre ell@s e identificando las maneras como cada un@ selecciona y organiza sus "ecosistemas interiores" ante una misma situación. Comentan cómo ocurre lo mismo en situaciones cotidianas de sus vidas y para ello toman un ejemplo de un suceso que hayan vivido en conjunto, como por ejemplo un partido en la hora de descanso. Al finalizar el ejercicio, preparan unas frases de aceptación, aprecio y agradecimiento por la diversidad de experiencias y vivencias posibles que han podido compartir entre compañer@s.

Control de entrenamiento

- Cada estudiante reflexiona y escribe en sus "Memorias..." ¿Con qué tipo de "materiales" estoy construyendo mi escultura interior (retoma los letreros para identificar tipos de sueños, de pensamientos, de necesidades, deseos, valores, etc.) y cómo suelo priorizarlos en mi vida diaria?

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.11, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Siguiendo el modelo de la "historia de '...'" realizada en los ejercicios de calentamiento de esta unidad de trabajo, selecciono al menos tres momentos de mi vida para reconocer de qué manera han operado mis "filtros interiores" en la selección y organización de **los ecosistemas interiores de nuestra escultura**, y descubrir su importancia en el direccionamiento de mi vida. Escribo mis hallazgos en mis "Memorias..." y al finalizar, me respondo, ¿qué aprendo de este ejercicio para continuar con la elaboración de mi escultura interior?
- Hago un listado de las personas significativas a lo largo de mi vida y reconozco los elementos que me han aportado en la construcción de mis "filtros interiores" hasta hoy, por ejemplo, "un tío con su manera de relacionarse, o su aprecio por el estudio y empuje para salir adelante, me ha ayudado a tomarlo de ejemplo (o me convenció) para dejar atrás ideas pesimistas sobre lo que puedo alcanzar en mi vida". Tomo nota de este ejercicio en mis "Memorias...".
- Con mi grupo de amig@s buscamos un lugar y momento adecuados para expresarnos mutuamente, a manera de "reflejo fraterno" (cuidando de no lastimar ni lastimarnos) sobre distintas manifestaciones de nuestros "ecosistemas interiores" que tienen un impacto en ell@s (favorable o no), que me permita conocerme mejor, reforzar aquellos "filtros interio-

res" que ayudan a una mejor convivencia, y revisar aquellos otros que la dificultan. Al finalizar nuestra reunión, hacemos un acto simbólico (por ejemplo, cantamos abrazados, compartimos una merienda especial, nos damos un abrazo colectivo, entre otros posibles) que represente nuestro compromiso mutuo para ayudarnos a hacer posible nuestra mejor cultura interior. Hago una descripción lo más fiel posible de esta experiencia en mis "Memorias...".

Información adicional para el/la entrenador/a

Nuestro "material interior" no es una roca sólida y de una pieza, tiene diversas "texturas", unas con partículas muy finas y otras más gruesas o ásperas, pero todas son parte de nuestra particular historia y maneras de procesar y entender el mundo. La asociación de las distintas dimensiones del mundo interior de las personas con "ecosistemas" tiene como propósito hacer evidente la complejidad de las personas, la multiplicidad de sus posibilidades y sensibilidades. Se hace también la asociación con sistemas que se autoorganizan a partir de "mallas" que a manera de filtros permiten que se manifiesten unos u otros aspectos de los distintos elementos que componen los "ecosistemas", sea para actuar frente a una situación externa o para expresar un estado interior. Podemos fortalecer o mejorar nuestros "filtros", por ejemplo, el de los pensamientos optimistas, para dejarlos salir y animarnos en nuestras actuaciones, dejando pasar de vez en cuando los pensamientos menos optimistas que permiten regular los excesos de optimismo y nos dan un sentido de realidad. O podemos fortalecer el filtro de nuestra sensibilidad frente a las situaciones de sufrimiento o dolor de l@s demás, porque ello nos ayuda a dinamizar nuestras ideas acerca de cómo participar individual y colectivamente para ayudar a resolver aquella situación que seguramente nos afecta a tod@s.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmoree suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.

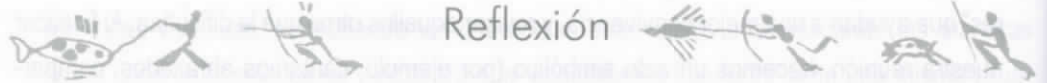
Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



Reflexión



Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- Reviso cuánto conozco de **Ecosistemas interiores de nuestra escultura**, sus dinámicas, y las maneras como los selecciono y organizo para conducir mi vida cotidiana.
- ¿Qué prácticas realizo que me sirvan para enriquecer mi mundo interior y cuáles otras podría implementar?
- ¿Qué personas y circunstancias de mi vida han aportado en la construcción de mis "filtros interiores"?
- ¿De qué manera he ayudado a otr@s a construir sus "filtros interiores" para ganar solidez en su identidad?
- ¿Para qué le sirve a l@s estudiantes crecer en el conocimiento de sí mism@s y cómo puedo participar de este proceso?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de entrenamiento 1:

Soy un/a escultor/a de mí mism@

Sección: Ejercicios para mantenerse en forma

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.1

- Durante las próximas dos semanas, observo en mi vida diaria la manera como está trabajando mi escultor/a interior, con qué materiales (cualidades, características, necesidades, deseos, sueños, intenciones), y



con qué herramientas e influencias (internas o externas) lo está haciendo. Para ello tomo en cuenta los distintos ambientes en que me desenvuelvo y las relaciones que se dan en ellos.

- Con mi grupo investigamos sobre escultura, técnicas y herramientas que se emplean, sobre las vidas de escultores famosos internacionales y nacionales, obras de estos artistas entre otros temas relacionados y organizamos una manera de compartir nuestros hallazgos con l@s demás compañer@s escultoras/es. Este trabajo servirá de apoyo para el desarrollo de la Unidad de Entrenamiento 3 de este módulo.
- En el colectivo nos ponemos de acuerdo sobre la manera como pondremos en conocimiento a la comunidad educativa sobre el inicio de nuestro proceso de conocimiento de nosotros mism@s. Por ejemplo, se podría organizar unos monumentos en lugares visibles del centro educativo, con carteleras alusivas a la importancia de este aprendizaje.





Hoja de ayuda No.2 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 2:

Nos damos forma un@s a otr@s continuamente

Sección: Ejercicios para mantenerse en forma

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.2

- Busco a una persona mayor que me haya conocido desde que nací o antes y me pueda ayudar a completar mi biografía personal iniciada en la sesión de entrenamiento, tratando de recuperar las personas que influyeron en mi crianza y las maneras como contribuyeron a mi actual forma de ser.

- Con mi grupo de amig@s entrevistamos a una persona que consideramos significativa para nosotr@s acerca de las etapas de su vida y cómo ha llegado a esculpirse —darse forma—

a sí mism@, haciendo énfasis en las personas o eventos que fueron importantes y en las maneras como la influenciaron.



- Con mi grupo de amigos miramos en la televisión algún(os) programa(s) donde podamos identificar la manera como las personas se construyen a sí mismas permanentemente en relación con otr@s y les aplicamos las preguntas que nos hicimos en la plenaria de esta unidad de entrenamiento:

- ¿cómo podemos explicar que a lo largo de la vida las personas sean las mismas pero distintas?

- ¿de qué y de quién(es) depende que las personas puedan ser mejores o peores?
- ¿quién o quiénes definen el tipo de persona que cada una debe ser y por qué?
- ¿qué criterios son los que permiten que unas personas tengan más influencia que otras en la construcción de las esculturas interiores?
- ¿qué responsabilidad tienen las personas en poner los límites o abrir las puertas de la influencia de otr@s —o de los mensajes o situaciones— que pueden influir en la construcción de sus esculturas interiores?



| | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |
| Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. | Soy una escultura hecha de barro. |



Hoja de ayuda No.3 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 3: Destrezas y herramientas del/la escultor/a para realizar su obra
Sección: Ejercicios de calentamiento

Animales en problemas

En el bosque:

Zorr@s, ardillas, tortugas, monos, mariposas, loros

Obstáculos para los “animales en problemas”

| | | |
|--|---|--|
| Hay gran sequía este año y se ha secado el riachuelo. | El puente natural que permitía atravesar una brecha se ha destruido. | Lleva un mes lloviendo. |
| Una gran tormenta se llevó las semillas de los árboles y muchos animales se quedaron sin alimento. | Las hembras de todas las especies están amenazadas de infertilidad por una fumigación con químicos. | |
| Ha llegado un equipo de taladores de árboles. | Se ha desatado un gran incendio forestal. | |
| Aparece un puma. | Un hongo ha invadido una gran cantidad de frutos. | Otros que el/la entrenador/a considere pertinentes |

Unidad de entrenamiento 3:
Destrezas y herramientas del/la
escultor/a para realizar su obra
Sección: Ejercicio Principal

Pequeñas esculturas

| | | |
|---------------------------|------------------------------------|--|
| Soy un elefante de marfil | Soy una filigrana de oro momposino | Soy una máscara de madera |
| Soy una estatua de mármol | Soy una reja forjada en hierro | Soy una cerámica chibcha de barro |
| Soy un muñeco de fique | Somos una pareja de porcelana | Soy un jarrón de vidrio soplado |
| Soy un ave en origami | Soy una estatua de cera | Otros que el/la entrenador/a considere pertinentes |





Hoja de ayuda No.5 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 3:
Destrezas y herramientas del/la
escultor/a para realizar su obra

Sección: Ejercicios para mantenerse en forma

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.3

- Durante las próximas dos semanas permanezco atent@ a registrar las situaciones difíciles que se me presentan en la vida diaria. Las describo lo más detalladamente posible en mis "Memorias...", exploro los sentimientos que los acompañan y determino qué capacidades personales me pueden ayudar a salir adelante. Confronto estos hallazgos con mis listados de capacidades y características personales elaboradas en las unidades de entrenamiento trabajadas, les aplico la "herramienta de oro" y registro de qué manera ella me ayuda a encontrar salidas a estas situaciones.
- Con mi grupo de amig@s debatimos acerca de nuestras capacidades y características personales y tratamos de encontrar de qué manera se complementan para afrontar situaciones difíciles comunes. Procuramos establecer unos criterios que permitan que esta complementariedad pueda hacernos crecer interiormente y como grupo y evaluamos de qué manera la "herramienta de oro" nos ayuda a superar estas situaciones difíciles comu-



nes. Debatimos acerca de en qué medida lo anterior nos beneficia sólo a nosotr@s como individuos y como grupo, en qué medida beneficia a la comunidad a la que pertenecemos y si podemos considerarlo como un bien para el conjunto de la sociedad.

- Con mi grupo de amig@s vemos diversos programas de televisión tratando de establecer situaciones difíciles de los personajes distinguiendo si son varones o mujeres, ver la manera como ell@s los afrontan, las capacidades que ponen en juego, los sentimientos presentes en resolución de la situación, y consideran qué tan realista es la superación planteada, es decir, si en el mundo real eso sería posible. Aplicamos la "herramienta de oro" para ver qué salidas posibles vemos nosotr@s y consideramos los beneficios para los personajes, su grupo, la comunidad a la que pertenecen y para el conjunto de la sociedad.





Hoja de ayuda No.6 (para Escultoras/es)

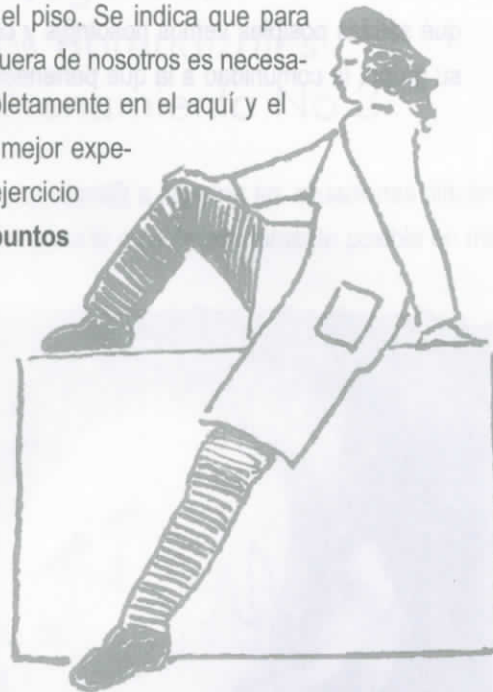
Unidad de entrenamiento 4:

Mi cuerpo: más que una escultura

Sección: Ejercicios de Calentamiento

Ejercicio "me doy cuenta de..."

L@s estudiantes se acomodan a su gusto en el piso. Se indica que para lograr darnos cuenta de lo que sucede dentro y fuera de nosotros es necesario percibir con atención y concentrarnos completamente en el aquí y el ahora. Sugiere cerrar los ojos para facilitar una mejor experiencia. El/la entrenadora orienta el siguiente ejercicio (... **tres puntos** significan una pausa. ... **seis puntos** es una pausa más larga):



"Concentren su atención en el mundo exterior. Perciban atentamente los ruidos, los sonidos del ambiente ... agudicen su oído y traten de escuchar lo que sucede en el espacio donde nos encontramos ... Los olores, aromas, perfumes, podemos percibirlos también ..."

Ahora vamos a dirigir nuestra atención a lo que sucede sobre nuestros cuerpos, su postura corporal ... en la posición en que están, la presión que sienten nuestros cuerpos en el contacto con el piso ... la temperatura ambiental ... el contacto de las ropas sobre nuestra piel ... el volumen de nuestro cuerpo ... el aire alrededor de nuestros cuerpos ... respiramos despacio y sentimos cómo el aire entra por la nariz ... cómo se llenan nuestros pulmones ... sentimos la sangre corriendo por nuestras venas ... el latido de nuestros corazones ... el estado de nuestro estómago ... y nos damos cuenta de los pensamientos que llegan a nuestra mente ... los observamos y los dejamos pasar... así como llegan, se van ... lentamente vamos buscando una frase de agradecimiento a nuestro cuerpo por dejarnos disfrutar del don de la vida ... la encontramos y la repetimos lentamente a cada una de las partes de nuestro cuerpo ...

Respiramos despacio... no hay prisa ... tomamos el tiempo que sea necesario ... continuamos con los ojos cerrados hasta que sintamos que es el momento de abrirlos..."

Unidad de entrenamiento 4:

Mi cuerpo: más que una escultura

Sección: Ejercicios de Calentamiento

Metáforas corporales

| FRASES PARA REPRESENTAR INDIVIDUALMENTE | ALGUNOS EJEMPLOS DE REPRESENTACIÓN |
|---|---------------------------------------|
| EL INICIO DE LA VIDA | FLOR NACIENDO, LUZ APARECIENDO... |
| LA LIBERTAD DE MI CUERPO | BRAZOS EXTENDIDOS, AVES VOLANDO... |
| EL AMOR A MÍ MISM@ | CARICIA, ABRAZO... |
| LA RESPONSABILIDAD CONMIGO MISM@ | ADEMÁN DE PROTECCIÓN... |
| OTROS... | |

| FRASES PARA REPRESENTAR EN GRUPOS | ALGUNOS EJEMPLOS DE REPRESENTACIÓN |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| LA FRATERNIDAD ENTRE TOD@S | MANOS UNIDAS, ABRAZOS, RONDAS... |
| EL RESPETO A L@S DEMÁS | GESTO DE ACOGIDA... |
| LA SOLIDARIDAD CON L@S DESPLAZAD@S | GESTO DE COLABORACIÓN... |
| OTROS... | |

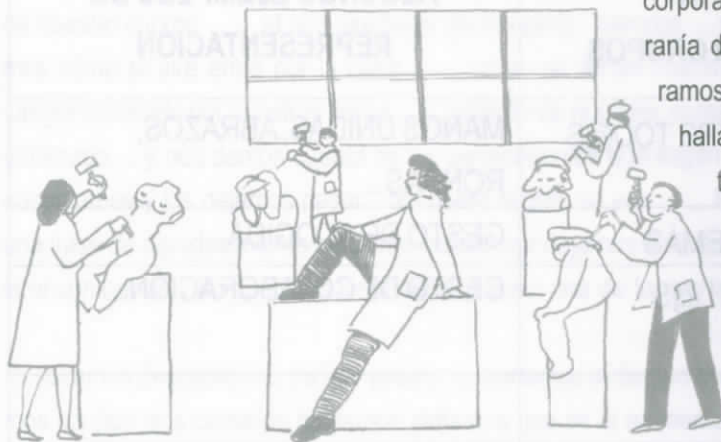


Hoja de ayuda No.8 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 4:
Mi cuerpo: más que una escultura
Sección: Ejercicios para mantenerse en forma

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.4

- Determino los principales escenarios donde se desenvuelve mi cuerpo y considero con qué otros cuerpos interactúa o se relaciona, qué experiencias corporales vive, si son agradables o no, y qué decisiones tomo en favor de mi bienestar corporal. Hago un mapa de estos escenarios en mis "Memorias..." y escribo las decisiones que tomo a partir de la aplicación de la "herramienta 'Auto...'" (acciones relacionadas con mi autoestima, autocuidado, entre otras posibles) y que me pueden ayudar a construir la soberanía de mi cuerpo.
- Con mi grupo de trabajo de la clase, retomamos nuestras listas de insuficiencias de información acerca del cuerpo y seleccionamos algunos temas que sean de interés común para adelantar una investigación acerca de ellos. Buscamos un espacio en el área de Ciencias Naturales para exponer nuestros hallazgos.
- Con mi grupo de amig@s hacemos una revisión del PEI de la institución educativa (incluido el Manual de Convivencia) para ver de qué manera contempla nuestro bienestar, el cultivo corporal y la promoción de la soberanía de nuestros cuerpos. Preparamos un documento con nuestros hallazgos, reflexiones y propuestas para presentarlo a quienes corresponda, en busca de construir un ambiente más saludable en la institución educativa.

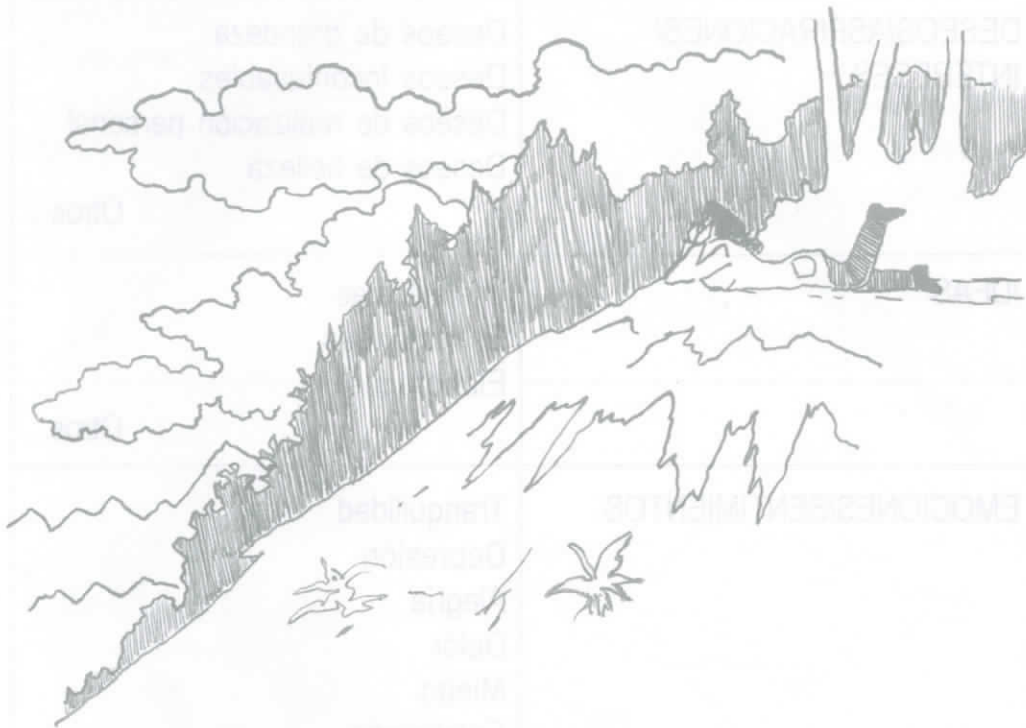


Hoja de ayuda No.9 (para Escultoras/es)

Hojas
de ayuda

Unidad de entrenamiento 5:
Ecosistemas interiores de nuestra escultura
Sección: Ejercicios de Calentamiento

Algunos ecosistemas interiores



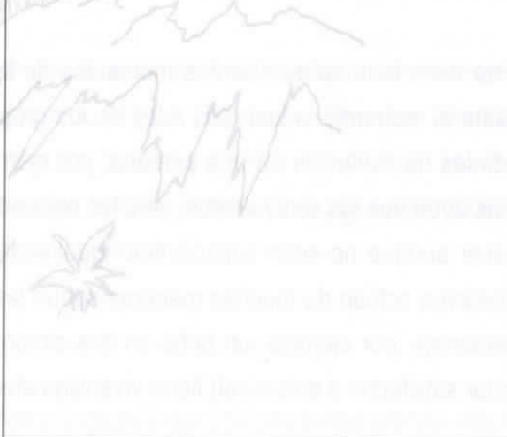


| "Ecosistemas interiores" | Algunas manifestaciones |
|--------------------------|---|
| SUEÑOS | Sueños agradables Sueños sobre lo sucedido en el día Sueños incomprensibles Sueños repetidos Pesadillas No sueños Otros... |





| | |
|---|---|
| <p>NECESIDADES</p> | <p>Necesidades según su valor para las personas (subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad, libertad) Necesidades existenciales (ser, tener, hacer, estar) Otros...</p> |
| <p>DESEOS/ASPIRACIONES/ INTERESES</p> | <p>Deseos de grandeza Deseos inconfesables Deseos de realización personal Deseos de belleza Otros...</p> |
| <p>IDEAS</p> | <p>Intelectuales Espontáneas Elaboradas Otros...</p> |
| <p>EMOCIONES/SENTIMIENTOS</p> | <p>Tranquilidad Depresión Alegría Dolor Miedo Frustración Rabia Rencor Tristeza Ansiedad Otros...</p> |
| <p>NORMAS (asumidas)</p> | <p>Religiosas De la familia De la institución educativa De la región Otros...</p> |

| | |
|--|--|
| <p>VALORES</p>  | <p>Honestidad Responsabilidad Puntualidad Respeto Tolerancia</p> <p>Otros...</p> |
| <p>OTROS "ECOSISTEMAS INTERIORES"</p> <p>...</p>  |  |

Hojas de ayuda



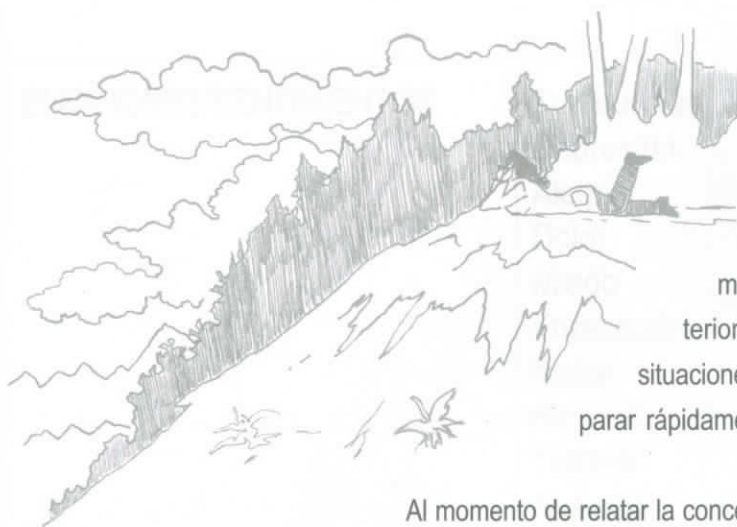


Hoja de ayuda No.10 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 5: Ecosistemas interiores de nuestra escultura Sección: Ejercicios de Calentamiento

Breve relato de la historia de "..."

Este texto trata sobre distintos momentos de la vida del personaje, desde que es concebido hasta el momento actual. Los roles de los grupos se desempeñan considerando las distintas edades de evolución de una persona, por ejemplo, las ideas comienzan a actuar como tales más tarde que los sentimientos, pero las necesidades están presentes y activas desde antes de nacer aunque no sean conscientes. Igualmente, debe considerarse que estos componentes interiores actúan de muchas maneras según las circunstancias del momento que vive nuestro personaje, por ejemplo, un bebé en dos circunstancias diferentes (como estar con hambre o estar satisfecho a este nivel) tiene vivencias afectivas distintas.



Para el desarrollo de este ejercicio es importante dar tiempo a l@s estudiantes después de haber leído el párrafo del relato, para pensar de qué maneras los ecosistemas interiores tienen un papel en las situaciones que se proponen y preparar rápidamente su actuación.

Al momento de relatar la concepción de nuestro personaje se da la indicación a l@s estudiantes para que ingresen al salón de clase cuyo exterior han decorado con el cuerpo de "...", como simbolización del inicio de la vida. Al principio, todos permanecen casi estáticos, representando ese momento originario, esperando escuchar el relato siguiente:

*La madre aún no sabe que está embarazada, pero algo ya comienza desarrollarse en su útero.
Apenas han pasado dos semanas.*

(Silbato)

Han pasado cuatro meses y la madre visita al médico para conocer su estado. El médico observa en pantalla cómo "... " se mueve; cuánto ha crecido su cabeza y sus brazos y piernas, y su madre se pregunta, ¿Qué estará sintiendo a medida que crece? ¿Cuáles serán sus mayores necesidades a esta edad?

(Silbato)

En ... el día ... de ... a las (lugar, fecha y hora en que se está haciendo este ejercicio) nace una preciosa criatura que se llama "...", pesa 3 kilos y llora con fuerza. Siente el cambio de ambiente, se acabó el líquido tibio donde se encontraba y ahora está seco y con un poco de frío; escucha ruidos confusos, voces, tiene hambre, le colocan algo extraño encima de la piel para cubrirlo. Siente un olor agradable de alguien que le sostiene y alimenta.

(Silbato)

Toda la familia va a un parque, "... " tiene cinco años y le gusta jugar con una pelota grande. Hace sol, ha visto pájaros, perros y zancudos, y disfruta compartir la alegría y estar con sus familiares que lo quieren. Pasa un avión y le pregunta a un primo cómo es posible que los aviones vuelen. Se cansa y busca un lugar donde reposar un rato, y súbitamente se duerme. Sueña que come un helado gigante de su sabor preferido y más adelante tiene un sobresalto porque un perro lo empujó para quitarle el helado. En ese momento se despierta porque su madre lo está llamando para volver a casa.

(Silbato)

"..." se ha levantado temprano para ir al colegio. Está en quinto grado y ahora su cuerpo experimenta cambios en todas sus dimensiones. Mientras se dirige al centro educativo le llegan distintos pensamientos: sobre los trabajos que presentará en sus materias, sobre el disgusto que tuvo con su hermana en la casa antes de salir, sobre un partido que jugará en el descanso con sus amig@s, sobre unas zapatillas tenis que necesita, sobre el frío que siente esta mañana. Se da cuenta de la gente que pasa a su lado mientras camina por la calle, percibe el aire fresco y le llama la atención el aroma que sale de una panadería cercana. Se encuentra con alguien que le gusta y se inventa un saludo para llamar su atención. Se siente muy bien con la respuesta que obtiene y caminan juntos hasta la puerta del colegio. Piensa en una invitación oportuna para un nuevo encuentro en la hora del recreo.

(Silbato)





Es el día del cumpleaños número 14 de "...". Sus padres han querido organizar en la casa una reunión sorpresa invitando a la familia y a sus amigos y amigas más cercanas. Nuestro personaje ha tenido un día difícil en el colegio porque no alcanzó los logros esperados en el período y por mucho que ha reflexionado no alcanza a descubrir las razones de su fracaso. Teme la reacción que sus padres puedan tener al conocer el boletín de evaluación y piensa que el regalo que espera por su rendimiento académico nunca llegue. Su maestra le ha dicho que le importan más sus amistades y la televisión que el estudio, pero siente que la vida no es sólo estudiar y menos a la edad que tiene. Cuando entra a su casa experimenta desconcierto por el encuentro inesperado, la reunión con sus seres queridos y el buen ambiente que se respira.

Si el/la entrenador/a considera pertinente dado el grupo de edad y el contexto, puede modificar los párrafos buscando la mayor motivación y una mayor activación de los distintos "ecosistemas interiores".

Unidad de entrenamiento 5:

Ecosistemas interiores de nuestra escultura

Sección: Ejercicios para "Mantenerse en Forma"

Actividades sugeridas para
practicar los aprendizajes de la
Unidad de Entrenamiento No.5

- Siguiendo el modelo de la "historia de '...'" realizada en los ejercicios de calentamiento de esta unidad de trabajo, selecciono

al menos tres momentos de mi vida para reconocer de qué manera han operado mis "filtros interiores" en la selección y organización

de **los ecosistemas interiores de nuestra**

escultura, y descubrir su importancia en el direccionamiento de mi vida. Escribo mis hallazgos en mis "Memorias..." y al finalizar, me respondo, ¿qué aprendo de este ejercicio para continuar con la elaboración de mi escultura interior?

- Hago un listado de las personas significativas a lo largo de mi vida y reconozco los elementos que me han aportado en la construcción de mis "filtros interiores" hasta hoy, por ejemplo, "un tío con su manera de relacionarse, o su aprecio por el estudio y empuje para salir adelante, me ha ayudado a tomarlo de ejemplo (o me convenció) para dejar atrás ideas pesimistas sobre lo que puedo alcanzar en mi vida". Tomo nota de este ejercicio en mis "Memorias...".
- Con mi grupo de amig@s buscamos un lugar y momento adecuados para expresarnos mutuamente, a manera de "reflejo fraterno" (cuidando de no lastimar ni lastimarnos) sobre distintas manifestaciones de nuestros "ecosistemas interiores" que tienen un impacto en ell@s (favorable o no), que me permita conocerme mejor, reforzar aquellos "filtros interio-





res" que ayudan a una mejor convivencia, y revisar aquellos otros que la dificultan. Al finalizar nuestra reunión, hacemos un acto simbólico (por ejemplo, cantamos abrazados, compartimos una merienda especial, nos damos un abrazo colectivo, entre otros posibles) que represente nuestro compromiso mutuo para ayudarnos a hacer posible nuestra mejor cultura interior. Hago una descripción lo más fiel posible de esta experiencia en mis "Memorias..."

Actividad Complementaria N°1

Para sesión con padres/madres de familia

Nos esculpimos en interacción con otr@s

Actividades
complementarias

| OBJETIVO | PREVER |
|---|---|
| <p>Abordar el tema del conocimiento de sí mism@ construyendo su comprensión desde la experiencia inmediata de l@s padres/madres de familia con sus hij@s.</p> | <ul style="list-style-type: none">■ Recopilación de algunas composiciones escolares o cartas de l@s niñ@s, adolescentes y jóvenes acerca de sus "biografías de mi escultor interior" (Unidad de Entrenamiento 2) donde se mencione distintas formas en que madres/padres influyen en la conformación de su manera de ser. Deben ser anónimas.■ Barro o plastilina suficiente para hacer varias figuras por persona■ Determinar las fechas para la realización de esta actividad y los materiales y espacios adecuados |

PROCEDIMIENTO

- Breve presentación de la experiencia del módulo "Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s" desarrollado con sus hij@s: unidades trabajadas y logros esperados.
- Recuperar ideas previas con l@s participantes acerca del conocimiento de sí mism@ y para qué es útil este conocimiento. El/la animador/a indica que el objetivo del encuentro es ver la manera como sus hij@s moldean su ser en interacción con las personas adultas que le rodean.
- Como sensibilización al tema, se sugiere pedir a l@s participantes que moldeen una figura que les represente y simbolizar en ella las "huellas" que le dejaron algunas perso-





nas adultas que tuvieron un significado particular para ell@s, incluidas experiencias difíciles pero de las cuales aprendieron lecciones. A partir del intercambio del RAV, se recogen los diversos elementos aparecidos para aproximarse a una conclusión sobre el “dejar huellas” en las personas.

- A partir de las composiciones o cartas l@s participantes reflexionan en grupos y preparan dramatizaciones.
- Finalizadas las presentaciones, en plenaria, debaten sobre ¿qué descubrimos acerca de las maneras como nos hemos construido como personas y de cómo estamos influyendo en la construcción de las maneras de ser de nuestr@s hij@s?
- Para finalizar, se invita a l@s padres-madres de familia a considerar ¿con qué criterios orientamos a nuestr@s hij@s para que puedan poner límites o permitir la influencia de las distintas personas sobre sus vidas?
- El/la animador/a propicia una Retro Alimentación Vivencial: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron en esta reunión?

Notas de la primera sección

¹ Tomado de: Pérez Esclarín, Antonio. *Educación valores y el valor de educar - parábolas*. Caracas. San Pablo. Tercera reimpresión. 2000.

² Cfr. PNUD. Declaración del Milenio.

Segunda sección

Unidad de Aprendizaje de...

El estilo original del/la escultor/a

Logros

Segunda sección



Preparación de...

De la forma...

Ejercitación

Instrucciones generales

El objetivo de esta...

Unit 2: The original style of the sculptor

Unidad de Entrenamiento 6:

El estilo original del/la escultor/a

Logros

- Se da cuenta de la multiplicidad de factores culturales que condicionan su estilo personal
- Fortalece la autoría de sus maneras de satisfacer sus preferencias y gustos
- Afirma su estilo personal aplicando la herramienta ofrecida en esta unidad de entrenamiento
- Reconoce la diversidad de preferencias personales de l@s demás y su derecho a satisfacerlas
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.6

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a. Se sugiere que para este tema se pida previamente a l@s estudiantes venir con la "pinta" de su preferencia y traer música y demás expresiones de la cultura juvenil que cada estudiante cultive.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.

Condiciones
previas





- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **"Ecosistemas interiores de nuestra escultura"**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un "cuchicheo" y comenten durante unos breves minutos sobre sus ecosistemas interiores, lo que han descubierto acerca de ellos, y sobre sus logros en los "ejercicios para mantenerse en forma" de la unidad anterior, que les pedía el uso de los "filtros interiores" en sus escenarios cotidianos, que seleccionan y organizan su universo interior. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en la responsabilidad que tiene cada un@ en el conocimiento de su vida interior para construir su mejor expresión.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **"El estilo original del/la escultor/a"** que trabajará sobre el conocimiento y construcción de su estilo personal, negociando sus aspiraciones de felicidad y preferencias personales con la tradición cultural de sus pares de edad y la del mundo adulto.

Ejercicios de calentamiento

- El/la entrenador/a propicia una lluvia de ideas acerca de qué entienden por "cultura", por "cultura juvenil" y por "estilo personal". Avanzan sobre la relación que puedan encontrar entre esos términos.

Lluvia de sobres

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio adecuado para este ejercicio, así como materiales diversos para elaborar vestidos, maquillaje. Invita a l@s escultores de sí mism@s a hacer un trabajo individual acerca de algunos temas que expresan la cultura juvenil que viven (ver Hoja de Ayuda No.12), con los cuales prepara letreros que ubicará en diez puntos distintos del espacio donde están trabajando. Se divide el curso en diez partes más o menos iguales y a cada uno de éstos se le asigna uno de los puntos de trabajo. Frente a dicho punto, se inspira en el letrero para escribir su principal preferencia sobre el tema en su cuaderno de "Memorias...". A una señal, deben rotar al siguiente punto a la derecha para repetir la acción hasta completar su paso por los diez puntos.
- A continuación, transcriben sus respuestas en diez tarjetas separadas y las doblan a manera de sobre con el ánimo de intercambiarlas con sus compañer@s del mismo sexo, procuran-

do entregar nueve a distint@s compañer@s, y asimismo recibir de cada un@ un "sobre" correspondiente al mismo tipo de tema cultural, hasta completar nuevamente los diez.

- El/la entrenador/a indica que a medida que abren cada sobre deben contrastar el contenido con su propia preferencia, preguntándose en caso de que no coincidan, por qué a la otra persona la puede hacer feliz una preferencia distinta de la suya. Toman nota de ello en sus "Memorias..."
- Se organizan en dos grupos (hombres y mujeres) para tabular las frecuencias de las preferencias encontradas en el grupo y presentar sus resultados en plenaria. Para este trabajo pueden apoyarse en la Hoja de Ayuda No.13. Una vez obtenidos los resultados, se comparan en plenaria, resaltando las particularidades de expresiones culturales diversas, entre hombres y mujeres de su grupo de edad. El/la entrenador/a subraya las tendencias culturales de este grupo y pregunta si las mismas son compartidas por otros grupos de edad de otras partes y de otros tiempos (por ejemplo, jóvenes de otras ciudades, jóvenes en el área rural y del área urbana, de otros países, entre otros; y jóvenes de hace diez años o de hace 20).
- Finalizado el trabajo, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿cómo se sintieron en la experiencia anterior? ¿Qué cercanías o distancias descubren en relación con las preferencias de sus compañeras y compañeros? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a, propicia un diálogo sobre los cambios en las preferencias de cada un@ en relación con la edad. ¿Cuándo empezaron a decidir o a tener control sobre las preferencias culturales seleccionadas para el ejercicio? ¿Qué cambios significativos recuerdan en este proceso?

Valores en mi estilo personal

- El/la entrenador/a invita a l@s estudiantes a colocarse su "bata de artista escultor/a interior" y tomar unos minutos para reflexionar sobre su vida y en particular sobre las razones por las cuales adoptan ciertas costumbres o modas que circulan entre sus pares de edad y descartan otras. Para ello, se apoyan en sus notas tomadas durante el ejercicio de calentamiento. Reto-



Condiciones
previas



man el listado de sus preferencias y frente a cada una de ellas escriben con un color diferente la motivación o razón que l@s lleva a elegir las, y a continuación el (los) efecto(s) o beneficio(s) que ello les produce. Por ejemplo, "comida preferida - bandeja paisa - motivación: me gusta la combinación de sabores - efecto: satisfacción, indigestión".

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

■ A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:

- ¿Cuáles son las razones más frecuentes encontradas que motivan nuestras preferencias?
- ¿Qué beneficios perseguimos l@s jóvenes de nuestra edad y hasta dónde estamos dispuestos a cambiarlos por otros?
- ¿Cómo influyen nustr@s amig@s, familiares, profesoras/es, y personajes o ídolos que aparecen en los medios de comunicación masiva en la selección y adopción de nuestras preferencias?
- ¿Qué disposiciones personales tenemos para entrar en contacto con l@s demás y aceptar, rechazar o negociar sus influencias? ¿A quiénes hacen más caso las mujeres y a quiénes los hombres?
- ¿Qué tiene que ver todo lo anterior con el ejercicio de nuestra libertad personal y la posibilidad de esculpir nuestra mejor obra con nuestra vida?

Se registran las principales conclusiones en sus "Memorias..." y preparan unas coplas, dramatizado, canción, u otra expresión cultural de su preferencia para presentarlas al colectivo amplio.

Plenaria

Condiciones
previas

- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:
 - ¿Qué relación tienen las preferencias que se han trabajado aquí con una "cultura juvenil" más amplia (barrial, local, regional, nacional, global)?
 - ¿Qué preferencias personales comparten l@s jóvenes colombian@s con pares de edad en el ámbito internacional global y por qué?
 - ¿Qué otros criterios además del bienestar, felicidad, gusto/placer, aceptación por parte de l@s demás, hemos de tener en cuenta para adoptar uno u otro elemento de la cultura?
 - ¿Cuáles son los límites de la satisfacción personal de todas nuestras preferencias y gustos?
 - ¿Qué elementos pueden ayudar a regular la convivencia en medio de la diversidad de preferencias personales y el derecho a satisfacerlas?
 - A partir de toda la reflexión anterior, ¿qué descubrimos acerca de quién es el/la "autor/a" de nuestras preferencias?

El "sello personal" del/la escultor/a

- A continuación, el/la entrenador/a propicia una asociación de la reflexión anterior con el trabajo de nuestr@ escultor/a interior, donde la diversidad de preferencias da lugar a una obra original, con un "sello" particular que la hace distinguible de las demás. El/la escultor/a alimenta la particular manera de realizar su obra en interacción con los aportes de otr@s artistas, la naturaleza, y otras expresiones culturales.
- Seguidamente, el/la entrenador/a presenta la herramienta "sello personal", que representa no una "marca" estática de finalización de la obra, sino la manera dinámica como el/la escultor/a elige dar forma a su obra en un intercambio permanente entre aquello que le ofrece el medio en que se desenvuelve y sus preferencias. Este sello personal exige un ejercicio de la autonomía del/la escultor/a, que negocia críticamente con la cultura en que se desenvuelve y encuentra sus límites en el contexto y las destrezas y capacidades personales que posee. Con los materiales que el/la entrenador/a haya previsto, l@s estudiantes elaboran su "sello personal" de escultor/a de sí mism@, que les recuerde las características de esta herramienta.





- El/la entrenador/a, diseña una transformación en sus prácticas habituales en el salón de clases que implique una negociación con las preferencias de l@s estudiantes, que permita la aplicación de la herramienta "sello personal". Por ejemplo, que en adelante quienes prepararán la clase serán l@s estudiantes. Concluye evidenciando que en conjunto, al negociar un acuerdo, están construyendo una manera de interactuar en la clase que modifica la cultura escolar. Al finalizar el ejercicio, dan ejemplos a partir de sus experiencias personales, comentan formas de negociación cultural relacionados con la cultura (maneras de ser preferidas) de l@s jóvenes de su grupo de edad.

Control de entrenamiento

- Cada estudiante reflexiona y escribe en sus "Memorias..." acerca de la autoría de su sello personal, es decir de qué manera ha venido decidiendo sobre sus preferencias y gustos, de cara a las ofertas que l@s demás y la cultura general hacen para la búsqueda de su felicidad. Identifica cuáles son los límites que encuentra para la satisfacción sus gustos y preferencias personales, y descubre de qué otras maneras puede satisfacerlas.

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.14, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Reviso el trabajo de esta unidad de entrenamiento y ubico alguna de mis preferencias o gustos donde encuentre que otras personas están presionando permanentemente para incidir en mi estilo personal. Empleando mi "sello..." busco una manera de negociar una posible modificación que nos deje satisfechas a ambas partes. Describo la experiencia con detalle en mis "Memorias..." y consigno mis aprendizajes.
- A partir de un reconocimiento de los proyectos de felicidad de l@s integrantes de mi familia, identifico la manera como se negocian las diversas preferencias de cada un@, y qué lugar ocupan las mías en él. ¿Qué he hecho y qué puedo hacer para que mis preferencias sean tenidas en cuenta dentro de la vida familiar? ¿Qué otras maneras he encontrado para satisfacer mis preferencias y de qué manera éstas respetan los proyectos de felicidad de otras personas?
- Con mi grupo de amig@s miramos un programa de televisión de nuestra preferencia (o un programa radial o propaganda) e identificamos cuáles son los gustos que tratan de vendernos, qué medios y qué argumentos emplean para convencernos. Debatimos cuáles son los

beneficios y consecuencias de adoptar lo que nos proponen, y apoyándonos en nuestro "sello..." elaboramos un lema o criterio al respecto, que nos ayude y pueda ayudar a otr@s a tomar mejores decisiones sobre el tipo de escultura interior que queremos construir. Hago una síntesis de esta experiencia en mis "Memorias..."

Condiciones
previas

Información adicional para el/la entrenador/a

En este tema, ofrecemos una apretada síntesis de los desarrollos que propone Marco Raúl Mejía sobre el mundo juvenil². En primer término, está el significado de "culturas juveniles", que menciona que lo son pues nos encontramos frente a:

- un lugar social que les da [a las y los jóvenes] una percepción particular de la realidad
- un proceso de socialización donde aprenden e interactúan construyendo nuevas dimensiones de sí mism@s
- una simbolización constituida a través de variados lenguajes y con más énfasis hoy en los entregados por el mundo comunicativo
- un sistema general de codificaciones en donde existe una unidad integradora que les da pertenencia
- un compartir diferenciadamente (no homogéneo) la manera de ser joven; por ello sus culturas son variadas, otros hablarían de subculturas al interior de su cultura
- sus prácticas se ven modificadas, no son estáticas, van surgiendo otras que modifican aspectos de esa diferencia.

Nos encontramos en medio de una reestructuración profunda de la manera de existencia de la sociedad que conlleva, además, un cambio de fondo en la composición de lo humano en sus maneras de ver, sentir, conocer, interactuar, amar, y tal vez el lugar más visible de esas modificaciones son las culturas juveniles. Es posible afirmar que ser joven es una forma particular de ver el mundo, de interpretar la realidad. Muchas interpretaciones sobre ellas conforman una mirada discriminatoria y excluyente, en cuanto se acercan a esa cultura desde el mundo adulto, convirtiendo la mirada adulta en la mirada verdadera de todas las cosas.

Se reconoce un mundo de cambio profundo para el adulto y de contradicciones para el mundo juvenil. Los dos están haciendo el aprendizaje de un nuevo mundo, con la diferencia básica de





que el joven, la joven, ya vienen con muchos de los elementos de esta época incorporados como dotación que se le entrega en la temprana socialización, en buena medida a través de la televisión o frente a una pantalla de computador, más que asistiendo a la escuela.

De otro lado, no es posible entender el mundo juvenil sin dar cuenta de los cambios de la sociedad —especialmente lo tecnológico— que están influyendo en la conformación de esta nueva manera de ser joven, pues construye cultura y reorganiza mundos, especialmente en las culturas juveniles.

La tecnología va mucho más allá de las herramientas y artefactos y en ese sentido a lo que se está asistiendo es a una profunda transformación de lo humano, marcada por la emergencia de esas nuevas herramientas mediadoras que producen en quien las utiliza no sólo transformación en sus procesos mentales o aprendizajes sino que producen transformaciones en el nexo realidad-pensamiento-mediaciones.

Esas herramientas no corresponden a un proceso de opción individual sino a un proceso cultural, haciendo que la inteligencia, la conciencia, sean construidas por el uso que hagan de estas herramientas los actores en el juego comunicativo. La corporeidad más acabada de estas transformaciones tiene su manifestación en las y los jóvenes de hoy, quienes van encontrando en esta situación una de las dificultades mayores para relacionarse con el mundo escolar, el mundo del adulto.

La tecnología que posibilitó la comunicación planetaria de consumo masivo por otras vías distintas del libro impreso, como son la radio transistorizada, la imagen digitalizada/virtual transmitida por vía satelital, la informática, las nuevas formas de telefonía, la biotecnología, irrumpen en la vida cotidiana de los núcleos sociales propiciando otras maneras de relacionarse.

Las nuevas tecnologías no representan para las y los adultos nuestro medio natural, mientras en el mundo juvenil han crecido en una interacción permanente con lo artificial como medio natural. En ese sentido, es necesario deconstruir (desaprender) muchas de nuestras miradas sobre los cambios tecnológicos y ganar una mirada para entender los nuevos fenómenos.

Otro aspecto importante en términos de cambios sociales es la crisis de la familia, manifestada en la pluralización de las maneras de organizar familia³, que traen consigo los cambios en el modelo de vida conyugal, la posibilidad de regular la fecundidad, la modificación de los roles socialmente asignados a hombres y mujeres, y el cambio en el modelo de complementariedad de la pareja a la conquista de la identidad y la diferencia. Lo anterior hace que la experimenta-

ción forme parte de las experiencias que enriquecen esas identidades y esas personalidades. Y por esa vía, la continuidad y la estabilidad son parte de un logro cotidiano que se construye permanentemente y no de una idea prefijada y organizada mentalmente desde la sociedad patriarcal con un modelo arquetípico de familia nuclear "eterno". Los últimos datos muestran un descenso en la estabilidad de las familias nucleares.⁴

Este conjunto de factores mencionados no agotan la multiplicidad de elementos que finalmente dan cuenta de los cambios producidos en todos los órdenes de la vida actual. No obstante, juegan un papel importante en lo que finalmente se traduce en otras maneras de construir subjetividad, en transformaciones en la afectividad, la vivencia de la velocidad en el tiempo de los sucesos (asistimos por vía virtual a los hechos en el momento en que se producen, donde quiera que ellos ocurran), la necesidad de desarrollar nuevas competencias lógicas, transformaciones en el imaginario simbólico, la búsqueda en lo corporal y los sentidos, nuevas estrategias cognitivas (digitalización vs. alfabetización), y la imagen tomando en muchos campos el lugar del texto escrito.

De otro lado, en esta unidad de entrenamiento se están abordando de manera implícita aspectos que tienen que ver con el ejercicio de la libertad individual, la búsqueda de la felicidad personal, la construcción de la propia subjetividad, todo ello en tensión con las exigencias grupales, colectivas y sociales más amplias.

Es importante tener en cuenta que existen corrientes de pensamiento⁵ que ponen el énfasis en la individualidad, donde la imagen de lo individual se vuelve una totalidad. En este sentido, esta mirada plantea que en muchos aspectos en la sociedad de mercado contemporánea las posibilidades personales son prácticamente infinitas, pero no hay ninguna protección en caso de fracaso y el sistema se rige por las posibilidades de cada individuo de triunfar dentro de ciertas reglas de juego. Otra mirada sería un sistema opuesto al descrito, donde el énfasis estaría impuesto en el bienestar del sistema en general, esto es, el mercado al servicio del bienestar colectivo. En este caso, la crisis del individuo se perpetúa ya no por falta de protección frente a una competencia salvaje, sino por la falta de individualización como meta, donde el individuo pasa a ser tan solo un componente del sistema. Si bien el individuo cuenta con beneficios más igualitarios, se diluye su individualidad en pos de una meta colectiva. Frente a la problemática de estos dos escenarios, es posible pensar en una tercera posibilidad, un sistema que cuente con ciertos mecanismos que propongan al individuo como generador de potenciales individuales y al mismo tiempo que genere un sistema más igualitario que tenga como finalidad la protección del individuo. Esta última posibilidad, sería un intento teórico de reconciliar la existencia del individuo como ente independiente y al mismo tiempo rescatar los valores de una sociedad más igualitaria.

Condiciones
previas





Para el logro de las metas individuales los puntos de partida de cada persona son distintos, y en ello hay necesidad de reconocer inequidades sociales y diferencias personales, que seguramente pondrán más o menos obstáculos a la posibilidad de alcanzar los sueños de cada individuo. Sin embargo, el conocimiento de las capacidades personales y el fortalecimiento de éstas jugarán un papel vital frente a las circunstancias y contextos o escenarios, donde las adversidades se tornen en desafíos para la creatividad en la superación de ellas.

Se sugiere tomar en cuenta la influencia que pueden tener los medios de comunicación y el medio social y cultural en la configuración de los estilos personales de satisfacción de sueños y aspiraciones de las y los estudiantes, procurando fortalecer su capacidad para afirmar una manera propia de ser y estar en el mundo, en permanente negociación cultural con el medio en el que se desenvuelve.

En todos los casos, es importante tener en cuenta que las opciones y decisiones de realización personal y satisfacción de necesidades, deseos y aspiraciones, siempre deben tomarse en relación a la responsabilidad consigo mism@, con las y los demás y con el entorno medio ambiental más amplio, lo cual incluye la naturaleza y la sociedad en su totalidad.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Reflexión

Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- Reviso mi estilo personal de negociar con las ofertas culturales de felicidad y observo el grado de autonomía que ejerzo en este proceso.
- ¿Qué prácticas culturales me animan en la construcción de mi escultura interior?
- ¿Cómo afirmo mi estilo personal en la cultura institucional del centro educativo o espacio laboral al que pertenezco?
- ¿De qué manera mis prácticas docentes dinamizan la construcción autónoma de las esculturas interiores de mis estudiantes?
- ¿En qué aspectos personales soy más o menos crític@ de las ofertas de gustos y preferencias impartidas a través de los medios de comunicación masiva?
- ¿Para qué les puede servir a mis estudiantes la práctica del "sello personal" en la construcción de sus esculturas interiores?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Condiciones previas



Preparación del/a facilitador/a

En el momento de la preparación del/a facilitador/a se debe tener presente que el objetivo principal de esta actividad es el desarrollo de la autonomía de los estudiantes en la construcción de su escultura interior. Para ello, se debe tener presente que el objetivo principal de esta actividad es el desarrollo de la autonomía de los estudiantes en la construcción de su escultura interior. Para ello, se debe tener presente que el objetivo principal de esta actividad es el desarrollo de la autonomía de los estudiantes en la construcción de su escultura interior.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, esta es una actividad que se debe realizar en un espacio que permita a los estudiantes moverse libremente y sentirse cómodos y seguros en su entorno.

Unidad de Entrenamiento 7:

Condiciones
previas

Los poderes transformadores del/la escultor/a

Logros

- Se reconoce sujeto responsable de actuación social
- Identifica sus capacidades/aptitudes personales con posibilidad de uso para la transformación de sí y de sus entornos
- Toma iniciativas para participar responsablemente en favor de las comunidades en las que se desenvuelve
- Experimenta su acción social como vinculada al bienestar de las comunidades en que participa
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.7

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.





- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **"El estilo original del/la escultor/a"**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un "cuchicheo" y comenten durante unos breves minutos sobre la construcción de sus estilos personales en un intercambio permanente con la cultura, y sobre sus logros en los "ejercicios para mantenerse en forma" de la unidad anterior, que les pedía el uso de su "sello personal" en sus escenarios cotidianos, para negociar con autonomía sus preferencias. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en el respeto mutuo individuo-sociedad para salvaguardar tanto los estilos personales de vida como la posibilidad de construirse colectivamente considerando el bien común.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **"Los poderes transformadores del/la escultor/a"** que trabajará sobre el reconocimiento de las propias capacidades para incidir sobre su propia vida y en los entornos donde l@s escultoras/es se desenvuelven.

Ejercicios de calentamiento

Somos verbo

- El/la entrenador/a ha previsto un espacio adecuado para el desarrollo de esta sesión. Propicia un intercambio acerca del nombre de esta actividad, ¿qué ejemplos de nuestra vida cotidiana evidencian esta afirmación?
- A continuación organiza cuatro grupos para trabajar sobre la siguiente escena⁶: "En la institución educativa se va a realizar una salida académica y solicitan una cuota para realizarla. En la casa de Juanita ni el papá ni la mamá consiguen trabajo estable y apenas alcanza para el alimento mínimo."
- Deben hacer un listado lo más completo posible de LOS VERBOS (acciones) que están presentes en los personajes de dicha situación ¿Qué verbos "actúan" Juanita, sus padres, sus compañer@s de clase, su maestr@, la institución educativa, la Secretaría de Educación, entre otros posibles? (por ejemplo, Juanita escucha, dialoga, llora, entre otros).
- Deben debatir cuál va a ser la salida a la situación planteada y seleccionar del universo de verbos aquellos que les sirven para esta salida. Los escriben en tarjetas que van adhiriendo en los cuerpos de l@s actores y actrices a medida que dramatizan la escena en mimo (actuación muda) en un minuto.

- Terminadas las dramatizaciones, se les pide a l@s estudiantes no desprenderse de sus tarjetas, para realizar la siguiente actividad. El colectivo amplio interviene para comentar si además de los verbos mostrados, perciben otros que no se han expresado pero están implícitos, por ejemplo, pensar, sentir, mover el cuerpo, imaginar, entre otros, para los cuales se emplean otras tarjetas que adhieren sobre l@s actores/actrices. Luego, reflexionan sobre lo que pasaría si algunos verbos se eliminaran y para ello invita a los grupos a representar nuevamente sus dramatizaciones pero privándoles de algunos Verbos/Acciones. Tienen un minuto adicional para la presentación.
- Finalizado el trabajo, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿cómo se sintieron haciendo la experiencia anterior? ¿cómo se sintieron l@s actores/actrices cuando se les mermaron sus posibilidades de actuación? ¿qué relaciones podemos establecer entre las primeras dramatizaciones y las segundas en cuanto al alcance de nuestras acciones? ¿qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a propicia un intercambio sobre ¿de qué manera los verbos (que podemos “ser” o encarnar) representan unas capacidades (aptitudes o “poderes”) que tenemos para incidir en un contexto o situación? Y propone al colectivo enunciar ejemplos, como “tenemos la capacidad de reírnos de nosotr@s mism@s en medio de la dificultad”.

Mi particip-acción: un hacer con sentido

- El/la entrenador/a pide a l@s estudiantes colocarse su “bata de artista escultor/a interior” y tomar unos minutos para reflexionar sobre el significado del título de esta sección y sobre su vida, en particular sobre qué verbos (acciones) han construido su vida y cómo ellos han cambiado su énfasis, dándole una identidad específica (significados, sentidos) a cada etapa de su crecimiento. Escriben en sus “Memorias...” cuáles han sido esas etapas y qué verbos, acciones, y capacidades (aptitudes, poderes) han estado presentes. Comparan semejanzas y diferencias. Se responden, además, de qué propósitos, proyectos (sentidos u horizontes) personales, familiares u otros han hecho parte. Por ejemplo, etapa actual (adolescencia), **reclamar** el derecho a **elegir** mis amig@s, hacen parte del desarrollo de mi autonomía; etapa hasta 5 años, **jugar** todo el tiempo, fue parte del proyecto familiar de que los hijos crecieran sanos y alegres, entre otros posibles.





Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:

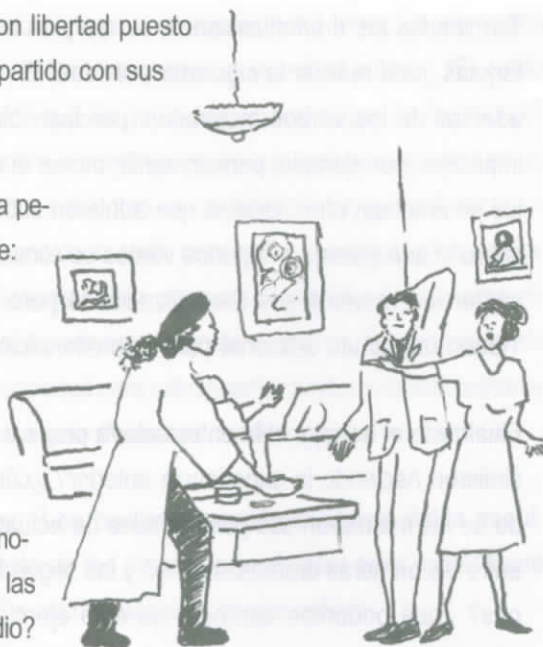
- ¿Cuáles son los verbos/acciones/capacidades/aptitudes (poderes) que caracterizan a nuestra etapa actual de crecimiento en nuestro medio?

- ¿Qué sentidos/propósitos/horizontes motivan y orientan las acciones o verbos de las personas de nuestra edad en nuestro medio?

- ¿Qué permite a las personas seleccionar y organizar sus verbos (acciones)?

- ¿Qué nos sugiere las conjugaciones de los verbos respecto a la acción individual y la acción con l@s demás? Por ejemplo, dos de las tres personas en las que se conjuga un verbo tienen que ver con l@s otr@s y sólo una con un@ mism@.

Se registran las principales conclusiones en sus "Memorias..." y preparan una forma creativa para presentarlas al colectivo amplio.



Plenaria

- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:

- ¿Qué entienden por participación? ¿Cómo relacionamos el trabajo previo sobre ser verbo/acción con la participación?

- ¿Cómo juegan nuestras capacidades/aptitudes (poderes) con el ejercicio de nuestra participación en los ambientes donde nos desenvolvemos?

- ¿Qué tipos de participación existen? ¿Qué valores caracterizan una forma de participación deseable?

- ¿Qué habilidades y destrezas necesitamos desarrollar para fortalecernos como sujetos con particip-acción social?

- ¿Qué papel juega la participación en la construcción de nuestra escultura interior? ¿y en la de nuestro ser social?

Las herramientas martillo y cincel: Yo puedo, yo participo

- A continuación, el/la entrenador/a propicia una asociación de la reflexión anterior con el trabajo de nuestro escultor/a interior, donde la capacidad de transformación de sí mism@ y de su entorno está mediada por la elección de acciones (verbos), que emplea para participar responsablemente en ellos como sujeto social.
- Seguidamente, el/la entrenador/a presenta las herramientas “martillo y cincel: yo puedo, yo participo”, que representan las capacidades que emplea el/la escultor/a interior para configurar su ser social, es decir, seleccionando con autonomía las acciones que pondrá en juego en sus relaciones interpersonales, y en su actuación –participación responsable– en el ámbito social (la familia, la escuela, el barrio, entre otros). Con los materiales previstos por el/la entrenador/a, l@s estudiantes preparan sus símbolos martillo y cincel del/la escultor/a de sí mism@, que les recuerde las funciones de esta herramienta.
- El/la entrenador/a, propicia un debate acerca de las formas institucionales de participación establecidas en el PEI y evalúan colectivamente si los canales establecidos allí son suficientes para favorecer la participación de tod@s l@s integrantes de la comunidad educativa. En colectivo seleccionan unos verbos/acciones y aptitudes/capacidades (poderes) que tienen para participar en el ámbito escolar, relacionándolos con las herramientas adquiridas en esta unidad de entrenamiento.

Control de entrenamiento

- Cada estudiante reflexiona y escribe en sus “Memorias...” acerca de los canales de participación establecidos en su familia, y considera cómo operaría su martillo y cincel en este ámbito, es decir, qué acciones/verbos aptitudes/capacidades necesitaría movilizar para incidir en las relaciones sociales familiares.

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.15, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Retomo los apuntes de los temas trabajados en esta Unidad de Entrenamiento y reviso qué destrezas y habilidades tengo que favorecen mi actuación social, y considero cuáles otras





necesitaria desarrollar o reforzar para dicho fin. Escribo mis reflexiones en mis "Memorias...". Durante la siguiente semana me propongo trabajar con mi "martillo y cincel: yo puedo, yo participo" propiciando mi ejercitación de estas habilidades para incidir responsablemente en mis distintos escenarios sociales. Describo las experiencias en mis "Memorias..." y avanzo con algunas conclusiones acerca de ellas.

- Busco un espacio para revisar los verbos que conjugamos en mi grupo de amig@s, es decir, el conjunto de acciones, así como las aptitudes/capacidades (poderes) que ponemos en juego para incidir en los espacios donde nos movemos. Considero de qué manera estas actuaciones tienen un sentido de responsabilidad social y qué cambios sería necesario adoptar para que así sea. Registro mis reflexiones en mis "Memorias..." y veo la oportunidad de compartir estos puntos con mi grupo.
- Con mi grupo de amig@s miramos un programa de televisión de nuestra preferencia y analizamos qué acciones/verbos y aptitudes/capacidades (poderes) emplean individual y colectivamente para actuar en sus entornos. Valoramos de qué manera tales actuaciones redundan en beneficio de tod@s o en beneficio personal o de un grupo y reflexionamos sobre la responsabilidad social en el uso de nuestras herramientas "martillo y cincel: yo puedo, yo participo". Tomamos nota de nuestras conclusiones en nuestras "Memorias...".

Información adicional para el/la entrenador/a

El sentido de esta unidad de entrenamiento es fortalecer la valoración de la acción, el actuar —que a su vez pone en escena nuestra subjetividad— en especial la intención-acción transformadora considerando el bien común, por ello se trabaja esta identidad de la persona con los verbos. Participar es un verbo que implica un deber y una responsabilidad ciudadana.

Participar significa ser parte de... la comunidad que nos toca vivir, para proponer, para hacer, para decidir sobre los asuntos de nuestro entorno.⁷ Podemos señalar que la participación es un continuo que va desde el simple estar en un ámbito donde otras u otros toman las decisiones por nosotras y nosotros hasta el ser protagonistas del pleno ejercicio de toma de decisiones de aquello que nos interesa y afecta.

Existen diversas maneras de entender lo que es participación, pero algunas de ellas pueden tener elementos antidemocráticos. Por ejemplo, existen algunas formas corporativas que consideran la participación sólo a través de la pertenencia obligatoria a una entidad en razón de la actividad profesional o el status social. Pero también existe una denominada "participación de intereses", en la que quienes son llamados a integrar cuerpos administrativos o a ejercer funciones consultivas o de control no actúan en razón de un mandato ni en defensa de derechos subjetivos, sino como representantes presuntos de intereses de un grupo, asociación, consejo profesional o entidad gremial.

En una democracia representativa, la participación consiste fundamentalmente en el ejercicio de los derechos de ciudadanía activa y pasiva. Algunas personas definen la participación ciudadana como "El involucramiento de todos los ciudadanos en los asuntos del gobierno local y del Estado. Es el objetivo y a la vez el medio para promover cualquier proceso de desarrollo local."⁸ Y ciudadana o ciudadano se define como "Miembro de una comunidad, a quien se le otorgan derechos y libertades y que, recíprocamente, se encuentra obligado al cumplimiento de deberes con la comunidad."⁹

El reconocimiento del derecho ciudadano a elegir y ser elegido para cargos públicos se otorga en nuestra sociedad a los 18 años, y a esa edad también se reconoce la autonomía para dirigir la propia vida. La formación que recibimos en la institución escolar, en la familia y en otros espacios antes de esa edad nos prepara —o no— para la participación ciudadana.

Se pueden identificar espacios formales de participación como los sindicatos, las Juntas de Administración Local, por ejemplo, y están previstos por la legislación. También existen espacios informales, que están constituidos por las distintas iniciativas de organización juvenil que se producen para lograr sus objetivos y expresarse públicamente.

La participación en partidos políticos es otro espacio que puede ser significativo, aunque para muchas y muchos jóvenes no resulta atractivo hacerlo por el descrédito social de este tipo de organizaciones.

Independientemente de dónde estemos desarrollándonos, tenemos la responsabilidad de desarrollar nuestras capacidades para ejercer la participación plena a la que tenemos derecho, y es en ese intercambio participativo donde nos encontramos con otras y otros que nos siguen aportando en el descubrimiento y construcción de nuestro ser interior.



Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmotee suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.

 Reflexión

Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Con qué verbos/acciones aptitudes/capacidades (poderes) actúo en mis relaciones sociales escolares (con l@s estudiantes, colegas docentes, directivas, madres-padres de familia, personal administrativo y de servicios)?
- ¿En qué otros ámbitos de actuación social pública me desenvuelvo además de la escuela y cómo caracterizo dicha actuación?
- ¿Qué principios o criterios me ayudan a orientar mis formas de participación social?
- ¿Con que habilidades y destrezas cuento para incidir responsablemente en mis ámbitos de actuación pública y cuáles necesitaría desarrollar o fortalecer?
- ¿Cómo contribuyo a promover un ambiente participativo en mis espacios de actuación social, familiar y escolar?
- ¿Para qué les puede ayudar a mis estudiantes la práctica del "martillo y cincel: yo puedo, yo participo" en la construcción de sus esculturas interiores?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de Entrenamiento 8:

Condiciones
previas

El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura

Logros

- Reconoce su dimensión espiritual o trascendente asociándola con el "ser fuego" y "ser luz"
- Se comprende con capacidades de transformación personal y social a partir de su dimensión espiritual o trascendente
- Dota de dirección o sentido a sus actuaciones a partir de infundirles una "chispa creadora"
- Experimenta los alcances de ser "fogata" al poner en juego con otr@s sus cualidades de "fuego" y "luz" de su dimensión espiritual o trascendente
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.8

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.





- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **“Los poderes transformadores del/la escultor/a”**. Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un “cuchicheo” y comenten durante unos breves minutos sobre las acciones de participación que han realizado y la manera como han empleado las herramientas “martillo y cincel” (yo puedo, yo participo). El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en la importancia de participar responsablemente, lo cual significa la excelencia y el cumplimiento hasta el final de lo que se asume, siendo consecuentes con los valores que se han elegido como horizonte.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **“El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura”** que trabajará sobre el fortalecimiento de las cualidades trascendentes, es decir, aquellas que están más allá de los límites naturales y desligadas de ellos, que le permiten hacer de sí un ser armónico consigo mismo, con l@s demás, y con la naturaleza.

Ejercicios de calentamiento

Somos fuego, somos luz

- El/la entrenador/a ha solicitado que cada estudiante traiga un trozo de madera, y ha previsto una hora y un espacio adecuado para el desarrollo de esta sesión. Propicia un intercambio acerca del nombre de esta actividad, ¿cómo asociamos el ser fuego, el ser luz, con el conocimiento de un@ mism@? ¿Qué relaciones podemos establecer entre el trozo de madera que hemos traído y lo reflexionado anteriormente? Les pide escribir en tarjetas pequeñas cualidades personales de luz (por ejemplo, ser buen amig@, cuidar de sus herman@s, esforzarse en los estudios, entre otros) y los adhieren al trozo de madera que han traído, para preparar la siguiente actividad.
- A continuación organiza una fogata que crece progresivamente a medida que l@s estudiantes van colocando su trozo de madera en ella y comparten brevemente una situación en la cual una de sus cualidades de luz ha resplandecido.
- Finalizada la fogata, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿Cómo se sintieron haciendo la experiencia anterior? ¿Qué semejanzas o diferencias podemos establecer entre el inicio de la fogata y el final de la misma? ¿De qué manera se puede mante-

ner siempre encendida una fogata? ¿Qué conocemos acerca de la dimensión espiritual o trascendente de las personas y cómo se suele o se puede relacionar con el fuego? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

Condiciones previas

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a propicia un intercambio sobre ¿Qué significa “ser luz”? ¿Qué significa “ser fuego”? ¿Qué espacios ofrece la sociedad y la cultura para cultivar la luz y el fuego personal? ¿Qué personajes de la historia de la humanidad o de nuestro contexto actual reconocemos como seres que irradian una gran luz?

Destellos de luz y brasas de fuego

- El/la entrenador/a pide a l@s estudiantes colocarse su “bata de artista escultor/a interior” y tomar unos minutos para reflexionar sobre el significado del título de esta sección y sobre su vida, acerca de **la manera como ha crecido o disminuido el fuego de su “brasa interior”** y en particular **los momentos o situaciones de su vida en que recuerdan que ello se ha traducido en luz** para sí mism@s, para su familia, amigos u otras personas. En sus “Memorias...” dibujan velas para designar hitos de luz en sus vidas y escriben cuáles han sido esos momentos, detallando de qué manera han sido luz.

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:
 - ¿Cómo podemos relacionar el “ser luz” con “ser fuego”?
 - Además de ser luz, ¿qué otras manifestaciones tiene o puede tener nuestra “brasa interior”?
 - ¿Cuál ha sido el origen y cómo se ha alimentado esa “brasa interior”?
 - ¿Qué hemos experimentado en los momentos en que hemos sido luz?
 - ¿Para alguien más ha sido notorio nuestro fuego y nuestra luz?
 - ¿De qué manera ha afectado nuestra luz a l@s demás y a nosotr@s mism@s?
 - ¿Qué papel ha jugado nuestra “brasa interior” en nuestro crecimiento personal y relacional?





- Comentamos las experiencias de ser "fogata", es decir, cuando unimos nuestros maderos incandescentes y logramos ser un fuego y una luz mayor.

Se registran las principales conclusiones en sus "Memorias..." y preparan una forma creativa para presentarlas al colectivo amplio.

Plenaria

- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:
 - ¿Qué significa "ser fogata" y cómo se relaciona con la dimensión espiritual o trascendente de los grupos humanos?
 - ¿De qué manera(s) nuestra comunidad educativa ofrece oportunidades para que seamos "fuego" y "luz" y para que podamos "ser fogatas"?
 - ¿De qué manera es posible no ser fuego y no ser luz?
 - ¿De qué o de quién depende el grado de "incandescencia" del que es capaz una persona?
 - ¿A través de qué caminos la sociedad ofrece posibilidades de alimentar las "brasas interiores" de las personas y con qué criterios podemos determinar su validez?
 - ¿Cómo la singularidad de nuestra brasa interior afecta nuestra mirada sobre el mundo, las personas, las relaciones interpersonales y nosotr@s mism@s?

Infundir la "chispa creadora"

- A continuación, el/la entrenador/a propicia un intercambio sobre el trabajo de nuestro escultor/a interior para dotar de plenitud a su escultura, a partir de la reflexión acerca del título de esta unidad de entrenamiento: **El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura**, resaltando la importancia de infundir una "chispa creadora" que le hace trascender su materialidad en obra de arte.
- Seguidamente, el/la entrenador/a invita al colectivo a enumerar algunos elementos y características de la "chispa creadora" de un/a escultor/a interior, que convertirán su obra en una creación inmortal. Por ejemplo,

- es libre para elegir la intensidad de "fuego" y "luz" que le infunde a su escultura
- trasciende más allá de su ser individual
- transforma su ser y los contextos en que se desenvuelve
- impulsa a superar las adversidades
- busca calidad de vida para tod@s, entre otros.



Recogen este listado en una cartelera, que se colocará en un lugar visible del salón de clase, intentando clasificar los aportes en elementos para "ser fuego" y elementos para

"ser luz". Con los materiales previstos por el/la entrenador/a, l@s estudiantes preparan su símbolo "chispa creadora", que les recuerde su utilidad en la construcción de sí mism@s.

- El/la entrenador/a, motiva al grupo a construir con las cualidades de cada un@ una "fogata transformadora" de una necesidad de su comunidad educativa o comunidad local, según estime pertinente, de tal manera que cada estudiante ponga en juego lo mejor de sí, crezca personalmente, y reconozca en la acción colectiva una respuesta correspondiente a la "chispa creadora".

Control de entrenamiento

- Cada estudiante escribe en sus "Memorias..." los momentos o situaciones en que ha participado de "fogatas transformadoras", considerando de qué manera ha puesto en juego su "chispa creadora", y de qué manera esto l@ transformó a sí mism@ y a l@s demás.

Condiciones previas





Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.16, para Escultoras/es de sí mism@s)

- A partir de los aprendizajes de esta sesión de entrenamiento, durante la siguiente semana, me propongo infundir “chispas creadoras” en mis relaciones interpersonales, familiares, escolares, entre otras, y escribo mis aprendizajes en mis “Memorias...”, destacando aquellos elementos y características que más identifican mi “ser fuego”.
- Con mi grupo de amig@s exploro algunas manifestaciones de solidaridad, de servicio desinteresado u otras, que puedan ser comprendidas como “fogatas transformadoras” y buscamos quiénes son l@s protagonistas de ellas y de qué manera infunden su “chispa creadora” para conseguir un fuego mayor y una luz mayor al servicio de una mejor calidad de vida para tod@s. Consignamos nuestros hallazgos en nuestras “Memorias...”.
- Miramos de qué manera nuestro PEI incluye la dimensión espiritual/trascendental de los integrantes de la comunidad educativa y construimos alternativas que puedan ser incluidas en el currículo, por ejemplo, darnos 5 minutos diarios de silencio personal guiado, para entrar en contacto con nuestro fuego interior.

Información adicional para el/la entrenador/a

La asociación con la luz, el fuego interior, es una analogía utilizada por muchas corrientes de pensamiento espiritual para hacer énfasis en la motivación y energía interior que moviliza a las personas a trascender los intereses más inmediatos de la vida material. En esta unidad de entrenamiento la empleamos en ese mismo sentido, invitando a la búsqueda de una motivación profunda que pueda alimentar los sueños e incentivar la acción de nuestras niñas, niños y jóvenes a pesar de los posibles obstáculos o aun fracasos que puedan tener en el camino de la vida.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmoree suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.

Condiciones previas



Reflexión



Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Cómo describo mi experiencia espiritual o trascendente? ¿Cómo he sido "fuego" y "luz"?
- ¿Qué vacíos y necesidades encuentro en mi dimensión espiritual o trascendente?
- ¿De qué manera he participado o soy parte de experiencias de "fogata"?
- ¿Con que habilidades, destrezas y recursos cuento para crecer en esta dimensión espiritual o trascendente?
- ¿Cuál es mi postura frente a las diversas ofertas religiosas del medio en que me desenvuelvo y cuáles son mis criterios para discernir la validez de las mismas?
- ¿Para qué les puede ayudar a mis estudiantes el reconocerse como seres espirituales o trascendentes en la construcción de sus esculturas interiores?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Ejercitación

Instrucciones iniciales

Unidad de Entrenamiento 9:

Escultor/a y obra en permanente mejoramiento

Logros

- Reconoce su responsabilidad en el permanente mejoramiento de sí mism@
- Fortalece su compromiso con el ser "lo mejor de sí mism@" en las dimensiones personales trabajadas en este Módulo
- Aplica un símbolo personal que le ayuda en su cotidianidad a recordar que siempre es posible ser "lo mejor de sí mism@", teniendo en cuenta a l@s demás
- Toma distancia crítica sobre las presiones que recibe de l@s demás acerca de la dirección de su vida para decidir sobre lo que quiere de sí mism@
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.9

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.

Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura**". Para ello les pide que en pequeños grupos hagan un "cuchicheo" y comenten durante unos breves minutos sobre las acciones de participación que han realizado y la manera como han infundido su "chispa creadora" en este lapso transcurrido. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir del trabajo de cuchicheo, el/la entrenador/a hace énfasis en la importancia de ser "luz" y ser "fogata", cultivando su dimensión espiritual.
- A continuación, introduce el tema de hoy, "**Escultor/a y obra en permanente mejoramiento**" que trabajará sobre la responsabilidad que cada un@ tiene en el cultivo de sí mism@, como una tarea continua, en relación con las dimensiones abordadas en este módulo.

Ejercicios de calentamiento

La danza de la vida

- El/la entrenador/a organiza cuatro o cinco grupos para preparar una coreografía de danza contemporánea, es decir, un ejercicio colectivo donde a través de la libertad del movimiento corporal de sus integrantes se expresa un sentir común que previamente han discutido y diseñado. En este caso el tema gira alrededor de cómo la vida (en sus distintas expresiones: plantas, animales, personas, entre otras) sale adelante en medio de diversidad de circunstancias, favorables unas y desfavorables otras, y gracias también a muchos otros factores con los cuales se relaciona para tomar lo que mejor le sirva para surgir. Por ejemplo, alguien acurrucad@ hace las veces de semilla y lentamente se levanta y despliega sus brazos, mientras otr@s compañer@s en el piso representan el crecimiento de sus raíces.
- Finalizada la presentación de las danzas, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿Cómo se sintieron haciendo la experiencia anterior? ¿Qué amenazas tiene la vida en nuestro planeta? ¿Qué cuidados requiere la vida para poder surgir y desarrollarse? ¿Qué diferencia el crecimiento humano del de otros seres vivos? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

Ejercicio principal

Desarrollo de la habilidad

- El/la entrenador/a propicia un intercambio sobre ¿en qué dimensiones es posible que el ser humano "crezca"? ¿Cuál es la importancia de que el ser humano "crezca"? El/la entrenador/a aprovecha este espacio para resumir el proceso de las últimas cinco unidades de entrenamiento trabajadas. Ver Hoja de Ayuda No.17.

Aprendiendo a ser

- El/la entrenador/a pide a l@s estudiantes colocarse su "bata de artista escultor/a interior" y tomar unos minutos para reflexionar sobre el significado del título de esta sección y sobre su vida, acerca de **su crecimiento personal en las distintas dimensiones que hemos visto hasta aquí: corporal, mental, social, cultural, y espiritual**, y en particular **aquellos sucesos o momentos que representaron hitos de crecimiento y maduración**, por ejemplo, la caída del primer diente significa la terminación de la primera infancia y la entrada a la niñez; el aprender a leer y escribir, significa que ya pueden abordar autónomamente los textos de su interés, entre otros. En sus "Memorias..." hacen historietas sobre estos momentos o sucesos de su vida.

Se invita a l@s estudiantes a escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s si no desean.

- A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten libremente acerca de su trabajo personal sobre hitos de su crecimiento y maduración. Luego se responden colectivamente:



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



- ¿Cómo sabemos que hemos “crecido” o “madurado” en las distintas dimensiones de la persona?
- ¿Cuáles son las características de un crecimiento o maduración de “calidad”?
- ¿De qué factores depende que haya crecimiento/maduración o decrecimiento/estancamiento personal?
- ¿En qué dimensiones tenemos el “control” de nuestro crecimiento/maduración, en cuáles no y por qué?
- ¿En qué dimensiones podríamos renunciar a “crecer” o “madurar”? ¿En cuáles podemos “decrecer”? ¿De qué depende?
- ¿Cómo podemos graficar o registrar los distintos niveles de crecimiento personal a que hemos llegado en las dimensiones que hemos trabajado en este módulo (corporal, mental, social, cultural y espiritual)?

Individualmente, aplican esta forma de graficación a sus propios procesos de crecimiento o maduración personal. Se registran las principales conclusiones personales en sus “Memorias...” y grupalmente preparan carteleras para presentar las conclusiones y la manera de graficar o registrar niveles de crecimiento al colectivo amplio.

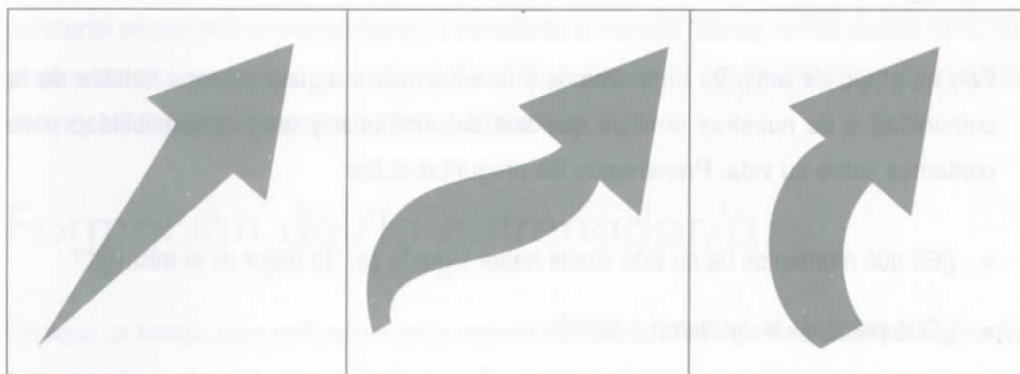
Plenaria

- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:
 - ¿Quién o quiénes tienen algún interés en orientar o condicionar nuestro “crecimiento” personal hacia determinados fines?
 - ¿Quién o quiénes determinan la validez de los fines hacia donde debe orientarse nuestro crecimiento?
 - ¿Qué utilidad o ventaja puede tener para una persona plantearse una vida con un sentido construido por ella misma?
 - ¿Qué nos puede indicar que estamos siendo lo mejor de nosotr@s mism@s?
 - ¿Cómo reconocemos que una persona es lo mejor de sí misma? Citamos algunos casos que conocemos.
 - ¿Qué actividades hemos realizado personalmente para conseguir lo mejor de nosotr@s mism@s en las dimensiones corporal, mental, social, cultural y espiritual?

El/la entrenador/a toma nota de tales actividades en una cartelera y la emplea como base para presentar la siguiente sección.

Lo mejor de mí mism@

- A continuación, el/la entrenador/a propicia un intercambio sobre el trabajo de nuestro escultor/a interior para ser lo mejor de sí mism@, a partir de la reflexión acerca del título de esta unidad de entrenamiento: **Escultor/a y obra en permanente mejoramiento**, resaltando la importancia de responder por sí mism@, buscando siempre su mejor expresión en las distintas dimensiones de su ser.
- A partir de la cartelera que recoge las actividades que les ayudan a cultivarse como personas, el/la entrenador/a invita al colectivo a asociarlas con uno de los siguientes símbolos que expresan "ser lo mejor de sí mism@s" y que les pueda ayudar en el futuro a recordar este propósito.



Si l@s estudiantes quieren hacer otro símbolo que les ayude a recoger esta intención, pueden hacerlo libremente. Sea cual fuere el símbolo escogido, cada escultor/a de sí mism@ debe acompañar su símbolo con la pregunta: **¿Cómo puedo ser lo mejor de mí mism@, tomando en cuenta a l@s demás, en esta circunstancia o momento?**

Dibujan el símbolo personal de "lo mejor de mí mism@" en sus "Memorias..." y lo relacionan con sus diversas dimensiones de crecimiento, escribiendo qué significa para ellos ser lo mejor de sí mism@s en cada una de aquéllas.

- El/la entrenador/a, invita a compartir en parejas distintas situaciones de la vida familiar, escolar, barrial, local, donde puedan emplear este símbolo para recordarles el tipo de crecimiento que desean para sí mism@s.



Control de entrenamiento

- Cada estudiante revisa y escribe en sus "Memorias..." cómo ha estado presente el deseo de ser "lo mejor de sí mism@" en los distintos hitos de su crecimiento, elaborados al inicio del Ejercicio Principal de esta Unidad de Entrenamiento.

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.18, para Escultoras/es de sí mism@s)

- A partir de los aprendizajes de esta sesión de entrenamiento, me propongo observar mis acciones en cada uno de los diferentes escenarios en que me desenvuelvo: familia, institución educativa, grupo de amig@s, entre otros, y escribo en mis "Memorias..." aquellos sucesos en los que tuve presente mi símbolo para "ser lo mejor de mí mism@".

- Con mi grupo de amig@s organizamos una entrevista a alguna persona notable de la comunidad o de nuestras familias que sea de confianza y tenga disponibilidad para contarnos sobre su vida. Preparamos las preguntas sobre:

- ¿En qué momentos de su vida siente haber logrado ser "lo mejor de sí mism@"?
- ¿Qué prácticas le ayudaron a serlo?
- Teniendo en cuenta la diversidad de dimensiones de una persona, ¿cuál de ellas ha cultivado o cultiva con especial esmero? ¿Cuál de ellas ha descuidado más? En ambos casos, ¿por qué?
- Cuando las condiciones externas no han sido favorables, ¿qué ha buscado hacer para seguir siendo lo mejor de sí mismo? ¿Qué ha logrado con eso?

Otras preguntas que el grupo considere que le pueden ayudar y recogen su experiencia con sus principales aprendizajes en sus "Memorias..."

- Observamos en la familia, el colegio, el gobierno local, qué posibilidades ofrece para el crecimiento integral de nuestras distintas dimensiones y buscamos un espacio en el área de Sociales para intercambiar sobre su mejor aprovechamiento y proponer alternativas que favorezcan nuestro desarrollo humano.

Información adicional para el/la entrenador/a

La construcción personal es una tarea que conlleva un esfuerzo muy grande de autoformación. Este esfuerzo puede verse debilitado por una insuficiente aplicación a la tarea o por el abandono de la misma ante los reveses de la vida. La intencionalidad presente en esta unidad de entrenamiento es fortalecer la búsqueda de la excelencia en esta iniciativa de convertirse en lo mejor de sí, sin tener que depender de manera constante de incentivos externos para lograrlo. Implica exploración de capacidades y limitaciones, aceptación de sí mism@, actitud (disposición) y acción orientada al cambio o transformación de sí.

Esto requiere de un ejercicio constante de revisión interior y la aplicación de la voluntad personal para modificar lo que considere pertinente, con el fin de lograr ese crecimiento y sabiduría para actuar en cada momento de la vida, con valor y entusiasmo. En un sentido, es el trabajo constante en pos de la armonía interior, la belleza de la melodía interna, con su propio ritmo, sus propios acentos, y su propia musicalidad, que a su vez es capaz de armonizar con las melodías de las y los demás con quienes convive o interactúa.

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmoree suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desarrollo de la habilidad



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Qué dimensiones personales he cultivado con particular esmero y cuáles otras he descuidado? ¿Qué consecuencias ha tenido esto en mi vida personal y en mi desempeño profesional?
- ¿Cómo sé cuándo estoy siendo "lo mejor de mí mism@"?
- ¿Qué límites he encontrado para mi crecimiento personal y qué he hecho para superarlos?
- ¿Cómo facilito desde mi práctica pedagógica que mis estudiantes sean lo mejor de sí mism@s?
- ¿Para qué les puede servir a mis estudiantes el buscar ser "lo mejor de sí mism@s" en medio de sus limitaciones personales y sociales?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Unidad de Entrenamiento 10:

Desarrollo de
la habilidad

Mi escultura se re-crea en la interrelación con l@s demás

Logros

- Reconoce que hay factores externos (personas y entorno cultural) que inciden en la construcción de sí mism@
- Asume criterios que le ayudan en la negociación de la construcción de sí mism@ con los factores externos
- Consolida su aprendizaje sobre las principales dimensiones de su construcción personal
- Toma iniciativas para la construcción de sí mism@ contando con la retroalimentación de l@s demás
- Disfruta la manera de abordar esta Unidad de entrenamiento No.10

Preparación del/la entrenador/a

En un tiempo previo a la realización de esta unidad de entrenamiento con sus estudiantes, el/la entrenador/a se da un espacio personal que le prepare para el desarrollo de su trabajo con este tema específico. Para ello, se pregunta qué le insinúa el título de la unidad, cómo lo relaciona con el conjunto del módulo, y qué sabe sobre el tema. Si desea extenderse en este punto, puede referirse a la sección Información Adicional para el/la entrenador/a o desarrollar la sección Formación para el/la entrenador/a.

Ejercitación

Instrucciones iniciales

- Como se ha indicado, el/la entrenador/a prepara creativamente distintas formas para dar la bienvenida a sus estudiantes y ambientar el trabajo de la sesión.



Ejercicios para
«ver mejor»
la realidad



- Después de un breve saludo, el/la entrenador/a propicia un recuerdo del tema, los elementos trabajados y los ejercicios para mantenerse en forma sugeridos en la unidad anterior: **“Escultor/a y obra en permanente mejoramiento”**. Para ello, les pide que en pequeños grupos comenten durante unos breves minutos sobre los Ejercicios para Mantenerse en Forma realizados, y en especial sobre los resultados de sus entrevistas y el uso de su símbolo personal para “ser lo mejor de sí mism@s”. El/la entrenador/a participa ocasionalmente de los intercambios en los pequeños grupos. A partir de este trabajo, el/la entrenador/a hace énfasis en la importancia de tener en cuenta a l@s demás cuando estamos buscando ser “lo mejor de nosotr@s mism@s”.
- A continuación, introduce el tema de hoy, **“Mi escultura se re-crea en la interrelación con l@s demás”** que trabajará sobre la incidencia de las demás personas y de la cultura en la construcción de sí mism@s y sobre una herramienta que regule esta interacción. El/la entrenador/a promueve un intercambio acerca del sentido de esta unidad de entrenamiento y señala que una escultura que no se expone a la opinión pública no puede ser reconocida como obra universal, y por otro lado, una obra que se quiere hacer para “dar gusto a tod@s” termina anulando su originalidad.

Ejercicios de calentamiento

Para esta unidad de entrenamiento, el/la entrenador/a ha previsto que l@s estudiantes conversen con sus madres y padres y otr@s adult@s cercan@ sobre sus gustos musicales, sus preferencias culturales, observen sus formas de vestir, costumbres de manejo del tiempo libre, aspiraciones, creencias y maneras de relacionarse con su cuerpo y con las demás personas, entre otros elementos del mundo de l@s adultos.

Mundos juveniles y mundos adultos

- El/la entrenador/a organiza dos grupos y apoyándose en la Hoja de Ayuda No.19, invita a que uno de los grupos re-cree el “mundo adulto” y el otro el “mundo juvenil”.
- Luego de que cada grupo ha caracterizado por escrito el “mundo” que le tocó, organiza una dramatización que presente la forma como interactúan en la cotidianidad estos dos mundos.
- Finalizadas las presentaciones, el/la entrenador/a propicia una retroalimentación vivencial: ¿Cómo se sintieron haciendo la experiencia anterior? ¿Cómo aprendieron l@s adult@s a ser como son? ¿Hasta cuándo pueden l@s jóvenes ser como son? ¿Qué elementos de la

cultura marcan las identidades de las personas? ¿Qué podemos aprender de este ejercicio en relación con el conocimiento de sí mism@s y la tarea de esculpirse interiormente?

Ejercicio principal

- El/la entrenador/a propicia un intercambio sobre ¿de qué maneras cada un@ ha sido construido como persona por l@s demás a lo largo de nuestra vida (desde bebés hasta el día de hoy)? ¿Cuándo termina esta influencia de l@s demás sobre la construcción de nuestra identidad personal?

Soy como un país en interacción con otros

- El/la entrenador/a pide a l@s estudiantes tomar unos minutos para reflexionar sobre el significado del título de esta sección y sobre su relación con el título de esta Unidad de Entrenamiento, en especial sobre la multiplicidad de dimensiones que son propias de todo ser humano (y diversos aspectos que constituyen todo país) y la importancia de su armoniosa interrelación con otr@s para ser personas (o "países") consistentes, esto es, que lo que sienten, piensan, deciden, dicen, hacen, sueñan, etc., tenga una organización con sentido.



Se invita a l@s estudiantes a realizar de manera individual el ejercicio de la Hoja de Ayuda No.20, buscando recoger los aprendizajes de las últimas cinco sesiones de este módulo a partir de desarrollar la analogía con un país, como allí se propone. El propósito es reconocer algunas de las dimensiones humanas presentes en él/ella y avanzar en su autoconcepto y autoaceptación antes de pensar en la manera como l@s demás inciden en su construcción personal. Pueden escribir con libertad puesto que este trabajo no tendrá que ser compartido con sus compañer@s.



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



■ A continuación, el/la entrenador/a organiza pequeños grupos y en ellos comparten sobre:

- ¿A través de qué mecanismos mostramos o damos a conocer a l@s demás las riquezas que nos conforman?
- ¿En qué situaciones representa un problema mostrar con total transparencia nuestro ser interior?
- ¿Qué experiencias hemos tenido de lecturas/miradas de otr@s —acertadas o desacertadas— sobre nosotr@s?
- ¿Qué consecuencias han tenido sobre nosotr@s las lecturas/miradas desacertadas (a favor o en contra) que l@s demás han hecho sobre nosotr@s?
- ¿Con qué herramientas contamos para procesar las percepciones/opiniones/interpretaciones que otr@s hacen sobre nosotr@s?
- ¿Qué papel juegan nuestros sentimientos, sensaciones, emociones, necesidades, en el grado de incidencia que puedan tener las percepciones/opiniones/interpretaciones de l@s demás sobre nosotr@s?
- ¿Qué cosas no estamos dispuest@s a negociar como jóvenes frente al mundo adulto?

Se registran las principales conclusiones en sus "Memorias..." y preparan una forma creativa para presentarlas al colectivo amplio.

Plenaria

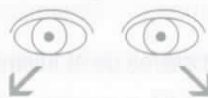
- Terminado el compartir del trabajo de los grupos, el/la entrenador/a propone debatir sobre los siguientes puntos:
- ¿De qué maneras inciden en nuestra construcción personal (de "país") las ofertas de consumo cultural (música, formas de vestir, manera de hablar, formas de comportarse, marcas de artículos, entre otros) que se proponen en nuestra sociedad?
- ¿Qué experiencias hemos tenido de incoherencia/inconsistencia entre la "imagen" que se ofrece de algo/alguien y lo que en verdad encontramos en el fondo? ¿Qué nos dice esto en relación con nosotr@s mism@s y con las interacciones que tenemos con l@s demás?
- ¿Qué procedimientos seguimos para determinar cuáles ofertas culturales u otras —como la presión de nuestra pareja, o de nuestr@s familiares o amig@s, entre otr@s— sirven a nuestra construcción personal? ¿Cuáles son los criterios que priman para hacer esta selección?

- ¿Qué destrezas necesitamos para poder negociar culturalmente con las ofertas de nuestra sociedad actual y de nuestro contexto próximo, salvaguardando nuestra autenticidad?

Nuestr@ "crític@ de arte"

- A continuación, el/la entrenador/a propicia un intercambio sobre ¿quién es un/a crític@ de arte y cómo podemos relacionarl@ con la construcción de nosotr@s mism@s? El/la escultor/a no sólo se dedica a "hacer" al escultura sino que también es un/a crític@ de arte en tanto que tiene capacidad de juzgar su propia obra (fortalezas y debilidades).
- Seguidamente, el/la entrenador/a invita al colectivo a completar los elementos y características de un/a crític@ de arte a partir del cuadro siguiente. En la columna de la izquierda recogen el listado de responsabilidades que el/la crític@ de arte tiene para consigo mism@ en cualquier interacción, y en la de la derecha, escriben algunas preguntas con las cuales el/la crític@ de arte puede sopesar las opiniones/interpretaciones/percepciones que otr@s tienen sobre sí (su imagen) y sobre las ofertas de consumo cultural (música, formas de vestir, manera de hablar, formas de comportarse, marcas de artículos, entre otros).

Crític@ de arte



| Mirada sobre sí mism@ | Mirada sobre la retroalimentación de otr@s y las ofertas de consumo cultural |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ observa cuidadosamente su escultura y aprecia sus cualidades ■ identifica aquellos elementos que caracterizan la autenticidad de su obra ■ se hace una opinión sobre su obra ■ se fija en los cuidados que se ha tenido al darle forma a su escultura ■ hace un balance entre las opiniones de otr@s sobre su escultura frente a los aspectos no negociables de sí mism@ ■ determina si su obra requiere modificaciones a partir de sopesar si las opiniones/ interpretaciones/ percepciones de l@s demás son válidas ■ estima el precio de la obra por la originalidad y el esfuerzo invertido en su elaboración ■ detalla qué elementos del entorno están presentes en su escultura, entre otros. | <p>... En relación con mi propia manera de ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ¿A quién/es busca beneficiar (a quien me hace la observación, a mí, a mi familia, mi grupo de amig@s, al barrio, a mi ciudad, a todo el país, a toda la sociedad)? ■ ¿Cuál es la proporción del beneficio (ganamos tod@s, yo (y/o los míos) gano y l@s demás pierden, l@s otr@s ganan y los míos (o yo) perdemos, algun@s ganan y otros pierden, tod@s perdemos)? <p>... En relación con la imagen de mí que perciben l@s demás:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ¿Qué tanto se ajusta a lo que soy yo auténticamente? ■ ¿Que tanto me separa o me acerca a mis grupos de referencia? |



Ejercicios para «ver mejor» la realidad



- La anterior “negociación cultural” implica que el/la escultor/a tome decisiones sobre los elementos que considera pertinentes para ser mejor, lo cual implica modificar (o “reajustar”) su escultura. Ésta es una tarea permanente en la vida de todas las personas.
- El/la entrenador/a propone emplear estos criterios para ejercitar su uso en la relación del “mundo adulto” con el “mundo juvenil” a partir de las dramatizaciones presentadas en el ejercicio de calentamiento de esta unidad de entrenamiento.

Control de entrenamiento

- Cada estudiante hace una revisión del ejercicio personal de mirarse interiormente como un todo articulado (“país”) adoptando su rol de “crític@ de arte”. Por ejemplo, en el ámbito de las “Relaciones Exteriores”, se pregunta: ¿las perforaciones en el cuerpo (piercing en la moda juvenil) a quién buscan beneficiar?

Ejercicios para mantenerse en forma

(Ver Hoja de Ayuda No.21, para Escultoras/es de sí mism@s)

- Retomo el ejercicio de comprenderme como un “país” y profundizo en cada una de las dimensiones propuestas. Identifico mis mayores riquezas en cada una de ellas y se las presento a mi “crític@ de arte”. En mis “Memorias...” tomo nota de los aprendizajes que este ejercicio me produce.
- Preparo un instrumento (cuestionario, encuesta) que me permita sondear la opinión de otr@s sobre mí. Solicito que me lo llenen personas de confianza del mundo juvenil que frecuento y del mundo de adultos con el que me relaciono. Proceso la información recibida y transcribo las conclusiones en mis “Memorias...”, se las presento a mi “crític@ de arte” y evalúo si debo cambiar.
- Con mi grupo de amig@s nos ponemos de acuerdo para mirar televisión y escuchar radio, con el fin de identificar las características del mundo juvenil que ofrecen. Con la ayuda de nuestro “crític@ de arte” determinamos de qué manera hemos adoptado una o varias de esas ofertas y cómo ellas nos aportan en la construcción de nosotr@s mism@s.

Información adicional para el/la entrenador/a

Desarrollo de
la habilidad

Los seres humanos nos desarrollamos en interacción con otras y otros, sea como individuos, sea como colectividades. En esta relación entre generaciones, a nosotras y nosotros —personas adultas— nos toca adaptarnos a un lenguaje nuevo de textos producidos en imágenes y de mundos surgidos a partir de la tecnología, que en ocasiones deben traducirnos, ya que las y los jóvenes hablan esos códigos como lenguaje madre, nacieron en el cambio y en esa velocidad y allí son maestras y maestros nuestros.

La apuesta entonces es por la interculturalidad, esto es, “el reconocimiento de las diferencias y aprovechamiento de las convergencias y los puntos comunes. Implica la promoción sistemática de espacios y procesos de interacción positiva, que vayan abriendo y generalizando relaciones de confianza, reconocimiento mutuo, comunicación efectiva, diálogo y debate, aprendizaje e intercambio, regulación pacífica del conflicto, cooperación y convivencia.”¹⁰

Para acompañar el camino de conocimiento —y construcción— de sí mism@s de las y los niños y jóvenes, las generaciones mayores cumplen un papel de “espejo”, de reflejo de aquello que muestran y expresan los primeros. El ejercicio de conocimiento de sí mism@ no puede quedarse en el narcisismo, necesita descentrarse para mirarse desde los ojos de la otra, del otro, especialmente de aquellas y aquellos que tienen la misión de formarle. Es una invitación a ver la coherencia entre su visión sobre lo que hace y lo que l@s demás observan.

De otro lado, ganar en conciencia acerca de las propias debilidades o de aquellos aspectos de nuestra personalidad que nos gustan menos —a partir de la retroalimentación que otr@s— es una buena base para emprender el camino de su modificación o superación. Sin embargo, es necesario tener en cuenta que esta conciencia no necesariamente es algo que nos producirá satisfacción y no todas las personas disfrutan de los ejercicios de introspección.

Aprender a escuchar lo que las y los demás nos reflejan nos ayuda a corregirnos, es una de las maneras más sencillas también de producir regulación social de nuestras acciones y las de l@s demás.



Ejercicios para
«ver mejor»
la realidad

Formación del/la entrenador/a

Dedique un tiempo para profundizar en la materia de esta Unidad de entrenamiento. Encuentre un lugar adecuado, tome distancia de sus afanes cotidianos y asuma las condiciones necesarias para sacar el máximo provecho personal de esta oportunidad.

Con el poder de la imaginación visualice el grupo de estudiantes que acompaña como entrenador/a. Observe sus expresiones, escuche sus conversaciones, palmoree suavemente sus cabezas y hombros, olfatee sus temores y deguste sus sueños. Luego obsérvese a sí mism@ en relación con ell@s y considere cuánto puede aportarles en su formación integral.



Reflexión

Escriba en su cuaderno de campo las ideas centrales de lo que conoce, y/o de lo que piensa, acerca del título del módulo y el título de la Unidad de entrenamiento, luego redacte un breve párrafo (5 líneas promedio) sobre la relación que descubra entre ellos.

Desde su experiencia particular, respóndase:

- ¿Qué aprendí o qué me aportó el desarrollar con l@s estudiantes esta unidad de trabajo?
- ¿Qué imagen tienen mis estudiantes de mí? ¿Y mis colegas docentes?
- ¿Con qué criterios me apropio o no de las ofertas de consumo que me llegan a través de los medios de comunicación masiva?
- ¿Con qué riquezas de "país interior" apporto a la formación de mis estudiantes?
- ¿Cuál es mi comprensión de la manera como l@s jóvenes estructuran hoy su identidad?
- ¿Cómo me veo a mí mism@?
- ¿Para qué les puede ayudar a mis estudiantes el aprender a negociar la construcción de sí mism@ con la cultura, con su entorno, con sus pares de edad y con l@s personas adultas que le rodean o son su referente?

Concluya este momento con una Auto-retroalimentación Vivencial (ARAV): ¿Cómo me sentí? ¿Qué aprendí? ¿A qué me sentí invitad@?

Hoja de ayuda No.12 (para Escultoras/es)

Hojas de ayuda

Unidad de entrenamiento 6:

El estilo original del/la escultor/a

Sección: Ejercicios de calentamiento

Letreros para identificar rincones de trabajo en el intercambio de estilos personales

| | |
|---|--|
| música preferida | ropa que usan |
| actividades en el tiempo libre | pertenencia o afiliación a algún tipo de grupo |
| lenguaje | expresiones entre amig@s |
| artistas/modelos/cantantes/ jugadores de algún deporte que idolatran | marcas |
| adornos que se colocan | arreglo del cabello |
| tipos de comida preferidos | bebidas que consumen |

entre otros...





Hoja de ayuda No.13 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 6:

El estilo original del/la escultor/a

Sección: Ejercicios de calentamiento

Modelo de tabla de frecuencias
para tabular datos recogidos a partir
del ejercicio de la hoja de ayuda no.12

| | Frecuencias | | | Frecuencias | |
|---|-------------|---------|--|-------------|---------|
| | Hombres | Mujeres | | Hombres | Mujeres |
| música preferida | | | ropa que usan | | |
| actividades en el tiempo libre | | | pertenencia o afiliación a algún tipo de grupo | | |
| lenguaje | | | expresiones entre amig@s | | |
| artistas/modelos/ cantantes/ jugadores de algún deporte que idolatran | | | marcas | | |
| adornos que se colocan | | | arreglo del cabello | | |
| tipos de comida preferidos | | | bebidas que consumen | | |

Unidad de entrenamiento 6:
El estilo original del/la escultor/a
Sección: Ejercicios para "Mantenerse en Forma"

Actividades sugeridas
para practicar los aprendizajes
de la Unidad de Entrenamiento No.6

- Reviso el trabajo de esta unidad de entrenamiento y ubico alguna de mis preferencias o gustos donde encuentre que otras personas están presionando permanentemente para incidir en mi estilo personal. Empleando mi "sello..." busco una manera de negociar una posible modificación que nos deje satisfechas a ambas partes. Describo la experiencia con detalle en mis "Memorias..." y consigno mis aprendizajes.
- A partir de un reconocimiento de los proyectos de felicidad de l@s integrantes de mi familia, identifico la manera como se negocian las diversas preferencias de cada un@, y qué lugar ocupan las mías en él. ¿Qué he hecho y qué puedo hacer para que mis preferencias sean tenidas en cuenta dentro de la vida familiar? ¿Qué otras maneras he encontrado para satisfacer mis preferencias y de qué manera éstas respetan los proyectos de felicidad de otras personas?
- Con mi grupo de amig@s miramos un programa de televisión de nuestra preferencia (o un programa radial o propaganda) e identificamos cuáles son los gustos que tratan de vendernos, qué medios y qué argumentos emplean para convencernos. Debatimos cuáles son los beneficios y consecuencias de adoptar lo que nos proponen, y apoyándonos en nuestro "sello..." elaboramos un lema o criterio al respecto, que nos ayude y pueda ayudar a otr@s a tomar mejores decisiones sobre el tipo de escultura interior que queremos construir. Hago una síntesis de esta experiencia en mis "Memorias..."





Hoja de ayuda No.15 (para Escultoras/es)

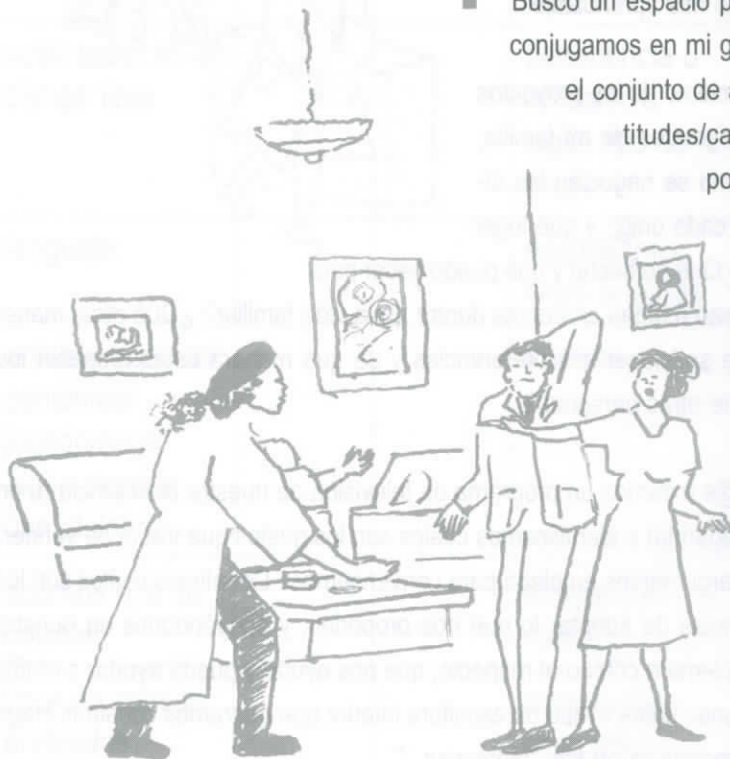
Unidad de entrenamiento 7:

Los poderes transformadores del/la escultor/a

Sección: Ejercicios para "Mantenerse en Forma"

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.7

- Retomo los apuntes de los temas trabajados en esta Unidad de Entrenamiento y reviso qué destrezas y habilidades tengo que favorecen mi actuación social, y considero cuáles otras necesaria desarrollar o reforzar para dicho fin. Escribo mis reflexiones en mis "Memorias...". Durante la siguiente semana me propongo trabajar con mi "martillo y cincel: yo puedo, yo participo" propiciando mi ejercitación de estas habilidades para incidir responsablemente en mis distintos escenarios sociales. Describo las experiencias en mis "Memorias..." y avanzo con algunas conclusiones acerca de ellas.



- Busco un espacio para revisar los verbos que conjugamos en mi grupo de amig@s, es decir, el conjunto de acciones, así como las aptitudes/capacidades (poderes) que ponemos en juego para incidir en los espacios donde nos movemos. Considero de qué manera estas actuaciones tienen un sentido de responsabilidad social y qué cambios sería necesario adoptar para que así sea. Registro mis reflexiones en mis "Memorias..." y veo la oportunidad de compartir estos puntos con mi grupo.

- Con mi grupo de amig@s miramos un programa de televisión de nuestra preferencia y analizamos qué acciones/verbos y aptitudes/capacidades (poderes) emplean individual y colectivamente para actuar en sus entornos. Valoramos de qué manera tales actuaciones redundan en beneficio de tod@s o en beneficio personal o de un grupo y reflexionamos sobre la responsabilidad social en el uso de nuestras herramientas "martillo y cincel: yo puedo, yo participo". Tomamos nota de nuestras conclusiones en nuestras "Memorias..."

Hojas
de ayuda





Hoja de ayuda No.16 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 8: El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura

Sección: Ejercicios para "Mantenerse en Forma"

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.8

- A partir de los aprendizajes de esta sesión de entrenamiento, durante la siguiente semana, me propongo infundir "chispas creadoras" en mis relaciones interpersonales, familiares, escolares, entre otras, y escribo mis aprendizajes en mis "Memorias...", destacando aquellos elementos y características que más identifican mi "ser fuego".
- Con mi grupo de amig@s exploro algunas manifestaciones de solidaridad, de servicio desinteresado u otras, que puedan ser comprendidas como "fogatas transformadoras" y buscamos quiénes son l@s protagonistas de ellas y de qué manera infunden su "chispa creadora" para conseguir un fuego mayor y una luz mayor al servicio de una mejor calidad de vida para tod@s. Consignamos nuestros hallazgos en nuestras "Memorias...".
- Miramos de qué manera nuestro PEI incluye la dimensión espiritual/trascendental de los integrantes de la comunidad educativa y construimos alternativas que puedan ser incluidas en el currículo, por ejemplo, darnos 5 minutos diarios de silencio personal guiado, para entrar en contacto con nuestro fuego interior.



Unidad de entrenamiento 9:
Escultor/a y obra en permanente mejoramiento
Sección: Ejercicio Principal

Algunas dimensiones
en la construcción de sí mism@

| Dimensiones | Unidades de entrenamiento | Herramientas |
|----------------------|---|------------------------|
| Corporal | 4. <i>Mi cuerpo: más que una escultura</i> | Auto... |
| Vida interior | 5. <i>Ecosistemas interiores de nuestra escultura</i> | Filtros Interiores |
| Cultural | 6. <i>El estilo original del/la escultor/a</i> | Sello personal |
| Social | 7. <i>Los poderes transformadores del/la escultor/a</i> | Yo quiero, Yo puedo |
| Espiritual | 8. <i>El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura</i> | Soy Chispa Creadora |





Hoja de ayuda No.18 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 9:

Escultor/a y obra en permanente mejoramiento

Sección: Ejercicios para mantenerse en forma

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.9

- A partir de los aprendizajes de esta sesión de entrenamiento, me propongo observar mis acciones en cada uno de los diferentes escenarios en que me desenvuelvo: familia, institución educativa, grupo de amig@s, entre otros, y escribo en mis "Memorias..." aquellos sucesos en los que tuve presente mi símbolo para "ser lo mejor de mí mism@".
- Con mi grupo de amig@s organizamos una entrevista a alguna persona notable de la comunidad o de nuestras familias que sea de confianza y tenga disponibilidad para contar-nos sobre su vida. Preparamos las preguntas sobre:

- ¿En qué momentos de su vida siente haber logrado ser "lo mejor de sí mism@"?
- ¿Qué prácticas le ayudaron a serlo?
- Teniendo en cuenta la diversidad de dimensiones de una persona, ¿cuál de ellas ha cultivado o cultiva con especial esmero?
¿Cuál de ellas ha descuidado más? En ambos casos, ¿por qué?



- Cuando las condiciones externas no han sido favorables, ¿qué ha buscado hacer para seguir siendo lo mejor de sí mismo? ¿Qué ha logrado con eso?

Otras preguntas que el grupo considere que le pueden ayudar y recogen su experiencia con sus principales aprendizajes en sus "Memorias..."

- Observamos en la familia, el colegio, el gobierno local, qué posibilidades ofrece para el crecimiento integral de nuestras distintas dimensiones y buscamos un espacio en el área de Sociales para intercambiar sobre su mejor aprovechamiento y proponer alternativas que favorezcan nuestro desarrollo humano.

Hojas de ayuda





Hoja de ayuda No.19 (para docentes)

Unidad de entrenamiento 10: Mi escultura se re-crea en la interrelación con l@s demás
Sección: Ejercicios de calentamiento

Tarjetas para jugar a los “mundos” adulto y juvenil en interacción

Cada grupo –“Mundo juvenil” y “Mundo adulto”– sigue las mismas pautas. A medida que se leen las siguientes tarjetas, los integrantes de los grupos, por parejas o ternas se apropian de una de ellas sobre la cual piensen que tienen algo que decir **desde el mundo juvenil o el mundo adulto**, según corresponda.

| | |
|---|---|
| ¿PARA QUÉ NOS SIRVE EL CUERPO? | ¿DE QUÉ MANERA CUIDAMOS NUESTROS CUERPOS? |
| ¿CÓMO NOS DIFERENCIAMOS HOMBRES Y MUJERES? | ¿CUÁLES SON NUESTRAS PREOCUPACIONES O INQUIETUDES COTIDIANAS? |
| ¿QUÉ VALORES DEFENDEMOS? | ¿QUÉ ANHELOS, SUEÑOS, EXPECTATIVAS TENEMOS? |
| ¿QUÉ PREFERENCIAS MUSICALES, DE VESTIDO, DE BAILE, Y DE OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE TENEMOS? | ¿CUÁL ES EL SENTIDO DE NUESTRA VIDA? ¿PARA QUÉ VIVIMOS? |
| ¿CUÁLES SON NUESTROS PENSAMIENTOS, SENTIMIENTOS, DESEOS, INTERESES, NECESIDADES MÁS FRECUENTES? | ¿QUÉ PAPEL JUEGA EL DINERO EN NUESTRO DESARROLLO? ¿QUÉ PAPEL JUEGAN NUESTRAS CAPACIDADES PERSONALES? |
| ¿QUÉ PAPEL CUMPLIMOS EN NUESTRA SOCIEDAD? | ¿QUÉ PENSAMOS SOBRE LA ESTRATIFICACIÓN SOCIAL (DIFERENCIAS ENTRE CLASES SOCIALES)? |

Se prepara una dramatización de situaciones de la vida cotidiana que recojan los distintos elementos indicados en las tarjetas en situaciones de interrelación de ambos "Mundos". A medida que organizan su representación, las parejas o ternas se esfuerzan en comunicar sus aportes particulares, con el ánimo de que se reflejen en la dramatización final.

Hojas
de ayuda





Hoja de ayuda No.20 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 10: Mi escultura
se re-crea en la interrelación con l@s demás

Sección: Ejercicio Principal

Soy como un país en interacción con otros



En este ejercicio se propone identificarse personalmente con un país que está en interacción con otros países, y que para ello necesita, en primera instancia, saber con qué cuenta antes de relacionarse y negociar con ellos, puesto que podría verse gravemente afectado por los intereses desmedidos de l@s demás. Cada estudiante vuelve sobre sus Memorias de las últimas cinco unidades de entrenamiento desarrolladas y trata de "constituirse" como un país a partir de las orientaciones que aparecen en la página siguiente:

¿CÓMO SE RELACIONA CON EL MUNDO?

¿CÓMO SE RELACIONA CON EL DINERO?

¿CÓMO SE RELACIONA CON EL DESARROLLO?

¿CÓMO SE RELACIONA CON LAS MUJERES?

¿CÓMO SE RELACIONA CON LOS PERSONALES?

¿CÓMO SE RELACIONA CON LA ECONOMÍA?

¿CÓMO SE RELACIONA CON LA SOCIEDAD?

¿CÓMO SE RELACIONA CON LAS CLASES?

| Algunas Dimensiones en la construcción de un@ mism@ | Unidades de entrenamiento | Analogía con un elemento constitutivo de un país | Contenidos |
|---|---|--|--|
| Corporal | 4. Mi cuerpo: más que una escultura | Territorio | Nuestra "geografía", nuestra "división política", nuestra "extensión y límites", prácticas deportivas, cómo se cuida la vida en todos los paisajes, sexualidad, soberanía del cuerpo. |
| Vida interior | 5. Ecosistemas interiores de nuestra escultura | Constitución Nacional | Nuestros ecosistemas interiores: principios, ideales, valores, derechos, sentimientos más frecuentes, responsabilidades, sanciones, necesidades, intereses, sueños, proyecto(s), deseos. ¿Cómo se organizan estos ecosistemas para tomar decisiones en el gobierno de este "país"? |
| Cultural | 6. El estilo original del/la escultor/a | Expresiones culturales | Preferencias musicales, expresiones corporales, literarias, dramaturgia, ocupación del tiempo libre |
| Social | 7. Los poderes transformadores del/la escultor/a | Relaciones Exteriores | A nivel diplomático (Cancillería), a nivel comercial (Aduanas), Tratados, acuerdos fronterizos |
| Espiritual | 8. El genio del/la escultor/a se manifiesta en el resplandor de su escultura | Creencias, convicciones | Vivencias de fe, cultos religiosos, supersticiones |



Luego de haber realizado el ejercicio, miran cada dimensión tratando de encontrar sus "riquezas", o potencial que anima su desarrollo personal y cuáles de estos elementos pueden ser ofrecidos para "intercambiar" con otros "países", así como cuáles no son negociables. Igualmente puede determinar aquellas cosas que necesita de los otros "países" para desarrollarse mejor.



Hoja de ayuda No.21 (para Escultoras/es)

Unidad de entrenamiento 10: Mi escultura se re-crea en la interrelación con l@s demás
Sección: Ejercicios para "Mantenerse en Forma"

Actividades sugeridas para practicar los aprendizajes de la Unidad de Entrenamiento No.10

- Retomo el ejercicio de comprenderme como un "país" y profundizo en cada una de las dimensiones propuestas. Identifico mis mayores riquezas en cada una de ellas y se las presento a mi "crític@ de arte". En mis "Memorias..." tomo nota de los aprendizajes que este ejercicio me produce.
- Preparo un instrumento (cuestionario, encuesta) que me permita sondear la opinión de otr@s sobre mí. Solicito que me lo llenen personas de confianza del mundo juvenil que frecuento y del mundo de adultos con el que me relaciono. Proceso la información recibida y transcribo las conclusiones en mis "Memorias...", se las presento a mi "crític@ de arte" y evalúo si debo cambiar.
- Con mi grupo de amig@s nos ponemos de acuerdo para mirar televisión y escuchar radio, con el fin de identificar las características del mundo juvenil que ofrecen. Con la ayuda de nuestr@ "crític@ de arte" determinamos de qué manera hemos adoptado una o varias de esas ofertas y cómo ellas nos aportan en la construcción de nosotr@s mism@s.



Actividad Complementaria N°2

Para sesión con padres/madres de familia

Las culturas juveniles también cuentan

Actividades
complementarias

| OBJETIVO | PREVER |
|--|---|
| <p>Abordar el tema del conocimiento de sí mism@ y el papel de las culturas juveniles en la construcción de sí, desde la experiencia personal de l@s padres/madres de familia en sus propias vidas.</p> | <ul style="list-style-type: none">■ Recopilación de música popular juvenil de distintas décadas anteriores, que puedan haber sido correspondientes a la época adolescente de las madres y padres participantes del taller.■ Diversos materiales para las actividades lúdicas (pliegos de papel periódico, marcadores, tocacintas, otros)■ Determinar las fechas para la realización de esta actividad y los materiales y espacios adecuados |

PROCEDIMIENTO

- Explicación de avances del Proyecto HpV, con el módulo "Aprendiendo a conocernos a nosotr@s mism@s" desarrollado con sus hij@s.
- Como sensibilización al tema, se sugiere pedir a l@s participantes que recuerden su época de adolescentes y preparen dibujos o presentaciones artísticas para interpretar la música que disfrutaban en aquellos tiempos, vestirse a la usanza de la época y preparar lemas o símbolos que fueron representativos del pensamiento de las y los jóvenes en esos momentos, así como identificar a qué grupo específico pertenecían. A partir del intercambio del RAV, se recogen los diversos elementos aparecidos para aproximarse a una conclusión sobre el significado de las "culturas juveniles" en las personas. ¿Qué cercanías o distancias tenían con las culturas de sus propias madres/padres? ¿Cómo atravesaron los riesgos y potenciales de los grupos juveniles a los que pertenecieron? ¿Qué lecciones aprendieron para la construcción de sus propias maneras de ser?



Actividades complementarias



- L@s participantes reflexionan en grupos y preparan dramatizaciones o periódicos murales u otra forma lúdica para presentar sus trabajos.
- Finalizadas las presentaciones, en plenaria, debaten sobre ¿qué descubrimos acerca de las maneras como aporta a la manera de ser de nuestr@s hij@s su pertenencia a los grupos y a las culturas juveniles existentes? ¿Qué potencial encierran y qué riesgos enfrentan?
- Para finalizar, se invita a l@s padres-madres de familia a considerar ¿de qué manera pueden ayudar a sus hijas e hijos a afrontar los riesgos y potencial de su pertenencia a distintos tipos de grupos juveniles?
- El/la animador/a propicia una Retro Alimentación Vivencial: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron en esta reunión?

Notas de la segunda sección

¹ Atuendo completo que marca un estilo personal dentro de la moda juvenil.

² Mejía J., Marco Raúl y Diego Pérez, **De calles, parches, galladas y escuelas. Transformación en la socialización en los jóvenes de hoy**. Santa Fe de Bogotá. CINEP. 1997. Asimismo, apartes de la ponencia de M. Mejía presentada al Encuentro Lasallista de Hermanos Acompañantes de Hermanos Jóvenes. Medellín, 13 al 15 de septiembre de 2001.

³ CEPAL, **Cambios en el perfil de las familias, La Experiencia Regional**, Capítulo I: «Hacia un perfil de la familia actual en Latinoamérica y el Caribe», Libros de la CEPAL, Santiago de Chile, 1993, pp. 17 a 53. Citado por Amanda Bravo en «Documento base para trabajos de 'Escuelas de padres' en Fe y Alegría», marzo 1994.

⁴ Revista Internacional de Ciencias Sociales, Evoluciones de la Familia, No.126, diciembre 1990, Centro UNESCO de Catalunya, España.

⁵ Banga, Fabián. "El problema del la crisis del individuo en la sociedad moderna, enfoque teórico y análisis de un caso particular, California". Cuadernos de Trabajo PNUD. Sin fecha. En: <http://www.eter.org/articulos/california.htm>

⁶ El/la entrenador/a puede modificar esta situación para adaptarla a una que se corresponda más con el contexto en que se desenvuelve.

⁷ Jacob, Alexandra y Ramos, Belinda. Cuaderno Juvenil "Juventud y desarrollo local". Guatemala. PROJOVEN y PREPAZ. GTZ, Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung. 2004.

⁸ Jacob, Alexandra y Ramos, Belinda. Op. Cit. Página 9.

⁹ Aldana, Carlos. Citado por Jacob, Alexandra y Ramos, Belinda. Loc. Cit.

¹⁰ Giménez, C. citado por Jacob, Alexandra. En: Cuaderno Juvenil "Identidad y participación ciudadana". Guatemala. PREPAZ, Projovent, GTZ, Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung. 2004. Página 31.

