

Descubrir me

Liderazgo y responsabilidad

MÓDULO 1
Guía práctica para facilitadores



© **Fundación Telefónica - Movistar Ecuador, 2015**

Comité editorial y redacción:

Por Fundación Telefónica – Movistar:

María Augusta Proaño, Directora General.

Paola Jácome, Coordinadora de Proyectos Sociales.

Miguel Aguirre, Coordinador de Comunicación.

Verónica Durán, Consultora.

Inti Cartuche, Consultor.

Gabriela Arévalo, Analista de Comunicación.

Sarli Delgado, Analista de Proyectos Sociales.

María de los Angeles Albuja, Analista de Proyectos Sociales.

Diseño y diagramación: Miryam Biosca.

Concepto gráfico:

Miguel Aguirre, Coordinador de Comunicación.

Gabriela Arévalo, Analista de Comunicación.

María de los Angeles Albuja, Analista de Proyectos Sociales.

Edición y corrección de estilo: Silvia Andrademarín.

Descubrir_me

Liderazgo y responsabilidad

Módulo 1

Guía práctica para facilitadores

PRESENTACIÓN

Los documentos que se presentan a continuación son el resultado de la construcción metodológica realizada en competencias para la vida, específicamente en los ámbitos de liderazgo, responsabilidad, creatividad e innovación; aspectos que en el contexto actual se consideran de relevante importancia para el desarrollo del ser humano.

Los textos se han trabajado como guías prácticas para facilitadores y se dividen en cuatro módulos de trabajo: *Descubrir_me*, *Integrar_me*, *Despertando Ideas* y *Transformando ideas*. Cada módulo busca que los facilitadores cuenten con herramientas para trabajar las competencias para la vida con niños, niñas y adolescentes que se encuentren entre los 9 y 17 años de edad.

Como parte complementaria, se ha procedido a la creación de una Caja de herramientas que comprende la investigación y sistematización de artículos, libros, guías pedagógicas para facilitadores. Así también, dinámicas grupales e individuales y material audiovisual que serán un soporte para el trabajo que se desarrolle con los participantes de los respectivos módulos de formación.

Esta iniciativa nace del nuevo objetivo y reto que tiene Fundación Telefónica Movistar de contribuir con el desarrollo de competencias como liderazgo, pensamiento crítico, innovación, creatividad y manejo de las tecnologías, para que la niñez y juventud vulnerable cuente con mejores oportunidades de acceso al mundo digital, a la educación y empleabilidad.



En primera instancia los módulos están dirigidos para el trabajo que realizarán las organizaciones aliadas a Fundación Telefónica: Fundación Tierra Nueva, Fundación Niños con Destino, Centro de Desarrollo Social, La Aurora, Centro de Promoción Rural y Gobierno Autónomo Descentralizado de Chimborazo, para quienes extendemos un profundo agradecimiento por sumarse a la implementación de estas guías en el proyecto 2015 con la formación de facilitadores que los aplicarán con niños, niñas, adolescentes y jóvenes y replicarán el conocimiento adquirido también a otros docentes. En futuro los módulos serán para beneficio de distintos actores.

El desarrollo de la metodológica e implementación en campo de los Módulos de formación en competencias para la vida no pretende solamente ser una guía y brindar acompañamiento formativo a facilitadores; aspira además ser un referente local y crear posibilidades de acceso al conocimiento a la población en general.

María Augusta Proaño.

Directora General

Fundación Telefónica

Enero 2015

Introducción

Para que una persona pueda aportar al mundo con su visión, él o ella deberá haber encontrado sus talentos, habilidades y virtudes, así como sus debilidades y defectos. Cuando una persona vive a gusto consigo misma, se valora y no tiene miedo de ser quien verdaderamente es, puede ser un líder en su propia vida y, luego, en su comunidad. Los líderes son quienes recorren los caminos sin miedo y con confianza, los que perseveran, se arriesgan, proponen y crean, distinguiéndose de los demás.

La responsabilidad es un don personal que nos permite reflexionar y valorar las consecuencias y magnitud de nuestros actos. Tiene que ver con la competencia personal para realizar determinada acción y tomar ciertas decisiones sin necesidad de que participe una presión externa, pensando en el bien individual y colectivo. El sentido de responsabilidad nacerá de un conocimiento profundo de lo que somos, de las fortalezas y debilidades desde las cuales actuamos. La responsabilidad debe surgir del amor propio y del cuidado, y de los límites que nos pongamos. Desde ese autorespeto, valoramos a los demás y el liderazgo que asumimos buscará un bien común.

Te invitamos, como gestor de este proceso, a ser parte de este descubrimiento y facilitar los caminos necesarios que motiven a los participantes de los talleres a encontrar su propio liderazgo y responsabilidad. Creemos firmemente que, usando de manera creativa esta guía, podremos ofrecer actividades lúdicas que aporten a un mayor conocimiento personal de los niños, niñas y jóvenes con los cuales compartiremos este aprendizaje.

Consideraciones para el uso de los módulos

Hemos creado cuatro módulos en los temas de desarrollo de competencias: liderazgo, responsabilidad, creatividad e innovación. Estos módulos son guías para ti como facilitador del proceso.

El primer módulo lo hemos denominado *Descubrir_me*, y hace mención al proceso de autoconocimiento. El segundo es *Integrar_me*, y aborda al individuo dentro de su colectividad. El tercero, *Despertando ideas*, trata sobre la creatividad; y el último, *Ideas transformadoras*, trabaja sobre la creación en comunidad. Cada guía se relaciona entre sí y, a la vez, es independiente.

Cada módulo está dividido en 12 temas y cada uno de ellos está diseñado para trabajarse en una sesión de dos horas, o dos sesiones de una hora semanal.

La guía explica claramente el objetivo y realiza una breve presentación del tema a tratar. Luego, se proponen ejercicios grupales e individuales para desarrollar con los participantes. Además, se motiva a los facilitadores a visitar el recurso on-line Caja de herramientas para encontrar más ejercicios y dinámicas.

Al final se han colocado algunas preguntas para autoevaluación del facilitador, pues se considera importante hacer una reflexión personal al final de cada tema.

Cada sesión de dos horas comprende:

- Bienvenida.
- Ejercicio grupal, que generalmente será de movimiento y/o trabajo físico.
- Ejercicio personal, que será de introspección.
- Despedida y agradecimiento, donde se preguntará a los participantes cómo se sintieron, y se dará las indicaciones para la próxima reunión, como los objetos que necesiten traer de la casa. Finalmente, se agradecerá a los asistentes por su valiosa participación y se les invitará a asistir a la próxima reunión.

Los ejercicios contenidos aquí son ejemplos o guías que el facilitador puede cambiar de acuerdo a las circunstancias. También se invita a usar herramientas propias, experiencias y recursos, considerando la población, el espacio físico disponible, los materiales y las características propias de cada grupo o localidad.

Es importante considerar que en las sesiones existirán dos grupos de edades diferentes. En algunas ocasiones se trabajará con niños de 9 a 13 años y, en otras, de 14 a 17 años, por lo que es necesario que los facilitadores incluyan actividades adecuadas para cada edad.

Para la preparación de cada sesión:

- Tener listo el local.
- Confirmar la asistencia de los participantes.
- Preparar los temas y actividades.
- Tener todos los recursos listos, por ejemplo, papel, tijeras, goma, etc. Es mejor contar con estos materiales en todos los talleres en caso de que se presenten nuevas necesidades o propuestas de los niños, niñas y jóvenes.
- Todos estos elementos los prepararemos en nuestra reunión semanal de formación, planificación y retroalimentación. Cada una de estas sesiones personales se diseñarán en conjunto con su coordinador de proyecto.

Lo más importante

- Escuchar con atención.
- Ser abiertos y amables.
- Ser flexibles.
- Sonreír y permitir que la risa y el llanto fluyan.
- No juzgar. No desanimarse. No comparar.



TEMA 1: BIENVENIDA_

Frase motivacional: *Que al participar en este taller todos aprendamos, escuchemos y nos llevemos la experiencia de haber compartido un pedazo de nuestra vida, que es lo más maravilloso que tenemos.*

Objetivo

Crear un ambiente de confianza, participación y calidez, donde exista libertad de expresión en un margen de respeto. Conocer los nombres de los participantes y sus expectativas sobre el taller.

Presentación del tema

- Presentación del facilitador. ¿Cómo se llama? ¿De dónde es? ¿Qué espera del taller?
- Conversación sobre códigos de convivencia: qué está permitido realizar y qué actitudes no lo están. Consensuar límites. Preguntar cuáles son los intereses del grupo y dar alternativas de solución.
- Creación de libros de taller. En este paso sugerimos utilizar alguna de las herramientas de la metodología de visualización, que nos permitirá observar los acuerdos a los que se ha llegado de manera conjunta.

Consideraciones: Tener presente que es el primer día y que algunos niños, niñas y jóvenes sienten diferentes emociones como: timidez, curiosidad, miedo, nerviosismo, rechazo, etc. De igual manera, la impresión que se lleven de este primer taller puede sentar un precedente para el resto de sesiones.



Ejercicio grupal: Corazones

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Hojas de papel, marcadores rojos.

En 20 hojas blancas pide que dibujen un corazón en el centro utilizando un marcador rojo. Luego, solicita que rasguen las hojas en dos partes de manera que sus bordes queden irregulares. Al final, habrá 40 partes, una para cada participante. Los papeles, bien mezclados, se colocan en el centro de una mesa. Pide a los participantes que cada uno retire un pedazo de papel. Luego, ellos deberán buscar al compañero o compañera que tenga la otra mitad que coincida exactamente con la suya. Al encontrar la pareja, deberán conversar por cinco minutos sobre sus nombres, datos personales, gustos, vivencias, etc.

Al finalizar el tiempo, ellos deberán volver al grupo general para presentarse mutuamente y exponer sus experiencias.

Ejercicio individual: Creación del libro de talleres



Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papeles, pinturas, hojas, cartulinas, pegamento y otros.

Este libro será un cuaderno donde los asistentes podrán escribir sus ejercicios y pegar recuerdos, ideas, comentarios de sus amigos y amigas, cartas, poemas, hojas secas, etc. Allí podrán escribir sus pensamientos y respuestas, aunque se sugiere que lo lleven como registro. Este cuaderno será personal, es decir, nadie, incluido el facilitador, podrá leerlo sin autorización de su dueño, por lo tanto, no se calificará su contenido.

Preguntas personales:

Tiempo de duración: 15 minutos

¿Por qué vine al taller?

¿Qué espero de este taller?

Las preguntas se podrán responder de forma escrita o por medio de gráficos.

Autoevaluación

¿Cómo me sentí frente a los niños, niñas y jóvenes? ¿Qué fue lo que más me gustó del primer taller? ¿Qué podría mejorar para el siguiente taller? ¿He identificado el carácter y la necesidad de alguno de los participantes? ¿Qué nombres recuerdo? ¿Necesito más actividades? A mi parecer, ¿el tiempo pasó demasiado lento o rápido? ¿Los participantes se conectaron con las actividades?

Sugerencias de la Caja de herramientas

Para mirar más opciones de dinámicas grupales de presentación, se puede visitar en la Caja de herramientas la carpeta "Dinámicas y actividades" y, dentro de esta, "Integración y presentación".



TEMA 2: ¿QUIÉN SOY?_

Frase motivacional: *Soy yo y me amo*

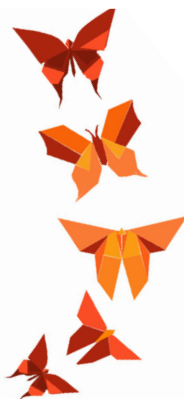
Objetivo

Comenzar un proceso de autoconocimiento que ayudará a la autovaloración y el autoestima.

Presentación del tema

¿Quién soy? Esta es la primera pregunta del módulo pero la que tendría que ser respondida a lo largo de la vida. Lo que cada persona es, se crea constantemente, aunque cada persona nace con información distinta en su ADN. Las personas son una colección de pensamientos, sentimientos, sueños y una prolongación de lo que fueron sus antepasados. Son parte de una cultura, un pueblo y una familia. Pero también hay algo único e irrepetible en cada uno. Algo que nadie en este mundo ni en toda la historia, ni en el futuro, será. ¿Quién soy yo? Es importante responder esta pregunta para poder valorarse, aceptarse y poder ser mejores. Cumplir los sueños y proyectarse con mayor claridad a realizarlos contribuye, desde nuestros espacios, a la creación de un mundo mejor.

Consideraciones: Usar herramientas y recursos que traigan alegría, pues el grupo es nuevo y tomará tiempo el conocerse y construir confianza. Ser muy flexible.



Ejercicio grupal: Juego del nombre con expresión corporal.

Tiempo de duración: 30 minutos

Materiales: Ninguno.

- Pide a los niños que formen un círculo.
- El facilitador dice su nombre y hace una acción o movimiento que exprese la persona que es él o ella.
- Solicita que un niño o una niña entre en el círculo, imite lo que el facilitador hizo y, luego, haga su propio movimiento.

- Repite el ejercicio hasta que todos se hayan presentado frente al grupo.

Ejercicio individual: Mapa de la vida

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papel, cartulinas, lápices de colores, pinturas y acuarelas.

Este ejercicio permite crear un dibujo o mapa que represente el transcurso de nuestra vida. En este gráfico se marca un punto que es el presente. A partir de este se comienza a incluir los distintos hitos de nuestro pasado. De esta forma se verá ilustrado todo lo que se considera importante. La segunda parte consiste en completar parte de nuestro futuro, reflejando los objetivos a corto y largo plazo. Se podrá utilizar el cuaderno de talleres para esta actividad y, en caso de contar con más tiempo, dibujar o escribir libremente.

Autoevaluación

¿Cómo me sentí frente a los niños, niñas y jóvenes? ¿Qué fue lo que más me gustó del primer taller? ¿Qué podría mejorar para el siguiente taller? ¿Estoy atento a los sentimientos que pueden aflorar y me doy cuenta de quiénes quizá necesitan apoyo emocional?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para mirar más opciones de dinámicas acerca de este tema visitar en la Caja de herramientas la carpeta "Quién soy" y los archivos "Dinámicas quién soy". También pueden servir los documentos "Dinámica fortalezas y debilidades", "Autoconocimiento dinámicas" y "Manual de dinámicas quién soy y quiénes somos".



TEMA 3: ¿CÓMO ME SIENTO?_

Frase motivacional: *A veces me siento feliz, otras triste, como la noche y el día.*

Objetivo

Reconocer los diferentes estados de ánimo para saber cómo manejar las emociones.

Presentación del tema

Responder la pregunta ¿cómo me siento? implica una autoevaluación para escuchar qué es lo que pensamos de nosotros mismos. Tiene que ver con la aceptación de nuestros sentimientos, sean estos agradables o no. Saber cómo manejar el miedo, la ira y la tristeza, y reconocer cada sentimiento que aflora dentro de nuestro ser, nos permite ser responsables, honestos y verdaderos con nosotros mismos. Estos ejercicios ayudarán a que los participantes se miren en el presente.



Consideraciones: Este tema tocará susceptibilidades, por lo que es necesario indicar a los participantes la importancia de reconocer los sentimientos para poder canalizarlos de manera saludable. En este ejercicio es importante escuchar atentamente, sin juzgar, ni dar sermones.

Ejercicio grupal: Juegos de rol

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Si es posible disfraces o telas. Cámara de fotos o video.

Anima a los participantes a jugar en actividades de rol y representación de sus emociones. Divide a los niños, niñas y jóvenes en grupos de dos y pídeles que diseñen su propio sketch acerca de los sentimientos. Por ejemplo, podrían crear una historia sobre un niño pequeño que lloró porque necesitaba ayuda y nadie lo asistió hasta que encontró a una tortuga que cambió su ceño fruncido por una sonrisa. Anima a los participantes a inventar sus propios diálogos basados en lo que entiendan acerca de los sentimientos. Permite que los niños y niñas demuestren sus representaciones frente a la clase después de que hayan tenido un amplio tiempo para practicar.

Se puede utilizar una cámara de fotos para crear una secuencia o, de considerarlo oportuno, filmar la teatralización.

Ejercicio individual: Collage de estampas emocionales

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Pinturas, fotos, dibujos, pegamento, hojas de papel, cartulinas, estampas, almohadillas de tintas de diferentes colores.

Ayuda a los participantes a hacer un *collage* de estampas de sentimientos. Ten a disposición almohadillas de tinta de diferentes colores, como amarilla, naranja, azul, roja, verde, rosa y morada. Elige estampas que expresen emoción, como una cara feliz, una cara triste, caras divertidas y otras expresiones faciales. Además, encuentra estampas que puedan provocar ciertas emociones, como una estampa de una familia, una mascota, flor, casa o conejo. Entrega a los participantes una cartulina blanca y anímalos a crear un collage de estampas con las que ellos seleccionen. Algunos querrán asociar ciertas estampas con colores particulares. Por ejemplo, pueden poner una cara triste en una almohadilla de tinta azul, y elegir el rosa y el amarillo para las caras felices. También pueden dibujar imágenes y agregar otros elementos al collage como flores prensadas.

Preguntas para el cuaderno de Talleres. Preguntar a los participantes: ¿Por qué razón puedes enojarte sobremanera? ¿Qué te hace muy feliz? ¿Qué te tranquiliza?

Autoevaluación

¿Cómo me sentí frente a los niños, niñas y jóvenes? ¿Los participantes pudieron expresar sus emociones y sentimientos? ¿Existen niños, niñas o jóvenes que necesitan ayuda extra? ¿A qué tipo de ayuda podemos referirlos?

Sugerencias de la Caja de herramientas

En este caso, se puede revisar en la carpeta "Para trabajo con emociones y los archivos "Actividades para emociones", "Dinámica de expresión corporal", "Dinámicas de emociones", entre otros.

TEMA 4: ¿QUÉ ME GUSTA Y QUÉ ME DISGUSTA?

Frase motivacional: *Lo que me gusta lo hago con alegría, lo que me disgusta trato de hacerlo de otra manera, para intentar que me guste.*

Objetivo

Identificar qué gusta y disgusta a los niños, niñas y jóvenes para tener información valiosa de autoconocimiento y aptitudes. Ayudar a encontrar caminos para lidiar con aquellas situaciones que molestan a los participantes.

Presentación del tema

Parte del autoconocimiento es saber identificar los gustos y disgustos, es decir, qué actividades se prefiere realizar y cuáles se evita hacer. Al identificarlas se puede entender mejor los estados de ánimo y, así, se manejan mejor las acciones y decisiones. Esto ayudará a aceptar que hay cosas que no nos gustan y a lidiar con ellas. Probablemente lo que más nos gusta es algo para lo cual tenemos habilidad, así se puede motivar a los participantes a potenciar sus talentos.

Consideraciones: Prestar mucha atención a las personas del grupo que no hablan, y encontrar cómo se sienten y cómo lo expresan por medio de otras formas de comunicación.

Ejercicio grupal: Partes del cuerpo

Tiempo de duración: 45 minutos

Materiales: Música relajante y ropa cómoda para moverse.

Invita a formar dos círculos, uno dentro del otro, con igual número de personas, y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener música de fondo. Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, qué hacen, qué les gusta y qué no les gusta. Inmediatamente, da una señal para que los círculos rueden en sentido contrario, de tal forma que cada persona converse con otra distinta. Inmediatamente el animador da la señal para que rueden los círculos cada uno en sentido

de tal forma que cada persona converse con otra distinta.

Pide que se saluden dándose un abrazo y planteen a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes. Después, vuelve a dar una señal e indícales que esta vez se saluden con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.

Ejercicio individual: Me gusta

Tiempo de duración: 45 minutos

Materiales: Música, papeles A3, marcadores y bolígrafos.

Pide a los estudiantes girar por el espacio con una música suave y agradable. Luego, solicita que se sienten en el espacio que ellos elijan, puede ser en las sillas o en el piso. Indícales que dibujen en una hoja todas las actividades que les gusta y les hace feliz, y en otra hoja, todas las que les disgustan. En una tercera hoja, motívalos a escribir un plan de cómo pueden realizar más actividades que les gusta, y cómo lidiar con las que no les gusta. Por ejemplo, alguien puede escribir: "No me gusta perder mis pertenencias, seré más ordenada", "No me gusta quedarme al supletorio, intentaré estudiar y presentar mis deberes.". De tener espacio exterior disponible, se podrá hacer esta actividad afuera.

Autoevaluación

¿Me gusta trabajar con niños, niñas y jóvenes? ¿Puedo proponer algo que me saque de mi espacio de comodidad y presentar algo nuevo, que rompa con lo cotidiano pero que sea seguro para los jóvenes, niños, niñas y para mí?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para este tema se puede revisar la carpeta "Integración y presentación", y los archivos "Dinámicas de presentación y qué me gusta" y "Dinámicas sobre gustos".

TEMA 5: ¿CÓMO ES MI FAMILIA?_

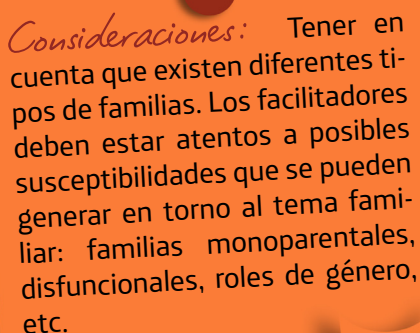
Frase motivacional: *Mi familia es única, yo también.*

Objetivo

Reconocer qué tipo de familia tienen los niños, niñas y jóvenes para promover su aceptación, valoración y seguridad. Brindar a los participantes un sentimiento de pertenencia y seguridad en el mundo.

Presentación del tema

Existen diferentes tipos de familias, algunas son numerosas, otras pequeñas, algunas tienen abuelos y otras no. Se puede ser el menor o el mayor de los hijos, o ser hijo único. La familia es parte de lo que cada persona es, ya que de ahí se aprenden formas de comportamiento, pensamiento y acción. Es nuestro primer círculo de socialización.



Consideraciones: Tener en cuenta que existen diferentes tipos de familias. Los facilitadores deben estar atentos a posibles susceptibilidades que se pueden generar en torno al tema familiar: familias monoparentales, disfuncionales, roles de género, etc.

Ejercicio grupal: Nos repartimos las tareas de la casa

Tiempo de duración: 45 minutos

Materiales: Música relajante y ropa para disfrazarse.

Inicia un diálogo comentando acerca de quién realiza las tareas de la casa, quién cocina, quién lava la ropa, quién riega las plantas, etc.

Forma grupos con los participantes y realiza una dramatización de los roles que cada miembro tiene en el hogar.

Conversa sobre cómo se sintieron realizando la teatralización.



Ejercicio individual: El árbol familiar

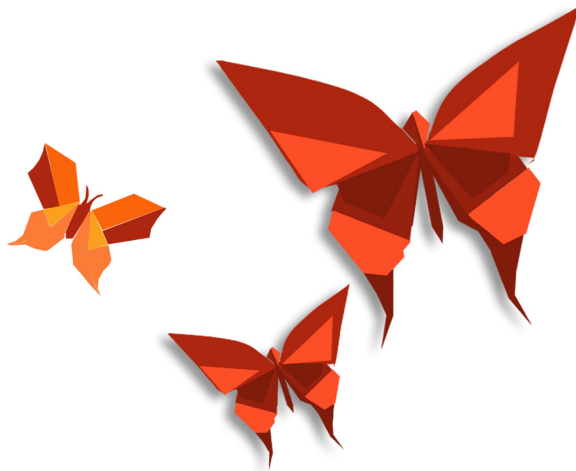
Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Fotografías familiares, cartulinas, goma, pinturas y marcadores.

Motiva a los participantes a dibujar su árbol familiar con los materiales de dibujo. Pide que usen sus fotos familiares o dibujos, y que completen el árbol con todos los nombres de su familia.

Autoevaluación

¿Cómo se sintieron los niños, niñas y jóvenes al hacer esta actividad?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para disponer de más posibilidades revisar la carpeta "Temas de familia, amistad y recuerdos" y los archivos "Dinámicas y actividades cómo es mi familia" y "Manual de dinámicas quien soy y quiénes somos."

TEMA 6: ¿QUIÉNES SON MIS AMIGOS Y AMIGAS?_

Frase motivacional: *Mis amigos me acompañan en la vida*

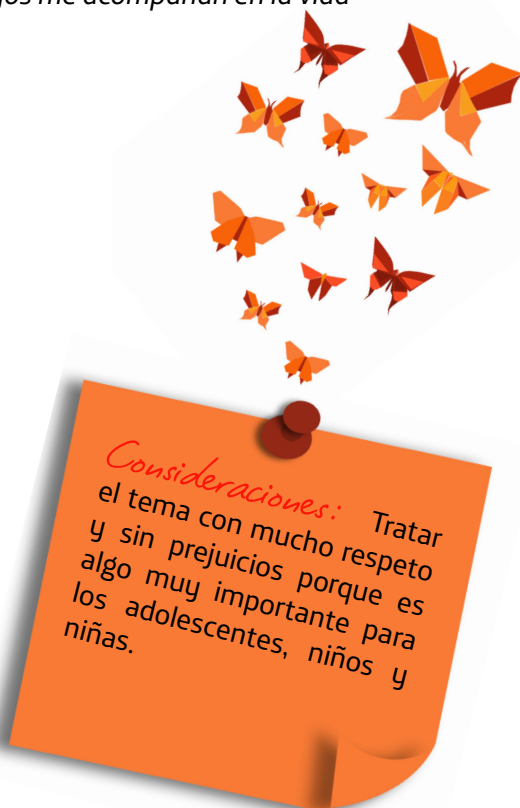
Objetivo

Reconocer la importancia de tener amistades, y lo que cada uno de ellas significa en la vida.

Presentación del tema

La amistad es una relación afectiva entre dos o más personas. Es un sentimiento convenido con otra persona, donde se busca confianza, consuelo, amor y respeto. En la niñez y adolescencia los amigos son parte importante de lo que somos. Son parte fundamental de nuestra vida.

Ejercicio grupal: Cadena de amigos y amigas



Consideraciones: Tratar el tema con mucho respeto y sin prejuicios porque es algo muy importante para los adolescentes, niños y niñas.

Tiempo de duración: 45 minutos

Materiales: Tiras de papel, esferos y lápices.

Primero, discute con los niños y niñas las cualidades de un buen amigo o amiga, como la honestidad, lealtad y confianza. Luego, entrega a los estudiantes pequeñas tiras de papel para manualidades. Los estudiantes tienen que escribir el nombre de sus amigos y sus cualidades como amigos o amigas en las tiras de papel. Posteriormente, pide que realicen una cadena de la amistad con las tiras que usaron. Después, todos tendrán que unir sus cadenas para hacer una gran cadena de toda la clase.

También, puedes solicitar a los participantes que escriban las cualidades que creen que ellos tienen como amigos para luego juntar las tiras y formar una gran cadena con toda la clase.

Otra variación sería que a cada estudiante se le dé una tira de papel con el nombre de otro estudiante, debiendo escribir las cualidades que tiene esa persona como amigo y luego juntar cada tira haciendo una cadena de la amistad grande.

Ejercicio individual: Cartas semanales

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Sobres para carta, hojas de papel, esferos y lápices.

Pide a los niños, niñas y jóvenes que escriban dos cartas a la semana a dos de sus compañeros para potenciar el valor de la amistad y el de la autoestima. Una vez que hayan escrito unas palabras a sus compañeros, motívalos a que lean su carta en voz alta para el resto de la clase.

Autoevaluación

¿Cómo se sintieron los niños, niñas y jóvenes al tratar el tema de la amistad?



Superencias de la Caja de herramientas

Para mirar otras posibilidades se puede visitar la carpeta "Temas de familia, amistad y recuerdos" y el archivo "Dinámicas y actividades sobre la amistad".



TEMA 7: ¿QUÉ RECUERDOS TENEMOS?_

Frase motivacional: *Yo creo mis recuerdos en el presente.*

Objetivo

Reconocer los recuerdos felices y tristes para incrementar el conocimiento personal y el autoestima.

Presentación del tema

Los recuerdos son parte de lo que cada persona es. Las experiencias son una fuente de enseñanza que producen marcas positivas y negativas en las personas. Han sido o pueden ser grandes maestros para el aprendizaje. Es importante saber qué se ha realizado y cómo se siente cada persona ante distintos eventos para que los niños, niñas y jóvenes se puedan empoderar de sus logros y perseverar con sus ideales.

Consideraciones: Este tema puede ser de alto contenido emocional, por lo que hay que estar preparados para acompañar al grupo y también de manera individual los procesos que pueden ser dolorosos. Tenemos que saber cómo canalizar y a dónde referir los casos más difíciles.

Ejercicio grupal: Baúl de recuerdos

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Objetos importantes para cada participante, es decir, que tienen un valor emocional para ellos, una pequeña llave para cada uno y un baúl para el grupo.

Ubica el baúl en el centro del grupo, sobre una mesa; junto a él, coloca las llaves numeradas. A medida que los participantes vayan llegando, pide que depositen su objeto en el baúl, retiren una llave y tomen asiento formando un círculo alrededor del baúl.

Invita a la persona cuya llave tiene el número 1 a retirar su objeto del baúl, mostrarlo al grupo y comentar su significado. Los demás pueden hacer preguntas. De esta misma manera se procede hasta terminar con todos los objetos. El facilitador también puede participar.



Ejercicio individual: El album de recuerdos

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papeles, pinturas, esferos y fotos desde la infancia hasta la actualidad.

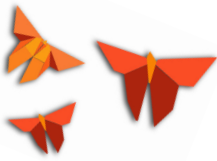
Reparte cartulinas entre los participantes, las cuales deberán ser dobladas por la mitad. Solicita que peguen una fotografía en la primera parte y que, en la otra, escriban datos de la infancia, tales como:

- Su mayor travesura.
- Su primer amor (para el grupo de 14 a 17 años).
- Su mejor regalo.
- Su juguete favorito.
- Sus primeros amigos.

Opcional: Una vez terminados todos los álbumes, estos se pueden barajar y repartir a los participantes para que cada uno lea la información mientras el resto intenta adivinar de quién es el álbum.

Autoevaluación

¿Trabajo los temas de esta guía en mi propia vida? ¿Cómo me siento en este proceso?



Sugerencias de la Caja de herramientas

En este tema mirar la carpeta "Temas de familia, amistad y recuerdos" y "Los archivos Dinámicas y recuerdos" y "Recuerdos de la niñez". También se puede recurrir a actividades lúdicas y artísticas como pintar y escribir historias partiendo de un recuerdo.



TEMA 8: ¿CUÁLES SON NUESTROS SUEÑOS?_


Frase motivacional: *Mis sueños son las señales que me indican el camino.*

Objetivo

Identificar los sueños para poder hacerlos realidad, lo que ayuda al conocimiento de la personalidad.

Presentación del tema

Los ideales o metas y la manera cómo se visualiza el futuro harán que sea posible realizarlos. El poder de la mente y los pensamientos son muy fuertes. Podemos alcanzar las metas y sueños si identificamos un plan de cómo llegar hasta ellos. Hay que recordar que así no se sepa el camino, hay que conocer la meta.



Consideraciones: No condicionar los sueños ni decir la palabra *imposible*.

Ejercicio grupal: El globo de los sueños

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Globos y sillas.

Invita a todos los participantes a hacer un círculo cerrado utilizando sillas. Entrega un globo desinflado a cada estudiante.

Pide que cada joven estire su globo con las manos y piense cuál es su sueño máspreciado. Lo dirá en su mente por un minuto y, luego, inflará su globo pensando en su sueño. Solicita que suelten su globo al aire. Cada persona tendrá que cuidar que su sueño no salga del círculo creado por las sillas. Conversa acerca de quién revienta o destroza los sueños, y cómo se puede cuidar y valorar los sueños de los demás.



Ejercicio individual: No olvidaré mis sueños

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papel carta, botella (opcional), esferos y lápices.

Pide que recuesten su cabeza sobre la mesa y descansen dejando la mente lo más tranquila posible para que recuerden los sueños de cuándo eran más pequeños. Pide que escriban una carta a ellos mismos para cuando sean adultos. Antes de eso, reflexiona con los estudiantes las siguientes preguntas ¿Qué te pedirías a ti mismo en unos años? ¿Qué te aconsejarías? Motívalos a escribir por lo menos nueve oraciones. Luego, cierra las cartas con la fecha en que deberán ser abiertas: 10 años después del día que se escribieron. También puede ser metida en una botella con la misma instrucción.

Autoevaluación

¿Cuáles son mis sueños? ¿Cómo puedo aplicar estos ejercicios a mi vida? En relación a los niños, niñas y jóvenes, ¿hasta dónde les permití soñar? ¿Fui cortante con sus sueños o los impulsé?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para mirar más opciones se puede visitar la carpeta "Talentos sueños" y los archivos "Dinámicas sobre sueños", "Proyecto de vida sueños" e "Imagínate a ti mismo".



TEMA 9: ¿CON QUÉ ANIMAL ME IDENTIFICO?_

Frase motivacional: *Los animales nos enseñan a vivir en armonía con la naturaleza, pues tienen dones de los que podemos aprender.*

Objetivo

Encontrar nuestras habilidades, gustos y fortalezas. Trabajar en nuestro lado empático con la naturaleza. Desarrollar auto conocimiento y creatividad.

Presentación del tema

Los animales son criaturas que comparten con nosotros este mundo. Ellos son seres que también tienen belleza, fuerza y energía. Muchas culturas antiguas se identificaban colectivamente o personalmente con un animal de poder. Este animal les inspiraba y recordaba sus talentos y cualidades.

Ejercicio grupal: Qué animal somos

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Ninguno.

Pide que todo el grupo se reúna en un círculo y que cada uno diga su nombre acompañado de un sonido o movimiento que identifique al animal que más le gusta. Puede ser una mímica o un sonido. Todo el grupo deberá escuchar sin decir qué animal es cada uno. Al final, todos deben tratar de adivinar qué animal es. Si hay tiempo, cada uno puede exponer qué característica tiene el animal escogido.



Consideraciones: Intentar no transmitir miedos y limitaciones a los niños, niñas y jóvenes. Si algún animal atemoriza o causa repugnancia no exteriorizarlo a los participantes.

Ejercicio individual: Construyendo nuestro animal

Tiempo de duración: 1 hora

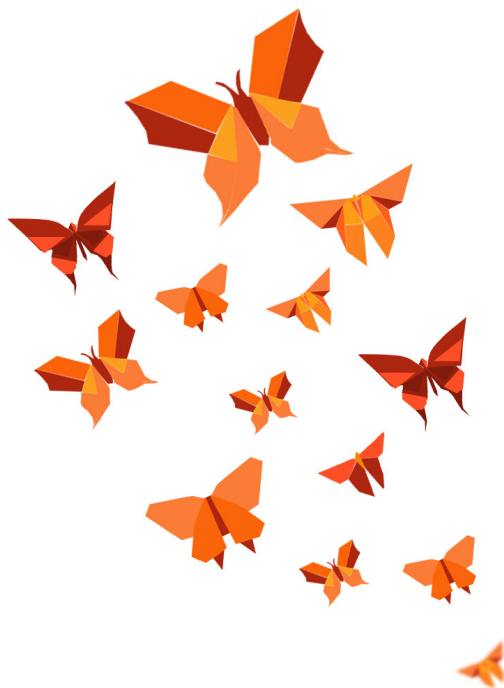
Materiales: Papeles, cartón y pinturas.

Motiva a todos los niños, niñas y jóvenes a utilizar todos los materiales para formar el animal que más les gusta.

Anímalos a realizarlo de la manera más creativa posible, utilizando papeles, tijeras y cartulinas. Pueden pintar de la manera que les guste, por ejemplo, con las palabras que denoten las características de este animal. Si disponen del libro de talleres, lo pueden pegar ahí.

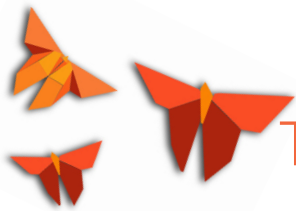
Autoevaluación

¿Me gustó la actividad? ¿Qué cambiaría? ¿Cuál es mi animal favorito?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Más actividades relativas al tema podemos encontrar en la carpeta "Integración y presentación" y los archivos "Dinámicas animales" y las relativas a presentación.



TEMA 10: LOS MIEDOS_

Frase motivacional: *Los miedos pueden ser grandes maestros.*

Objetivo

Conocer los miedos para ayudar a superarlos. Esta actividad favorecerá en el autoconocimiento y crecimiento personal.

Presentación del tema

Los miedos y las penas son parte de nosotros, así como la valentía y la alegría. Es importante identificar la sombra o lo que está oculto, lo que no se puede ver.

Desde pequeños nos enseñan a no tener miedo, a esconderlo o negarlo. Pero tener miedo es muy humano. Poder recordar los momentos que se ha tenido miedo es útil para superarlos.

Ejercicio grupal: Conociendo nuestros miedos

Consideraciones: El facilitador explica la seriedad de este tema y aclarará que no es un tema para burlarse, pues se debe tratar los miedos de los demás y los nuestros con mucho respeto. Tanto los hombres como las mujeres sentimos miedo.



Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papelógrafos y marcadores.

Pide a los estudiantes que, de manera voluntaria, dibujen en los papelógrafos los miedos que han tenido o tienen. Los demás del grupo podrán adivinar qué miedos son y dibujar otros. En otro papelógrafo, dibuja un tarro y escribe la palabra Alimento. En él, escribe junto al grupo las cosas que pueden hacer que los miedos crezcan. En otro papelógrafo, dibuja otro tarro y escribe Fumigando miedos. Allí, haz una lista de cómo se pueden extinguir o disminuir esos miedos.

Ejercicio individual: Decir adiós a los miedos

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Cartulinas, marcadores y pinturas.

Una vez que se han identificado los miedos de manera grupal, pide que escriban sus propios miedos. Solicita que lo hagan con letras grandes y, luego, con una pintura de color más oscuro para que lo tachen y digan adiós. Si así lo deseas, puedes hacer que de este tachón o entierro, renazcan flores. De ser posible, también puedes llevar los trabajos al patio y enterrarlos con tierra, o hacerlos pedazos y quemarlos con ayuda de un adulto dejar ir los trabajos por la cuenca de un río.

Autoevaluación

¿Cómo me sentí con este ejercicio? ¿He podido acompañar a los participantes en un proceso difícil? ¿Qué respuestas y ayuda puedo sugerir a los niños, niñas y jóvenes a continuación? ¿He identificado mis propios miedos?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para tener otras ideas acerca de cómo trabajar miedos y emociones en general se puede revisar la carpeta "Para trabajo con emociones" y los archivos "Guía conociendo emociones" y "Expresar sentimientos miedos" y otros.

TEMA 11: MIS TALENTOS_

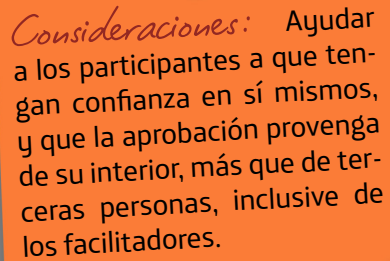
Frase motivacional: *Con tus talentos aportas al mundo. Si eres feliz, el mundo será un mejor lugar..*

Objetivo

Identificar los talentos para fortalecer el autoestima y autoconocimiento. Ayudar a encontrar con mayor facilidad la vocación.

Presentación del tema

Saber que hay dotes especiales para ciertas áreas, permite que las personas trabajen en ellas y sean cada vez mejores. Saber qué actividades se realiza con facilidad, ayuda a reconocer la vocación de vida y a descubrir los talentos y habilidades.



Consideraciones: Ayudar a los participantes a que tengan confianza en sí mismos, y que la aprobación provenga de su interior, más que de terceras personas, inclusive de los facilitadores.



Ejercicio grupal: Tarde de talentos

Materiales: Materiales necesarios para hacer un pequeño teatro y objetos artísticos.

Tiempo de duración: 1 hora

Se realiza una tarde de talentos en la que, de manera voluntaria, los niños, niñas y jóvenes podrán demostrar lo que les gusta. Prepara un pequeño teatro con telas y un cronograma de los talentos de cada persona. El programa se puede llamar Yo tengo talento, y se puede hacer una entrevista a cada uno de los participantes. Lo ideal es hacerlo con una cámara de video, y como un periódico con la foto de cada entrevistado.

Ejercicio individual: Mis talentos

Tiempo de duración: 1 hora

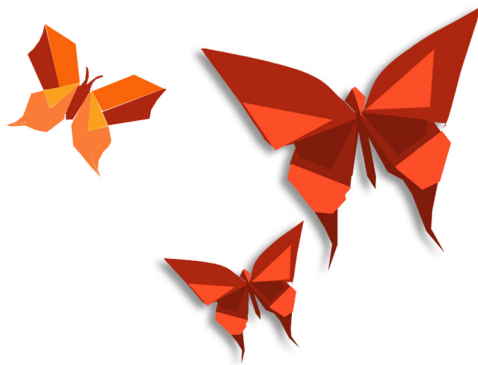
Materiales: Depende de cada persona.

Pide que se escriba o dibuje lo siguiente:

- Lo que les resulta fácil hacer o mirar.
- Lo que les encanta de las otras personas.
- Para qué se consideran buenos o buenas.
- Qué pueden realizar con alegría y facilidad.

Autoevaluación

¿Los participantes disfrutaron de las actividades? ¿Se descubrieron talentos que no se conocían? ¿Se divertieron? ¿Existieron contratiempos o desacuerdos?



Sugerencias de la Caja de herramientas

Para revisar otras posibilidades se puede visitar la carpeta "Talentos sueños" y los archivos "Dinámicas sobre talentos". Pueden servir los referidos a gustos y sueños en la misma Caja de herramientas.

TEMA 12: MIS HÉROES O A QUIEN ADMIRO_

Frase motivacional: Solemos convertirnos en personas parecidas a quienes admiramos.

Objetivo

Identificar arquetipos personales que guían la vocación de vida.

Presentación del tema

Las personas a quienes admiramos también son parte importante de lo que somos. Conocer los arquetipos de personas a quienes admiramos e identificar por qué lo hacemos es importante para la formación de nuestra personalidad.

Ejercicio grupal: Nuestros héroes

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Video sobre personajes famosos.

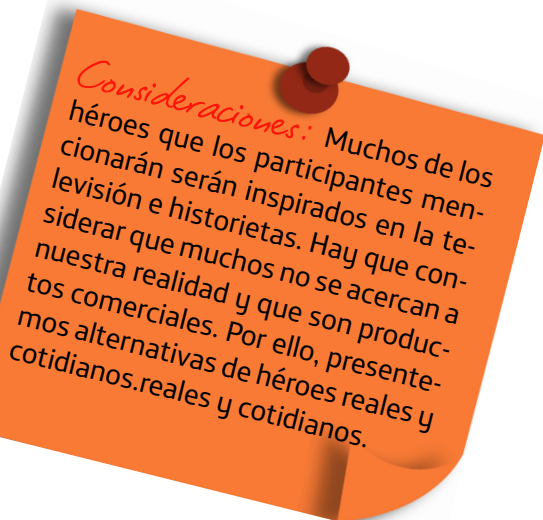
Pide a los estudiantes que en un círculo conversen sobre las personas que admiran, sus héroes y por qué lo son. Presenta un video de algunos personajes que han aportado al cambio histórico, como Nelson Mandela, Rigoberta Menchu, Albert Einstein, Rosa Park, etc. Trata de mostrar héroes o líderes que han aportado a la sociedad y han seguido sus sueños. Habla sobre los héroes fantásticos y cuáles son los atributos que los hacen especiales. Se puede discutir sobre héroes que no son famosos, pero que con su trabajo y bondad hacen de esta vida algo mejor. Pregunta a los participantes: ¿Conocen un héroe, sea este amigo o familiar?

Ejercicio individual: Súper amigo o amiga

Tiempo de duración: 1 hora

Materiales: Papel, cartulinas y tela.

Con el papel, las cartulinas o las telas, pide crear una heroína o un héroe.



Pide que le pongan un nombre como Súper amiga. Solicita que realicen un escudo con su símbolo, su ropa y sus súper poderes. Pueden tener cualquier súper poder, como hacerse invisible, convertir el agua en fuego, atraer la lluvia, etc. Se puede guardar el héroe en el libro de talleres.

Autoevaluación

Escuche con atención sus gustos y disgustos sin criticar. Realice preguntas abiertas para facilitar el diálogo.



Superencias de la Caja de herramientas

Se puede revisar más opciones en la carpeta "Talentos sueños" y el archivo "Dinámicas sobre héroes" o en "Súper héroes de leyenda".

Esperamos que el uso de este módulo haya sido una adecuada guía de trabajo y que la experiencia haya sido enriquecedora.

