



# CAJA DE HERRAMIENTAS PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS

Líneas de acción de Habilidades Socioemocionales-  
Orientación vocacional y profesional

Ruta pedagógica  
**Familias**  
1ra edición año 2019



Educando con Energía

Convenio de Cooperación 023 de 2017  
Fundación ENEL – Organización de Estados Iberoamericanos



Este documento es producto del convenio 023 del 2017, suscrito entre la Fundación ENEL y la Organización de estados Iberoamericanos - OEI

©Fundación ENEL  
©Organización de Estados Iberoamericanos, OEI.

**Enel-Codensa, Enel-Emgesa y la Fundación Enel Colombia**

Carrera 11 No. 82 - 76  
PBX Bogotá: 6016060  
[www.enel.com.co](http://www.enel.com.co)

**Organización de Estados Iberoamericanos.**

Sede Regional Colombia  
Carrera 9 N° 76-27.  
PBX 346 93 00 Bogotá  
[www.oei.org.co](http://www.oei.org.co)

**ISBN 978-958-8071-98-5 Versión digital**  
**ISBN 978-958-8071-97-8 Versión impresa**



Educando con Energía

**Enel-Codensa, Enel-Emgesa y la Fundación  
Enel Colombia**

**Director General Enel Colombia**

*Lucio Rubio*

**Gerente de Sostenibilidad Enel Colombia**

*Carlo Ferrara*

**Jefe División Proyectos de  
Sostenibilidad Enel Colombia**

*Andrés Chaves*

**Profesional Senior Proyectos  
de Sostenibilidad Enel Colombia**

*Ana Lucía Trujillo*

**Organización de Estados  
Iberoamericanos OEI**

**Secretario General, OEI Madrid**

*Mariano Jabonero*

**Director Regional, OEI Colombia**

*Ángel Martín Peccis*

**Coordinadora Escuela de  
Infancia, OEI Colombia**

*Erika Bohórquez Ballesteros*

**Equipo “Estrategia Educando  
con Energía”**

**Coordinación General**

*Laura Ximena Solórzano Bejarano*

**Asesora técnica**

*Milena Molina Parra*

**Equipo pedagógico**

*Catalina Elizabeth Arenas Poveda*

*Mireya Angelica Numpaque Rojas*

*Laura Ximena Solórzano Bejarano*

*Sergio Baquero Otavo*

*Zully Mattar Cuesta*

**Diagramación e ilustración**

*Catalina Elizabeth Arenas Poveda*



Educando con Energía

# T A B L A D E C O N T E N I D O

Página **6** **Introducción**

Página **11** **Ruta pedagógica familias**

Página **15** **Orientación Pedagógica  
N°1 : En los zapatos de...**

Página **20** **Orientación Pedagógica  
N°2: La familia y el trabajo en equipo**

Página **26** **Orientación Pedagógica  
N°3: Cosas de familia**

Página **31** **Orientación Pedagógica  
N°4: Creciendo en familia**

Página **37** **Orientación Pedagógica  
N°5: Mis acciones mi familia**

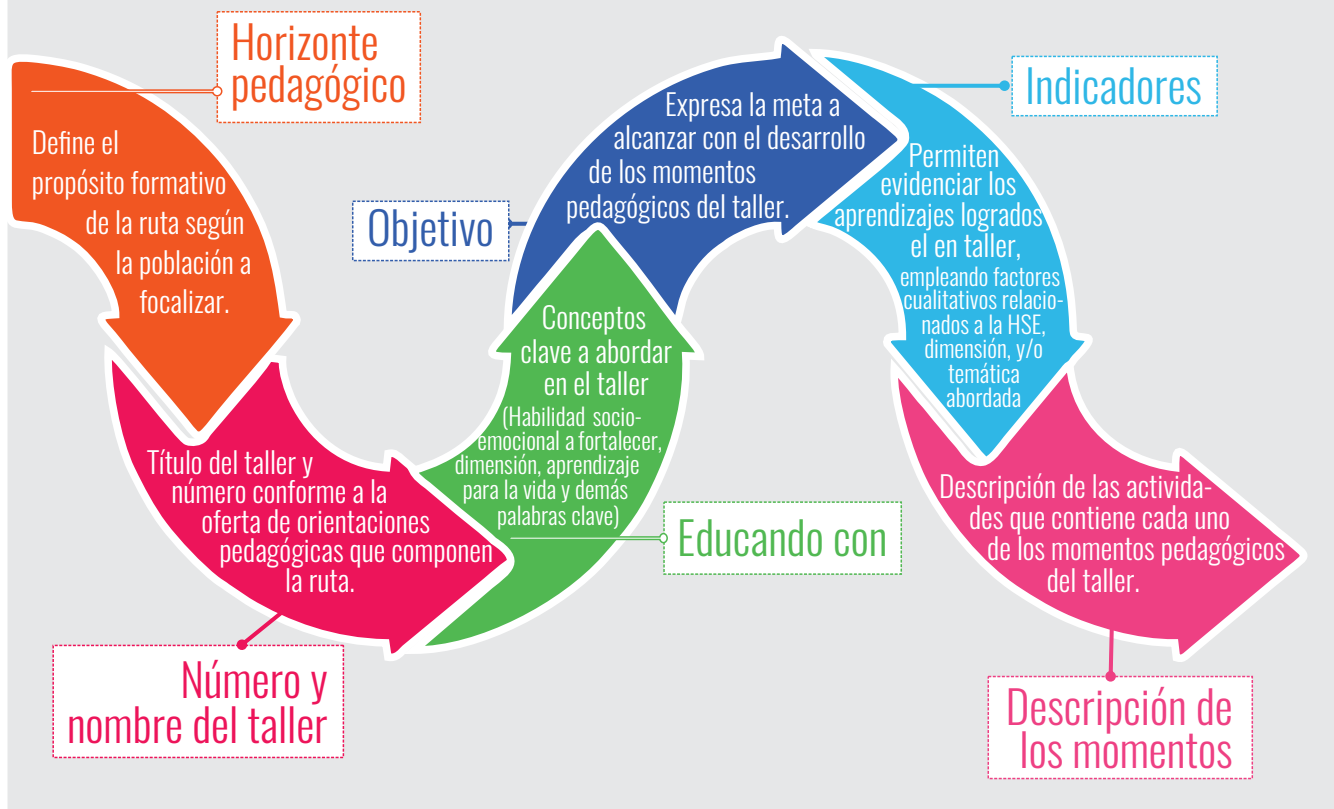
# Introducción

La Fundación ENEL Colombia de las empresas Enel-Codensa y Enel-Emgesa y la Organización de Estados Iberoamericanos, ponen a disposición de las comunidades educativas la caja de herramientas de la Estrategia Educando con Energía para su implementación por parte de agentes educativos que se encuentren motivados en articular a su quehacer pedagógico acciones encaminadas a facilitar la toma de decisiones de los jóvenes durante su trayectoria de vida, mediante el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales y la orientación vocacional y profesional, con el fin de posibilitar transformaciones ya sea de tipo personal, familiar o social y en miras al desarrollo sostenible.

Esta caja de herramientas contiene seis rutas pedagógicas (grados octavo, noveno, décimo y once: docentes y familias) que facilitarán el abordaje de las líneas de acción de Habilidades Socioemocionales y de Orientación Vocacional y Profesional, de la Estrategia Educando con Energía, con la comunidad educativa. Estas rutas, por su carácter flexible, se pueden orientar y adaptar hacia cualquier tipo de población, indistintamente del grado con el que se enuncian. Así mismo, no tienen un orden específico para su implementación, sino que pueden ser abordadas de acuerdo con los intereses y necesidades de quienes las empleen, pues estas rutas marcan el mapa de navegación del proceso formativo y, de manera diferencial, desarrollan un horizonte a través de talleres experienciales que determinan la intencionalidad del proceso desde las necesidades identificadas en el contexto de la población a focalizar.

# ¿Cómo están diseñadas las rutas pedagógicas?

Cada ruta pedagógica está estructurada de la siguiente manera:



# ¿Cómo se estructuran las orientaciones pedagógicas?

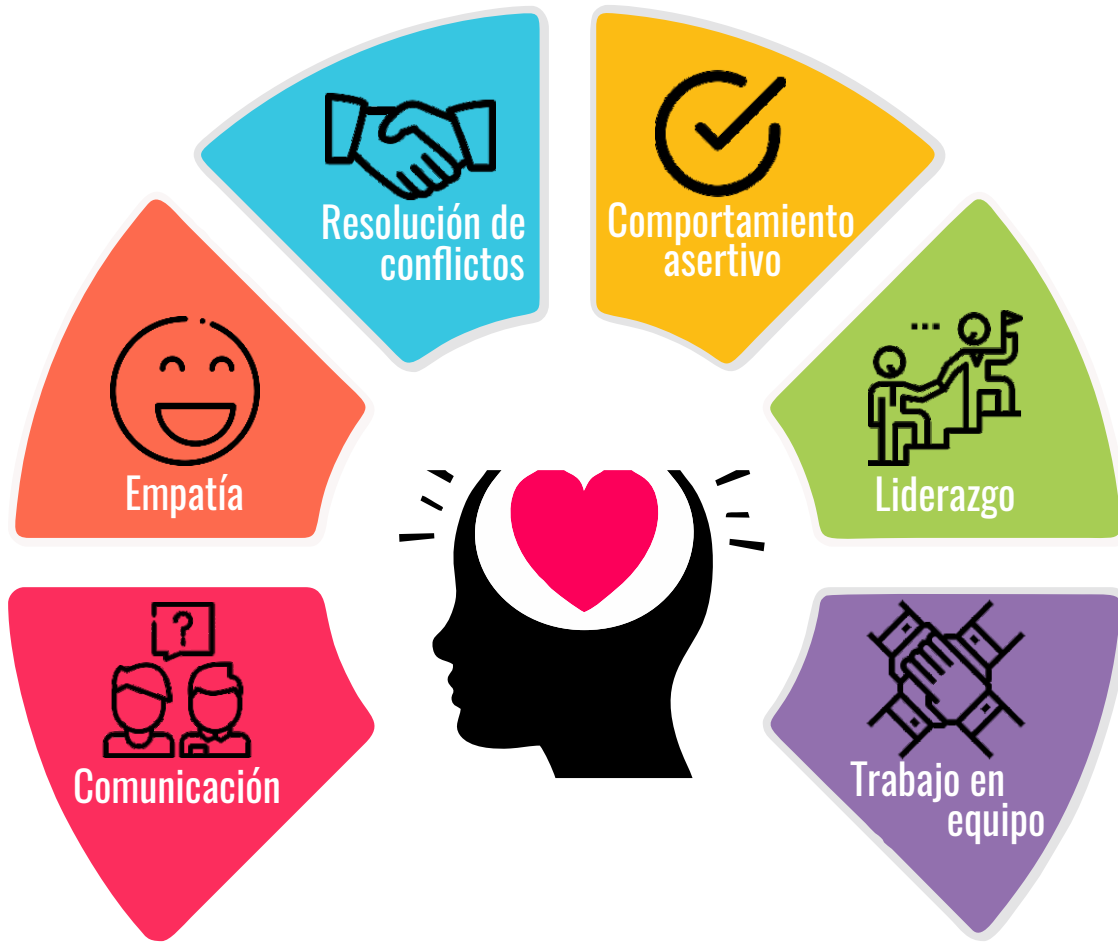




# ¿Cuál es el propósito de los momentos pedagógicos del taller?



# ¿Cuáles son las Habilidades Socioemocionales (HSE) que potencia la ruta pedagógica?



# Ruta pedagógica Familias

Al abordar a las familias, se pretende fortalecer recursos y estrategias en habilidades socioemocionales beneficiando el acompañamiento a sus hijos e hijas en su tránsito hacia una vida personal, social y laboral plena, y el reconocimiento del rol que ejerce dentro del núcleo familiar como mecanismo para fortalecer su vínculo afectivo.

Para ello, es importante generar un espacio de sensibilización a las familias sobre la importancia de su papel como agentes activos y protectores en los procesos de formación y desarrollo saludable de sus hijos e hijas, lo cual incluye rescatar el sentido del vínculo familiar en la trayectoria de vida de cada uno de los miembros de la misma.

Los espacios de encuentro se basan en procesos reflexivos con relación a la orientación de sus hijos e hijas para enfrentar los retos de la vida, darse cuenta de las emociones predominantes en la familia y las dinámicas que se generan a partir de su adecuado manejo y control.

## Horizonte pedagógico

Fortalecer las habilidades socioemocionales a nivel familiar, para acompañar sus hijos e hijas en los diferentes tránsitos que vivenciará durante su trayectoria de vida



Nota: Para ampliación sobre la apuesta pedagógica y metodológica de la estrategia Educando con Energía, consultar:

\* Metodología flexibilizada: trayectorias de vida de los jóvenes, una mirada desde las habilidades socioemocionales, orientación vocacional – profesional y el desarrollo sostenible.

\* Lineamientos pedagógicos para la implementación de estrategias en orientación vocacional y profesional.

En: <http://www.oei.org.co/educando-con-energia/educando-con-energia>

<http://www.oei.org.co/publicaciones/publicaciones>

## Orientación Pedagógica N° 1: En los zapatos de...

**Educando con:** Empatía, aprender a vivir juntos, dimensión estar, ideas, sentimientos, emociones.

**Objetivo:** Posibilitar la práctica de empatía como medio para reconocer al otro desde sus necesidades y sentimientos.

**Indicadores:**

- Recrea características de un personaje a partir de la imagen que tienen los demás de éste.
- Asume como propias las necesidades y sentimientos del otro.

### Descripción

**de momentos:**

- Contextualización: Juego adivina quien, orientado a reconocer la importancia de la empatía.
- Exploración: Reconocimiento de aconteciendo que han marcado la trayectoria de vida familiar que permita generar relaciones empáticas.
- Comprensión: Reflexión con relación a la importancia de la empatía como un medio para comunicarse de manera asertiva.

## Orientación Pedagógica N° 2: La familia y el trabajo en equipo

**Educando con:** Trabajo en equipo, Aprender a vivir juntos, dimensión del estar, familia, hogar

**Objetivo:** Evidenciar escenarios de unión familiar que permitan potenciar los lazos emocionales y redes de apoyo para el cumplimiento de metas tanto comunes como personales.

**Indicadores:**

- Reconoce el rol de cada miembro de la familia en el cumplimiento de objetivos.
- Identifica escenarios de unión familiar.
- Relaciona la habilidad de trabajo en equipo familiar con el cumplimiento de metas.

### Descripción

**de momentos:**

- Contextualización: Juego de roles orientado al cuidado del otro.
- Exploración: Dramatización sobre las formas en que se hace uso del tiempo libre familiar.
- Comprensión: Reflexión con relación a necesidad de tomar decisiones familiares en equipo.

## Orientación Pedagógica N° 3: Cosas de familia

**Educando con:** Comunicación, aprender a hacer, dimensión hacer, expresión asertiva de emociones.

**Objetivo:** Fortalecer la habilidad socioemocional de la comunicación con relación a la expresión asertiva de las emociones y sentimientos al interior de la familia.

**Indicadores:**

- Reconoce la forma de expresar emociones en la cotidianidad.
- Diseña estrategias para la expresión asertiva de emociones y/o sentimientos.

### Descripción

**de momentos:**

- Contextualización: Dibujar "la felicidad" a nivel familiar y reflexionar sobre la necesidad de emociones positivas en la familia.
- Exploración: Diseño de regalos mágicos que fortalezcan la comunicación a nivel familiar.
- Comprensión: Reflexión orientada a la necesidad de comunicar de manera asertiva las emociones para fortalecer las trayectorias de vida individuales y familiares.

## Orientación Pedagógica N° 4: Creciendo en familia

**Educando con:** Comunicación, aprender a transformarse y transformar la realidad, dimensión hacer, autoconocimiento, sueños y metas familiares, trayectoria de vida.

**Objetivo:** Proyectar metas y sueños familiares basados en el conocimiento de sí mismo y los demás miembros de su familia.

**Indicadores:**

- Identifica aspectos personales a mejorar que generen transformaciones positivas en familia.
- Reconoce la toma de decisiones como medio para el cumplimiento de sueños y metas familiares.

### Descripción

**de momentos:**

- Contextualización: Juego chiquiri chiquiri ya fofo, orientado a identificar los elementos necesarios para el cumplimiento de metas.
- Exploración: Proyección a mediano plazo de la familia, identificando elementos necesarios para ser felices.
- Comprensión: Reflexión sobre las consecuencias de las decisiones personales en la trayectoria de vida familiar, y la importancia de la comunicación para la generación de metas comunes.

## Orientación Pedagógica N° 5: Mis acciones - mi familia

**Educando con:** Resolución de conflictos, aprender a vivir juntos, dimensión tener, conflictos familiares.

**Objetivo:** Reconocer posibles conflictos que se pueden llegar a presentar en las dinámicas familiares y alternativas para su resolución.

**Indicadores:**

- Identifica acciones que obstaculizan o facilitan las dinámicas familiares.
- Describe situaciones de conflicto que se generan a nivel familiar y propone posibles soluciones.

### Descripción

**de momentos:**

- Contextualización: Construcción de una red a través de la narración oral que destaque elementos de las dinámicas familiares.
- Exploración: Evaluación de las decisiones no asertivas y asertivas y las consecuencias de estas en las dinámicas familiares.
- Comprensión: Reflexión orientada a reconocer el conflicto como un hecho cotidiano, y algunas estrategias para abordarlo.

# Orientación Pedagógica N° 1:

## En los zapatos de...



### **OBJETIVO:**

Posibilitar la práctica de empatía como medio para reconocer al otro desde sus necesidades y sentimientos.



### **INDICADORES:**

- Recrea características de un personaje a partir de la imagen que tienen los demás de éste.
- Asume como propias las necesidades y sentimientos del otro.



### **POBLACIÓN:**

Familias



### **EDUCANDO CON:**

Empatía, aprender a vivir juntos, dimensión estar, ideas, sentimientos, emociones.



### **TIEMPO:**

120 minutos



### **AYUDAS DIDÁCTICAS:**

Hojas reutilizables, cuento o imágenes relacionadas con la familia.

El facilitador da inicio a la actividad dando la bienvenida a los participantes, da a conocer los objetivos a abordar en la misma y su importancia en la construcción de sus trayectorias de vida, brindando un espacio para diligenciar la lista de asistencia.



## CONTEXTUALIZACIÓN

El facilitador solicita a los estudiantes ubicarse en el salón a manera de círculo, para posteriormente llevar a cabo la actividad recuperada y modificada de Guerra (s.f.); para ello, se pega en la espalda de cada participante, un papel que contenga en nombre de algún personaje famoso, con el fin de que los participantes recorran el salón buscando identificar su personaje haciendo preguntas cerradas a los demás, como por ejemplo: ¿es mujer? ¿Tiene el cabello largo? etc.

Al finalizar la actividad, el facilitador resalta la importancia de colocarse en los zapatos de los demás para poder así reconocer el punto de vista del otro; por ende, es relevante dejar a un lado los prejuicios y darse la oportunidad de conocer las personas, indagando quienes son ellas.

“La empatía nos da la voluntad y las herramientas para ser agentes de cambio eficaces. Los complejos desafíos del mundo de hoy no pueden ser resueltos por una sola persona u organización. La empatía nos motiva a construir juntos algo mejor, y nos ayuda a hacerlo con imaginación y respeto, guiados por una comprensión profunda de las personas y el mundo que nos rodea” (Gordon, s.f.).







## EXPLORACIÓN

En esta dinámica el facilitador lleva a cabo una actividad recuperada y modificada de Rosenberg (s.f.); para ello, implementa escenas o imágenes de cuentos, películas, series, lecturas, etc. (las cuales debe preparar con antelación, y que se ajusten al contexto), de situaciones que se presentan a nivel familiar explicando la situación y el acontecimiento; el facilitador pide a los participantes cerrar los ojos y pensar que son la persona a las que le ha ocurrido la situación y que traten de pensar y de sentir como esa persona.

Al finalizar cada una de las escenas, el facilitador orienta el cierre bajo las siguientes preguntas:

- ¿Qué pasaría si usted fuese la persona a la cual le está sucediendo ello?
- ¿Qué sucedería si usted fuese la persona que está ocasionando dicha situación?
  - ¿Cómo podría cambiar el rumbo de la situación?
- ¿En alguna ocasión ha vivenciado o ha visto esta situación? ¿Qué sucedió?
  - ¿Qué tipo de emociones se evidenciaron?
  - ¿Usted puede llegar a autorregular sus emociones? ¿Cómo?



## COMPRENSIÓN

El facilitador orienta la reflexión en torno a la manera como la empatía es una habilidad que facilita la comunicación asertiva, ya que permite que ambas partes cubran sus necesidades, sus carencias y logren salir beneficiadas.

Para llevar a cabo una comunicación empática, es necesario desarrollar una capacidad de escucha activa a los sentimientos y necesidades de los demás, para esto, es importante detenerse, respirar, escuchar y responder ante cualquier situación de conflicto que se pueda llegar a presentar a nivel familiar, para lo cual Rosenberg (s.f.), considera tener en cuenta los siguientes aspectos a la hora de ser empáticos:

- Analizar y hacer un recuento de la situación sin llegar a evaluar o a interferir opiniones propias sobre las personas sino sobre su comportamiento, por ejemplo: En vez de "Javier es agresivo." "Javier le pegó a su hermana cuando ella cambió el canal del televisor."
- Reconocer los sentimientos que han surgido con respecto a la situación presentada, sin llegar a evaluar.
- Identificar la necesidad insatisfecha. Por ejemplo: "Cuando te veo haciendo esto, me siento así porque necesito esto..."
- Elige actuar únicamente motivado por el deseo de contribuir a la vida en vez de hacerlo por miedo al rechazo, culpa, vergüenza u obligación.
- Mantener una escucha empática que permita percibir las carencias y necesidades no satisfechas en los demás.
- Solicitud de acción positiva (no negativa). Por ejemplo: En vez de "No dejes los zapatos en la sala", "Por favor lleva los zapatos a tu cuarto."
- Cuidar el tono y la forma de reflejar
- Brindarles todo el tiempo que necesiten para comunicar sus ideas y sentires.

Para lograr ello, es relevante dejar a un lado según Rosenberg (s.f.),

- Las comparaciones como por ejemplo: ¿Por qué no puedes ser como tu hermano?". Esto se convierte en una agresión al sentido de identidad única de las personas y una manera rápida de hacer desaparecer la empatía en la comunicación.
- Las etiquetas que se les pone a las personas
- Buscar quién tiene la razón
- Manipular de forma psicológica
- Negación de la responsabilidad
- Comunicar los deseos como ordenes

## COMPROMISO DE APLICACIÓN

El facilitador solicita a los participantes llevar a cabo una reunión familiar, en donde cada uno de los miembros de su familia mencione la manera como se siente en la misma.





# REFERENCIAS:

Gordon, M. (s.f.). Una caja de herramientas para promover la empatía en los colegios. ashoka.org .

---

Guerra, T. (s.f.). Adivina el personaje. Juegos fáciles para niños. Recuperado el 23 de Agosto de 2017, de Cómo jugar a 'Adivina el personaje' con los niños: <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/juegos/adivina-el-personaje-juegos-faciles-para-ninos/>

---

Rosenberg, M. (s.f.). Comunicación empática. NVC Advanced Intensive

# Orientación Pedagógica N° 2:

## La familia y el trabajo en equipo



### OBJETIVO:

Evidenciar escenarios de unión familiar que permitan potenciar los lazos emocionales y redes de apoyo para el cumplimiento de metas tanto comunes como personales.



### INDICADORES:

- Valida el rol de cada miembro de la familia en el cumplimiento de objetivos
- Identifica escenarios de unión familiar.
- Relaciona la habilidad de trabajo en equipo familiar con el cumplimiento de metas.



### POBLACIÓN:

Familias



### EDUCANDO CON:

Trabajo en equipo, aprender a vivir juntos, dimensión estar, familia, hogar



### TIEMPO:

120 minutos



### AYUDAS DIDÁCTICAS:

Anexo 1

El facilitador da inicio a la actividad dando la bienvenida a los participantes, da a conocer los objetivos a abordar en la misma y su importancia en la construcción de sus trayectorias de vida, brindando un espacio para diligenciar la lista de asistencia.



## CONTEXTUALIZACIÓN

El facilitador lleva a cabo la actividad recuperada y adaptada de la Junta de Andalucía (s.f), para lo cual solicita a los participantes que se dividan en parejas (preferiblemente con personas que no conozcan), para así proceder a dar la indicación que una de las dos personas se debe vendar los ojos, y actuar como ciego y la otra persona será su lazarillo.

Cuando todos estén preparados, esperando la señal del facilitador, el lazarillo se desplaza por el salón guiando al ciego por unos minutos, luego los papeles se invierten.

Una vez finalizada la actividad, el facilitador orienta el primer momento de reflexión con las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cómo se sintieron interpretando al ciego?
- ¿Cómo se sintieron en el papel de lazarillos?
- ¿En qué ocasiones los padres son ciegos y lazarillos respecto a sus hijos?

Al finalizar, el facilitador menciona la manera como es importante construir una comunicación asertiva para poder tener un trabajo en equipo a nivel familiar adecuado, en donde se pueda construir una trayectoria de vida familiar que propenda el crecimiento mutuo y la prevención de situaciones de riesgo como lo es por ejemplo el consumo de drogas, la conducta suicida, emociones negativas que perduran en sentimientos igualmente negativos.



## EXPLORACIÓN

Para iniciar la actividad recuperada y adaptada de la junta de andalucia.es (s.f), el facilitador pide la colaboración de uno de los participantes quien realiza la lectura del poema “del padre al hijo” (anexo 1)

Una vez finaliza la lectura, el facilitador pide a los participantes que se ubiquen en grupos de 6 personas, para poder así proceder a dar la indicación a cada grupo de realizar un dramatizado sobre la manera como empleamos el tiempo libre y las actividades que realizan como un equipo. A cada grupo se le asigna una situación, por ejemplo: vacaciones, fecha de Navidad, Semana Santa, fiestas familiares, cumpleaños, almuerzo, etc.

Una vez hayan expuesto su representación, el facilitador solicita a los participantes ubicarse en círculo para dar el cierre a la actividad, con las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cuál de los momentos anteriormente dramatizados aprovechó para fomentar la unión familiar? ¿Cómo?
  - ¿Cómo podría planificar mi tiempo para obtener mayores satisfacciones?
    - ¿De qué forma me gustaría emplear mi tiempo libre?
  - ¿Considera que en alguna de las dramatizaciones se tuvo en cuenta el trabajo en equipo?
    - ¿Por qué es importante el trabajo en equipo al interior de la familia?



## COMPRENSIÓN

Al finalizar, el facilitador realiza en mesa redonda una reflexión sobre la actividad considerando el trabajo en equipo de la familia como habilidad socioemocional y el aprender a vivir juntos. Se puede apoyar el cierre con las siguientes ideas que son abstraídas de una investigación realizada por Montañes, Bartolomé, Montañes, Parra (2008):

- “Diferentes investigaciones han demostrado que las relaciones familiares tienen relación directa con las conductas disruptivas de los jóvenes,
- Se realiza análisis frente a las consecuencias de las decisiones de los estudiantes en el proyecto de vida familiar. La calidad de la vida del joven y su familia también puede definirse con la calidad de las propias decisiones y acciones. Cada día la persona edifica los cimientos y las columnas de lo que es su presente, pero también de lo que será su futuro.
- La vida constituye una irrenunciable e impostergable responsabilidad frente a sí mismo y los demás. Cada persona debe aprender a ser responsable de su propia vida.
- Cada uno tiene una idea de proyecto de vida familiar que puede no coincidir, pero que se puede negociar o compartir.”

## COMPROMISO DE APLICACIÓN

Generar espacios y actividades al interior del hogar que permitan visibilizar la voz de los hijos e hijas y promover el trabajo en equipo.





# REFERENCIAS:

Montañes, M; Bartolomé, R; Montañés, J; Parra, M; (2008); Influencias del contexto familiar en las conductas adolescentes; Ensayos; Vol. 17 Pág: 391 – 407 recuperado el 14 de mayo de 2017 de file:///C:/Users/sergi/Downloads/Dialnet-InfluenciaDelContextoFamiliarEnLasConductasAdolesc-3003557.pdf

---

Junta de Andalucía, (s.f.). Taller para padres de familia Recuperado de: <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/636d6506-b5aa-40e4-abd2-70efa6fd1dc7> 14 de octubre de 2017



# ANEXO No. 1

## Poema al hijo

Recuperado y modificado de Marulanda (s.f.)

No sé en qué momento el tiempo paso,  
Ni a qué Hora mi Hijo creció,  
Solo sé que ahora es un adulto,  
Y que en su vida., ya no estoy yo.  
'Era muy joven cuando mi hijo nació, todavía recuerdo  
el momento en que llegó.  
(Pero mi trabajo el día me ocupaba, y no me daba  
cuenta que el día pasaba,  
No supe en qué momento aprendió a caminar,  
Ni tampoco a qué Hora comenzó a estudiar,  
No estuve presente cuando cambió sus dientes,  
Solo me ocupé de pagar las cuentas.  
(Pedía que le consolara cuando se "aporreaba"  
o que le ayudara cuando su juguete no funcionaba,  
pero yo estaba ocupado, debía trabajar,  
y así sus problemas no podía solucionar.  
Cuando a casa llegaba insistía en estar conmigo,  
'<ven... yo quiero ser tu amigo...",  
"Más tarde dijo, quiero descansar", y con estas  
palabras me iba a descansar.  
Ojalá atento le hubiera escuchado.

Cuando al acostarlo y dejarlo arropado  
Suplicante me insistía con ruegos y llantos,  
Que me quedara a su lado, que estaba asustado.

Ya no Hay juegos que arbitrar, tampoco Hay  
Santos que consolar,  
No Hay historias que escuchar, peleas que  
arreglar, ni rodillas que remendar.  
'Ya no hay trabajo, ya no estoy atareado,  
no tengo qué hacer, me siento desolado.  
Ahora soy yo quien quiere estar a su lado.  
'Y ahora es el quien vive ocupado.  
Un distante abismo me separa de mi hijo  
Poco nos vemos...no somos amigos.  
Los años han volado, mi Hijo se ha marchado,  
y su continua ausencia solo me ha dejado.  
No sé en qué momento que tiempo pasó, ni a qué hora mi hijo  
creció,  
Ojalá pudiera volver a nacer,  
Para estar a su lado y verlo crecer.

# Orientación Pedagógica N° 3:

## Cosas de familia



### OBJETIVO:

Fortalecer la habilidad socioemocional de la comunicación con relación a la expresión asertiva de las emociones y sentimientos al interior de la familia.



### INDICADORES:

- Reconoce la forma de expresar emociones en la cotidianidad.
- Diseña una estrategia para la expresión asertiva de emociones y/o sentimientos.



### POBLACIÓN:

Familias



### EDUCANDO CON:

Comunicación, aprender a hacer, dimensión hacer, expresión asertiva de emociones.



### TIEMPO:

120 minutos



### AYUDAS DIDÁCTICAS:

Material para recortar, hojas de colores, tijeras, hojas, marcadores, cinta adhesiva, pegante.

El facilitador da inicio a la actividad dando la bienvenida a los participantes, da a conocer los objetivos a abordar en la misma y su importancia en la construcción de sus trayectorias de vida, brindando un espacio para diligenciar la lista de asistencia.



## CONTEXTUALIZACIÓN

El facilitador procede a llevar a cabo una actividad recuperada y adaptada de la casa Matiz (2017), para lo cual solicita dibujar un recuerdo feliz, sustentando que el solo hecho de dedicar un tiempo a ello es altamente reconfortante e invita a algunos participantes a socializar su producto.

Al finalizar, realiza una breve reflexión en torno a la importancia de verbalizar expresiones de aceptación, comprensión, amor y confianza por los miembros de la familia y la necesidad de implementar el reconocimiento por el otro y el contacto afectivo en la dinámica familiar. El facilitador puede partir de la pregunta: ¿qué recuerdos está sembrando en su familia? (la pregunta no se realiza para ser respondida sino reflexionada individualmente). De manera que, se evidencie el cómo al dibujar un recuerdo, se puede perdurar en la memoria de los miembros de la familia.



## EXPLORACIÓN

El facilitador desarrolla una actividad recuperada y adaptada de Portal Educa y Aprende (s. f); para ello, invita a las familias a ponerse de acuerdo en elegir un regalo que se harían a ellos mismos, es decir, a la familia completa. Después de elegirlo entre todos, deben fabricarlo con los materiales dispuestos para esto. De asistir solo un miembro de la familia, éste lo elaborará pensando en hacer un regalo para la familia. Se invita a socializar algunos regalos, recomendándoles a los demás participantes que tengan en cuenta los elementos que componen el regalo.

Se complementa la actividad solicitando realizar una tarjeta mágica dirigida a cada miembro de la familia para pedir regalos también mágicos: se invita a pensar y tomar conciencia de cosas que pueden pedir en su tarjeta, otro tipo de regalos diferentes, el único requisito es que estos regalos no sean cosas que se puedan comprar con dinero. Por ejemplo: “dejar de discutir con mi hermano”, “aprender a felicitar me”, “que mi madre y mi padre sonrían cada mañana”.

Se inicia pensando en sus deseos y después los escriben en la tarjeta, para ello pueden emplear distintos materiales que deseen. Si hay algún participante que no sepa leer o escribir se le prestará apoyo personalizado. Se les da tiempo para la elaboración de la tarjeta mágica para su posterior socialización.

Se apoya la socialización con las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cómo y por medio de qué manifestaciones es importante expresar mi amor a los miembros de mi familia y a mí?
  - ¿Cada cuánto quisiera recibir una expresión de afecto de mis padres, hijos y hermanos?
    - ¿Mi forma de expresar afecto se parece a la que viví con mis propios padres?
    - ¿Qué estoy repitiendo con mis hijos de lo que experimenté con mis padres?
- ¿Es más fácil seguir repitiendo las formas de relacionarme con mi familia previamente aprendida que intentar nuevas?



## COMPRESIÓN

El facilitador inicia el momento de comprensión expresando la manera como a través de esta actividad, se favorece la reflexión sobre otro tipo de regalos no materiales alejándonos del sentido consumista que a menudo se da a diario o en fechas especiales. Es importante que los participantes comprendan que existen otros regalos, que pueden parecer menos importantes, pero pueden hacer feliz a la familia, pues se podría afirmar que la felicidad está en lo que no se compra como el tiempo compartido, el sentirse escuchado o las expresiones afectivas verbales o no verbales. Los juguetes, los celulares, pueden ser importantes, pero ¿qué pasaría si, aun con cosas materiales, nadie sonríe en casa o no pudiera salir con amigos y amigas?, O si nunca pudiéramos aprender cosas nuevas.

Por lo anterior, se resalta la comunicación para reconocer al otro desde sus diferencias y como éstas lo hacen ser quien es. Adicionalmente, el proceso de creación (tarjeta, dibujo) para una demostración afectiva implica valorar los aspectos más profundos de cada familia posibilitando rescatar la dignidad de las personas por encima de las diferencias y se muestra como retroalimentación por haber escuchado a los miembros de la familia permaneciendo atento a sus necesidades afectivas y valorándolo cuando se comunica. Con esto, al mismo tiempo que genera un clima positivo para la comunicación y las relaciones interpersonales, está contribuyendo a que la otra persona lo trate con idéntico respeto y consideración. (Codina, 2004).

Por ello, es relevante encontrar un espacio para la expresión emocional, posibilitando cambios y favoreciendo el crecimiento personal, analizando la postura desde la cual se comunica con la familia, pues usualmente se asume el rol de juez quien demuestra que tiene la razón dificultando a escucha activa: de consejeros, anulando la capacidad de pensar y tomar decisiones del otro; o como víctimas, denotando que no se escucha más que las propias inseguridades y temores. Importante, entonces, dar el primer paso para efectuar un primer cambio, a partir del cual comienza un profundo proceso de reflexión y diálogo interior en el aquí y ahora, reflejando a cada una de sus integrantes sus emociones, sus carencias y estimulando para la mejora y el cambio personal y familiar. (Codina, 2004).

## COMPROMISO DE APLICACIÓN

Se solicita a los participantes que entreguen el regalo y las tarjetas (sin esperar nada a cambio) y se invita a establecer formas de comunicación afectiva con sus seres cercanos.





## REFERENCIAS:

Codina, A. (2004). Saber escuchar. Un intangible valioso. Universidad Politécnica de Cataluña. Barcelona, España. Intangible Capital - Nº4 - Vol. 0. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54900303>

---

La Casa Matiz. Propuestas y actividades. 2 de marzo de 2017 <http://lacasamatiz.blogspot.com.co/p/algunas.html?m=1>

---

Portal Educa y Aprende (s. f.). Recuperado de <http://educayaprende.com/carta-magica-los-reyes-magos/>

# Orientación Pedagógica N° 4:

## Creciendo en familia



### **OBJETIVO:**

Proyectar metas y sueños familiares basados en el conocimiento de sí mismo y los demás miembros de su familia.



### **INDICADORES:**

- Identifica aspectos personales a mejorar que generen transformaciones positivas en familia.
- Reconoce la toma de decisiones como medio para el cumplimiento de sueños y metas familiares.



### **POBLACIÓN:**

Familias



### **EDUCANDO CON:**

Comunicación, aprender a transformarse y transformar la realidad, dimensión hacer, autoconocimiento, sueños y metas familiares, trayectoria de vida.



### **TIEMPO:**

120 minutos



### **AYUDAS DIDÁCTICAS:**

Hojas, esferos, lápices

El facilitador da inicio a la actividad dando la bienvenida a los participantes, da a conocer los objetivos a abordar en la misma y su importancia en la construcción de sus trayectorias de vida, brindando un espacio para diligenciar la lista de asistencia.



## CONTEXTUALIZACIÓN

Se procede a solicitar a las familias que se organicen en un círculo, a partir de ese momento se explica que el objetivo de la actividad recuperada y adaptada de djtavo48 (2011). En un grupo, los participantes deben intentar realizar un movimiento de manera coordinada con relación al líder del equipo mientras cantan el siguiente estribillo:

**“Chiquiri – chiquiri – ya fofo, ya fofo, ya fofo”.**

Estos movimientos deben ser de manera intercalada, es decir, mientras el facilitador está haciendo el movimiento 1 “mover las caderas” y cuando pasa al movimiento 2 “rascarse la cabeza”, la persona que está a mano derecha del círculo debe estar haciendo el movimiento 1 y así sucesivamente hasta que todas las personas del círculo hayan participado con diferentes movimientos al ritmo de la canción. Si alguno de los participantes falla en la coordinación de los movimientos, el facilitador iniciara de nuevo el juego en otro lado del círculo.

A continuación, el facilitador orienta la reflexión, haciendo referencia a la manera como las habilidades socioemocionales juegan un papel esencial en el momento de dar cumplimiento a sus metas y las metas de los demás, llevando a reconocerlas como un aspecto fundamental en el desarrollo social, económico, político, entre otros., en cuanto contribuye a mejorar sus relaciones tanto intra como interpersonales. Para ello, el facilitador enfatiza en aquellos factores que incidieron en el cumplimiento de la meta propuesta y la manera como el reconocimiento mutuo como sujetos de derecho y la solidaridad, contribuye en la consecución de sus metas en cuanto permite generar un espacio que beneficie a todos.





## EXPLORACIÓN

El facilitador lleva a cabo la actividad recuperada y modificada de Muradep (2012), solicitando a los participantes iniciar este momento pensando una lista de los cambios que sabe debería hacer y que no se ha decidido aún. El facilitador solicita escoger un cambio de la lista y ofrece a cada uno de los participantes una hoja donde deben plasmar, empleando la creatividad e imaginación: ¿cómo estaría su familia en el futuro (en cinco años, por ejemplo) si no toma ahora mismo esa decisión?

Para su realización se pueden basar en las siguientes preguntas orientadoras:

- A nivel físico ¿Cómo se ve? ¿Cuáles son las modificaciones físicas que el simple paso del tiempo, sin haber cambiado nada, ha dejado en usted?

- A nivel familiar: ¿Con quiénes está? ¿Cómo están? ¿Qué opinión tienen de usted?

- A nivel económico: ¿Cómo incide en su economía no haber hecho ese cambio? ¿Mantendría su imagen o seguiría siendo modelo ante los otros (familiares, hijos, amigos, etc.)? ¿Qué piensan de usted los que lo quieren? ¿Y los que no lo quieren?

- A nivel de Autoestima: ¿Qué piensa de sí mismo? ¿Cómo siente no haber cambiado? ¿Cómo es su equilibrio físico y emocional? ¿Qué habrá perdido? ¿Qué habrá ganado?

El facilitador ofrece un tiempo para realizar la actividad y una vez todos hayan finalizado, ofrece la instrucción de girar la hoja. Les afirma que afortunadamente lo que imaginaron, no pasó, pues se trataba de un ejercicio guiado para pensar en lo que usualmente no se piensa sin un estímulo previo. Les confirma que se dieron cuenta a tiempo, y todavía tienen la oportunidad de cambiar todo lo que su razón y sus sentimientos le indiquen que debe modificar, con sólo elegir hacerlo.

El facilitador solicita, ahora imaginarse en el futuro habiendo realizado el cambio que se propuso y por el revés de la hoja, plasmar la situación ideal, apoyándose en las mismas preguntas orientadoras previamente compartidas.

Invita a conformar un círculo para compartir la experiencia, contestando:

- ¿Qué habrán ganado?
- ¿De qué se dieron cuenta haciendo este ejercicio?
  - ¿Qué emociones siente ahora?
- ¿Cómo pueden aplicar lo aprendido en la relación con sus hijos en torno al tema de OVP?



## COMPRENSIÓN

El facilitador recogiendo insumos de la socialización en el momento anterior, evidencia las sensaciones emocionales al visualizar las consecuencias de no haber cambiado (angustia, ansiedad, miedo) por las consecuencias en todos los ámbitos de la vida que les puede traer el no haber realizado lo que deseaba. Esas consecuencias no sólo lo afectarían a nivel personal, sino también en todo su entorno, a su familia y a sus hijos y, probablemente, hasta realizar la segunda parte del ejercicio, pudiendo verse en acción, logrando el objetivo que se habían propuesto, se dieron cuenta de lo que pasaba en su vida después de conseguir ese objetivo. (Mollón, 2015). Afirma que posiblemente, los participantes se percataron de que se iba armando un camino en su mente que los llevaba a ver el logro y sus consecuencias (Muradep, 2012).

El facilitador continúa afirmando que es posible reinventar la vida, siendo el resultado de la historia personal y del pasado, que, aunque importantes, ya que influyó en el ser del presente, no se puede permitir dejar que ese pasado se interponga en el camino hacia el futuro.

El hoy es diferente y el futuro depende sólo de cada uno, pues le dará forma, elegirá lo que quiere y cómo lo quiere: al hacerse cargo de él, generará una historia distinta. Nadie puede ofrecerle una vida segura porque la seguridad no está en el mundo exterior, sino en usted mismo. Para reinventar su vida, tiene la posibilidad de ser un observador diferente de las dificultades y de las circunstancias que vive diariamente, sabiendo que lo que ve es sólo resultado de una manera de enfocarlas. Hay una infinidad de formas distintas de observar. Darse cuenta de esto le permite reflexionar acerca de cómo es usted, cómo son sus relaciones y cómo interpreta el mundo, y que si cambia su manera de observar puede generar un mundo distinto, repleto de posibilidades. Esta es su elección en un mundo de cambio como el de hoy. Reinventarse le permite anticiparse, tomar las riendas de su futuro y conducirse a su meta. ¿Para qué plantearnos cómo queremos ser? ¿Para qué plantearnos objetivos? Las personas somos prisioneras de su cerebro. Si no le da dirección, este se manejará por su cuenta o quizás otros encontrarán la manera de hacerlo por nosotros. (Muradep, 2012).

Desde su rol como madre o padre puede contribuir al fortalecimiento de una trayectoria de vida con significado para sus hijos e hijas, ayudándoles a plantear objetivos o metas que quieran alcanzar, para que su mente se dirija hacia ellos, a tener una visión lo más clara posible de adónde quieren llegar y a que se sientan bien consigo mismos, seguros, confiados de sus habilidades y con expectativas de éxito. Y de esa manera perfilarse en esa dirección, buscando el mejor trayecto posible. (Mollón, 2015).

Finalmente, el facilitador solicita a los participantes a pensar el estado actual de su familia y el estado deseado, asumiendo que éste no se logra desde el rol de magos haciendo un acto de magia; para ello, invita a retomar el control de la propia vida, aprender a rediseñarla y aprender a cambiar su propia experiencia para enseñar con el ejemplo a los hijos, a construir una trayectoria de vida plena, basados en sus propios deseos, intereses y habilidades y con el apoyo familiar de aceptar distintas maneras particulares de percibir y de observar el mundo, que probablemente no coincida con la suya. (Mollón, 2015).

## COMPROMISO DE APLICACIÓN

Se solicita a los participantes que al llegar a su lugar de vivienda empiecen a implementar el cambio que desean hacer en sus vidas y observen las consecuencias en su entorno familiar.





# REFERENCIAS:

djtavo48 (27 de mayo de 2011). Chiquiri Chiquiri Ya Fo Fo [Archivo de Video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=17YEuwM5UaE>

---

Fins a l'infinit. Dinámicas. Refuerzo positivo vs refuerzo negativo. (31 de julio de 2014). Recuperado de: <http://dinamicaschulas.blogspot.com.co/search/label/Presentaci%C3%B3n>

---

Mollón, O. (2015). Trabajo Final De Grado En Maestría De Educación Infantil. Educación Emocional En La Familia. Escuela De Padres: “+ Emocionales”. Madrid: Recuperado en [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/133227/TFG\\_Moll%C3%B3n%20Bou\\_Olga.pdf?sequence=1](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/133227/TFG_Moll%C3%B3n%20Bou_Olga.pdf?sequence=1)

---

Muradep, L. (2012). Coaching para la transformación personal. Buenos Aires. Recuperado de <http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/Coaching-para-la-transformaci%C3%B3n-personal.pdf>

# Orientación Pedagógica N° 5:

## Mis acciones - Mi familia



### **OBJETIVO:**

Reconocer posibles conflictos que se pueden llegar a presentar en las dinámicas familiares y alternativas para su resolución.



### **INDICADORES:**

- Identifica acciones que obstaculizan o facilitan las dinámicas familiares.
- Describe situaciones de conflicto que se generan a nivel familiar y propone posibles soluciones.



### **POBLACIÓN:**

Familias



### **EDUCANDO CON:**

Resolución de conflictos, aprender a vivir juntos, dimensión tener, conflictos familiares.



### **TIEMPO:**

120 minutos



### **AYUDAS DIDÁCTICAS:**

Lana, hojas reciclables.

El facilitador da inicio a la actividad dando la bienvenida a los participantes, da a conocer los objetivos a abordar en la misma y su importancia en la construcción de sus trayectorias de vida, brindando un espacio para diligenciar la lista de asistencia.



## CONTEXTUALIZACIÓN

El facilitador solicita a los participantes ubicarse en forma de mesa redonda con el fin de realizar la actividad recuperada y modificada de José & Pares (s.f.), para dar por inicio a una historia de una familia, donde se elige un voluntario que inicie contando alguna historia, cuando finalice su fragmento pasara parte de un ovillo de lana a otro participante que se encuentre en frente, no justo a los lados; pero al pasarlo, dejara con él una parte de la lana, con el fin de ir formando una red, a medida que se pasa. Cada lana une a dos personas, debe quedar tensa y de esta manera se irá creando un cuento/una historia formando a la vez entre todos una especie de telaraña.

La última persona finaliza la historia, manteniendo sujeta su parte de lana cada uno, con una música dar movimiento entre todos a la telaraña sin soltar la lana y sin desplazarse del lugar donde se encuentra en la rueda. Pueden salir de uno en uno, o de dos en dos dejando su extremo de lana a una de las dos personas de su lado en la rueda para ponerse en uno de los espacios que delimitan las lanas de la telaraña y bailar. Se puede ir cambiando de espacio en la telaraña.

Al finalizar la música, el facilitador recoge la lana desde el último hacia el primero que la pasó reconstruyendo el ovillo. Esta vez, antes de pasarlo, decir una cualidad que se admira o que le inspira la familia.

- ¿Qué aspectos tiende a resaltar más en su familia? ¿Los positivos o los negativos?
- ¿De qué forma usted ha incidido en la vida de las personas que están bajo su cuidado?
  - ¿Usted considera que podría cambiar la historia o el rumbo de su familia?
- ¿Qué pasaría si un solo miembro de su familia toma decisiones inadecuadas con su propia vida?
  - ¿Usted actualmente por qué o por quién se encuentra agradecido en su vida?
    - ¿Qué pasaría si el día de mañana esa persona o eso ya no existiera?

Por último, el facilitador resalta la forma como las decisiones propias tienen consecuencias a nivel familiar que pueden conllevar a dinámicas que beneficien o por el contrario destruyan su trayectoria familiar, por lo cual es necesario construir sueños de manera conjunta que permitan reconocer que entre todos pueden reorientar su vida por un beneficio mutuo.



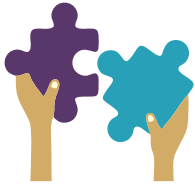
## EXPLORACIÓN

El facilitador realiza entrega a cada participante dos hojas de papel, cada una doblada a la mitad, para llevar a cabo la actividad recuperada y modificada de Gordon (s.f.).

Cada hoja tendrá escrito arriba “Mejor” o “Peor”, en una solapa de la hoja. En la primera hoja, el participante escribirá dos listas, las mejores y peores experiencias que ha tenido en su familia. En la segunda, un listado de las mejores y peores decisiones que han tomado en su familia. Recree un espacio de reflexión individual, en un espacio silencioso y tranquilo sin computadores, celulares ni distracciones por un periodo de 20 a 30 minutos para que complete su lista.

Al finalizar el facilitador orienta la reflexión en torno a las siguientes preguntas:

- ¿De qué está agradecido con su familia?
- ¿De qué manera tienden a solucionar los conflictos en su familia?
- ¿Qué decisiones que han tomado con respecto a su familia han incidido en las dinámicas de las mismas?



## COMPRENSIÓN

El facilitador resalta la forma como “el conflicto es un hecho cotidiano al que todos nos enfrentamos en la familia y otros contextos, el cual se origina en situaciones de la propia convivencia y de las relaciones humanas, ya que esto no es ni bueno ni malo en sí, y el hecho de que varias personas intenten evitarlo se debe a que el modo o la forma en el que habitualmente gestionan los problemas no los satisface; no obstante, es importante buscar soluciones a ello, en la medida en que si estos no son adecuadamente enfrentados, puede conllevar a situaciones que pueden generar un gran malestar entre los integrantes de una familia. Es un modo de avanzar, de crecer como personas y de conocer mejor a quienes nos rodean. Los modos diferentes de pensar nos pueden enriquecer y ampliar la perspectiva de las cosas. Si somos capaces de hablarnos, escucharnos y comprendernos, seguro que saldremos fortalecidos de cada experiencia” (García, y otros, 2010).

El facilitador recomienda lo siguiente:

- **Identifica el problema con una escucha y comprensión atenta**
- **Analiza el problema, descubriendo la verdadera causa, reconocer su responsabilidad.**
- **Explorar las posibilidades de solución, sin llegar a descalificar ninguna idea.**
- **Elegir una solución teniendo en cuenta las consecuencias**
- **Establecer compromisos**
- **Reconocer y agradecer la ayuda**

## COMPROMISO DE APLICACIÓN

Llevar a cabo un DOFA (cuadro con debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas) de la familia, con el fin de reconocer oportunidades de mejora







## REFERENCIAS:

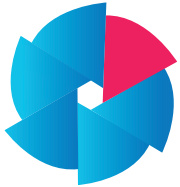
García, L., Bolaños, I., Hierro, M., Garrigós, S., Hoyo, P., Dorado, A., y otros. (2010). La familia dialoga y llega a acuerdos: la mediación familiar. Madrid: La suma de todos.

---

Gordon, M. (s.f.). Una caja de herramientas para promover la empatía en los colegios. ashoka.org.

---

José, T., & Pares, R. (s.f.). Juegos y dinámicas de grupo. Recuperado el 14 de Octubre de 2017, de <http://juegosydinamicasdegrupo.blogspot.com.co/p/comunicacion.html>



# Educando con Energía

ISBN: 978-958-8071-97-8



Convenio de Cooperación 023 de 2017  
Fundación ENEL – Organización de Estados Iberoamericanos