



Me constru“yo”

Propuesta de intervención

Brayan Stiven Cadena Sánchez

Propuesta de intervención en procesos artísticos y culturales para optar al título de Profesional en
Gestión Cultural

Asesora

Miriam Cristina Berrío Álvarez

Maestra en Artes Plásticas, Especialista en Gestión y Promoción Socio Cultural

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Pregrado en Gestión Cultural

Seccional Sonsón, Antioquia, Colombia

2021

Cita	(Cadena Sánchez, 2021)
Referencia	Cadena Sánchez, B. S. (2021). <i>Me constru"Yo". Propuesta de intervención en procesos artísticos y culturales</i> . [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Sonsón, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Asesora de trabajo de grado: Miriam Cristina Berrío Álvarez



Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes.

Decano/Director: Gabriel Mario Vélez Salazar.

Jefe departamento: Julio César Salazar Zapata.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

DEDICATORIA

En primer lugar, doy gracias a Dios por regalarme las fuerzas y permitirme concluir este logro académico de gran importancia a nivel personal dentro de mi vida. A la Universidad de Antioquia por cobijarme y abrirme las puertas dentro de esta gran familia. A mis padres Sócrates Cadena y Cirila Sánchez Mancilla quienes desde la distancia me acompañaron durante todo este proceso motivándome a ser una mejor persona, por medio de cada uno de los valores inculcados desde pequeño hasta hoy en día.

A mis compañeros de curso por el apoyo incondicional durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento, gracias. A toda mi familia porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas. Y por supuesto, a mi asesora Miriam Cristina Berrío Álvarez, quien, a través de su experiencia y gran calidad humana, supo sacar lo mejor de mí.

A todos y cada uno de ellos.

Muchas gracias.

AGRADECIMIENTO

Son muchas las personas que me han inspirado a lo largo de la vida (1997-2021) las cuales, de una u otra manera me han apoyado a forjar lo que hoy en día desde un punto de vista humano y legal es Brayan Stiven Cadena Sánchez. Dentro de ese inmenso río de personas que con el paso del tiempo cruzan las aguas de la vida, he podido coincidir con individuos que, al igual que yo, han sabido orientar sus vidas por un rumbo distinto. Esas personas que, desde muy pequeño me acompañaron y enseñaron que la educación es una herramienta muy importante, de la que disponen los seres humanos para construirse y transformarse permanentemente.

De esta manera, el destino, entendido como ese camino de ruta del cual disponen todos los seres humanos me guio por diferentes rumbos, unos más buenos que otros, para lograr dimensionar eso que la vida me estuvo diciendo a lo largo del tiempo con diferentes rostros. Pero hoy, en este momento donde me encuentro culminando mi formación profesional me doy cuenta que la vida tiene grandes cosas para mí.

Experimentar la docencia en muchas de sus posibilidades, me permitió coincidir indirectamente en dos mundos, uno donde el tiempo se mantiene estático y los rostros de todos aquellos jóvenes que ocupan un lugar dentro de un espacio, quizá no ven pasar los años, hasta que se dan cuenta que las nuevas generaciones los suceden, ocupando que ocupa el lugar que en algún momento ellos tuvieron; y otro mundo donde me encontraba yo, en el que era testigo de todos esos cambios muchas veces imperceptibles frente a los demás, pero que brillaban con luz propia a mis ojos.

En cualquiera de los 2 mundos solo guardo la certeza de algo. Aquellos niños y jóvenes que pisaban una escuela, no eran los mismos que salían de ella; ya que, sin darse cuenta, poco a poco transcendían a un nuevo mundo donde esa potencia de tener un espíritu noble, algunas veces leída como una debilidad ante los ojos de aquellas personas que solo quieren destruir los sueños de los demás, no volvía a ser la misma.

Sin embargo, sigo firme en mi creencia de formarnos desde ser humano, para transformar en el mundo: hábitos, creencias y costumbres limitantes, y así, poder manifestar lo que sí somos.

Tabla de contenido

Introducción	10
Objetivos	10
Objetivo general	10
Objetivos específicos	10
Justificación	12
DESARROLLO DE LOS OCHO TALLERES QUE HACEN PARTE DE LA PROPUESTA ME CONSTRU"YO"	15
Taller N° 1	15
Modalidad Virtual	15
BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA	15
Taller N° 2	20
Modalidad Presencial	20
¿QUÉ ES EL AUTOCONOCIMIENTO?	20
Taller N° 3	26
Modalidad Presencial	26
¿CÓMO LOGRO AUTO-CONOCERME? "EL CUERPO COMO HERRAMIENTA"	26
Taller N° 4	32

Modalidad Presencial.....	32
EL SENTIDO CRÍTICO-REFLEXIVO Y LA TOMA DE DECISIONES DE MANERA CONSCIENTE “HABLANDO CON MI SOMBRA”	32
Taller N° 5	38
Modalidad Presencial.....	38
¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE DESARROLLARLA? “EL VALOR REAL DE MI CUERPO”	38
Taller N° 6	44
Modalidad Presencial.....	44
¿CÓMO FORTALECER MI AUTOESTIMA? “MI CAMINO DE RUTA”	44
.....	50
.....	50
Taller N° 7	50
Modalidad Presencial.....	50
¿“ME CONSTRUYO” A PARTIR DE LO QUE SÍ SOY? “LO QUE DICEN DE MI”	50
Taller N° 8	56
Modalidad Presencial.....	56
LA IMPORTANCIA DE USAR DE MANERA AUTÓNOMA EL SENTIDO CRÍTICO CONMIGO Y LOS DEMÁS “¿YA RECONOZCO MI ESENCIA CULTURAL?”.....	56
Taller N° 9	63

Modalidad Presencial.....	63
Y AHORA... ¿CÓMO ME CONSTRUI DESDE EL “SER” CON LOS RECURSOS QUE RECIBÍ EN EL PROCESO DE ACOMPAÑAMIENTO?	63
METAS Y LOGROS	69
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	70
METODOLOGÍA DE TRABAJO.....	72
POBLACIÓN PARTICIPANTE	73
POBLACIÓN BENEFICIARIA.....	74
CONCLUSIONES	74
REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS	75

Tabla de ilustraciones

1Fotografía: Cadena, B. (2021)	19
2Fotografía: Cadena, B. (2021)	19
3Fotografía: Cadena, B. (2021)	25
4Fotografía: Cadena, B. (2021)	25
5Fotografía: Cadena, B. (2021)	25
6Fotografía: Cadena, B. (2021)	25
7Fotografía: Cadena, B. (2021)	31
8Fotografía: Cadena, B. (2021)	31
9Fotografía: Cadena, B. (2021)	31
10Fotografía: Cadena, B. (2021)	371
11Fotografía: Cadena, B. (2021)	37
12Fotografía: Cadena, B. (2021)	37
13Fotografía: Cadena, B. (2021)	37
14Fotografía: Cadena, B. (2021)	37
15Fotografía: Cadena, B. (2021)	437
16Fotografía: Cadena, B. (2021)	437
17Fotografía: Cadena, B. (2021)	49
18Fotografía: Cadena, B. (2021)	49
19 Fotografía: Cadena, B. (2021)	50
20 Fotografía: Cadena, B. (2021)	50
21Fotografía: Cadena, B. (2021)	55
22Fotografía: Cadena, B. (2021)	55
23Fotografía: Cadena, B. (2021)	55

24	Fotografía: Cadena, B. (2021)	62
25	Fotografía: Cadena, B. (2021)	62
26	Fotografía: Cadena, B. (2021)	62
27	Fotografía: Cadena, B. (2021)	62
28	Fotografía: Cadena, B. (2021)	628
29	Fotografía: Cadena, B. (2021)	628

Introducción

La propuesta de intervención *Me Construyó* se trabaja a partir de la Línea 1. Procesos culturales y artísticos, de Práctica profesional I- II y Trabajo de grado. Esta busca que los jóvenes involucrados se interesen por conocer y desarrollar habilidades que les permitan fortalecer 2 aspectos fundamentales para el ser humano como lo son la *Autoestima* y el *Autoconocimiento*. De esta forma, por medio de talleres y entrenamientos, los participantes se encontrarán en la capacidad de cuestionarse a sí mismos y a su entorno desde un punto de vista crítico, lo cual le otorga al joven una visión diferente del mundo al saber preguntarse sobre asuntos que influyen en todas las áreas de desarrollo humano.

Objetivos

Objetivo general

Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: *Me Construyó* desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

Objetivos específicos

1. *Construir y trabajar* estrategias de acompañamiento para el trabajo con los jóvenes.
2. *Desarrollar* talleres y entrenamientos que les posibilite el Autoconocimiento.
3. *Estructurar* talleres y entrenamientos que les permita mejorar la Autoestima.
4. *Implementar* talleres y entrenamientos para la toma de decisiones de manera autónoma y consciente.

5. *Construir* con las jóvenes alternativas que les permitan saber quiénes son, cuál es su propósito, como lograr lo que quieren construir consigo mismos para el Bien-estar individual y colectivo.

Justificación

El ejercicio de *pensarse así mismo* es un gran logro que posibilita el Autoconocimiento en las diferentes áreas de desarrollo del ser humano: *Área Emocional, Área espiritual, Área Intelectual, Área del Físico, Área Laboral, Área Relacional y Área de la Diversión*. Esto le permite su reconocimiento mediante el desarrollo de la capacidad de elegir de manera consciente como se quiere vivir; por lo cual es importante *construir estrategias* que apoyen a los jóvenes a desarrollar un sentido crítico y de conocimiento de sí mismos desde las diferentes áreas de expresión del ser humano teniendo en cuenta los contextos de los cuales hacen parte. Todo ello con el propósito de que puedan reconocer sus *fortalezas, potencialidades, aptitudes, y actitudes*; además de asumir “los aspectos” por mejorar.

Es importante también que de manera autónoma puedan cuestionar sus *decisiones y todo lo que define la forma en cómo eligen vivir* para lo cual se plantea trabajar desde dos aspectos fundamentales: el **Autoconocimiento** y la **Autoestima**. Craig (1994) considera a la autoestima como la capacidad de verse a uno mismo con características positivas. Sumado a ello, deja en claro que los éxitos o fracasos personales bajo distintas situaciones pueden conducir a que las personas se consideren a sí mismos como perdedores o tontos. Para Craig, la Autoestima es la fuerza innata que impulsa al organismo hacia su desarrollo, que le dota de organización y direccionalidad en todas sus funciones y procesos, ya sean éstos cognitivos, emocionales o motores. Por otro lado, el psicólogo Carl Rogers a través de su teoría de la personalidad centrada en el “Yo” se interesó por el estudio del individuo en sí mismo, en la cual propone el Autoconocimiento como base de la personalidad y a cada sujeto como un ser individual y único. Es así como, se puede considerar al individuo un complejo universo de posibilidades, el cual, se encuentra en proceso de construcción y deconstrucción a partir de cada una de las características que lo definen y hacen único frente a

los demás. Esto conlleva a valorarse y respetarse como ser humano. Conocerse a sí mismo es un ejercicio que puede iniciar desde la infancia, apoyado por la familia, y posteriormente por todo el proceso de educación. Cada individuo es el artífice de su propia vida, solo es necesario ir cavando para descubrirse y así dar pinceladas a ese lienzo del que todos hacemos parte.

De esta manera, cada uno de los talleres planteados dentro del proyecto de intervención Me Construyó ofrece a los jóvenes alternativas por medio de las cuales puedan verse fortalecidos a partir del reconocimiento de sí, como seres humanos con todo un mundo a disposición el cual les ofrece un sin número de posibilidades con las que pueden lograr todo lo que se proponen, capaces de reconocer su esencia y vivir con ella frente a los demás, teniendo en cuenta que, son todas esas características las que lo hacen diferente. Esto resulta muy importante para los jóvenes, ya que, dentro de la sociedad en la cual viven, muchas veces son incapaces de reconocer las oportunidades que la vida pone a disposición del individuo para que este se cuestione y se piense así mismo. Ya sea por medio del ya mencionado sistema educativo o cada una de las enseñanzas impartidas desde los hogares, el ser humano casi por imposición social busca el reconocimiento de las demás personas, aún en sacrificio de su propio Bien-Estar.

Coincidir con seres humanos que desempeñan una labor dentro de la sociedad solo por la recompensa económica que esta ofrece, encontrarse con personas que, si bien socialmente aparentan tener la felicidad en sus vidas, todo hace parte de un espejismo ya que por dentro viven solas, vacías, en busca de saber qué realmente quieren para sus vidas, preguntándose por qué he decidido vivir de esta manera, o si realmente soy feliz; resultan ser situaciones más comunes de lo que cualquier ser humano pueda imaginar. Citando al maestro Eduardo Galeano se puede decir que “estar solo, no duele, sentirse solo es otra cosa” solos de espíritu, sabiendo que de una manera irremediable se va a concluir un ciclo en este mundo, donde en muchos casos el individuo se

encuentra con más preguntas que respuestas ya que de una extraña forma, se llega a conocer más sobre aquello que se encuentra por fuera de nuestros ojos aún por encima de eso que siempre estuvo en compañía de nosotros, incluso antes de nuestros primeros pasos. Eso que no es palpable, que no se puede observar, oler, o degustar, pero de la cual todos disponemos, unos lo llaman alma, otros aliento, consciencia o espíritu, sin importar que termino se pueda utilizar para describirlo, lo cierto es que muy pocas veces terminamos de conocer esa parte de cada uno la cual define eso que nos identifica y nos da sentido frente a la vida.

DESARROLLO DE LOS OCHO TALLERES QUE HACEN PARTE DE LA PROPUESTA ME CONSTRU"YO"

Taller N° 1

Modalidad Virtual

BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

1.1 Objetivo general

1. Presentar a los jóvenes de los grados octavo y noveno de la Institución Educativa Rosa María Henao Pavas la propuesta de intervención Me Construyó la cual busca la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.2 Objetivos específicos

1. Identificar qué conocimientos previos tienen los jóvenes sobre el Autoconocimiento y la Autoestima.
2. Desarrollar talleres y entrenamientos con los jóvenes de algunos de los grupos de la institución educativa Rosa María Henao Pavas del municipio de Sonsón, que les posibilite un primer acercamiento al tema del Autoconocimiento y la Autoestima.
3. Evaluar el de trabajo desarrollado a través de los diferentes talleres y los resultados obtenidos en su aplicación para realizar ajustes y mejoras de cara a futuras procesos de formación.

Me Construyó a través de:

1. El Autoconocimiento
2. La Autoestima

Propuesta de evaluación

- Autoevaluación cualitativa y cuantitativa a partir de los aprendizajes adquiridos.

Logros

1. Presentar la propuesta de intervención Me Construyó de manera tal, que genere en los jóvenes una invitación a comprometerse consigo en el proceso de trabajo.
2. Lograr que los jóvenes reconozcan sus cualidades, potencias, fortalezas y así puedan vivir desde lo que sí son, además identificar algunos limitantes, temores, debilidades para transformarlos.
3. Provocar interés en los participantes mediante el proceso Me Construyó para el reconocimiento y transformación para el hacer y el tener.

Materiales y Recursos

Humanos: Claudia Rincón (Tutora) Brayan Stiven Cadena (Facilitador)

intelectuales:

físicos: Lápices de colores, hojas de papel, bolígrafo, lápiz.

tecnológicos: Computador, conexión a internet.

metodológicos: Animación sociocultural

Metodología de trabajo: Animación sociocultural

Etapa 1

Presentación del proyecto de intervención Me Construyó

Etapa 2

Recolección de conocimientos previos a partir del Jamboard

Etapa 3

Planteamiento y desarrollo de la actividad lúdica “¿Y eso por qué me gusta?”

Desarrollo

Los jóvenes verán y escucharán una serie de elementos puestos en pantalla y tendrán que marcar con una “x” aquellos elementos con los que se sientan afines y posterior a ello, tendrán que exponer el ¿por qué? de su elección.

Etapa 4

Planteamiento y desarrollo de la actividad lúdica “¿Cómo Me Construyó? Autobiografía como ejemplo.

Desarrollo

Los jóvenes se darán a la tarea de escribir una pequeña autobiografía donde contarán quiénes son ellos, ¿cuáles son sus gustos, hobbies, habilidades, cualidades, temores, etc.? Posterior a ello, de manera voluntaria los estudiantes se muestran al grupo como la creación de la obra de arte más importante que existe en un Museo de Arte, como el bien máspreciado para sí mismos.

Resultados Obtenidos

Etapas inicial:

Por ser una actividad remota (a través de la virtualidad) con la cual los estudiantes no habían tenido un acercamiento previo, algunos de ellos tuvieron dificultad en asimilar ciertos contenidos que allí se compartían. No obstante, si bien gran parte de los estudiantes se encontraban ajenos a las situaciones planteadas, otro pequeño porcentaje se encontraba interesado en el desarrollo de la propuesta lo cual se veía reflejado en sus aportes dados durante el taller.
véase: <https://cutt.ly/ymcaxN2>

Durante el proceso

A medida que los jóvenes identifican el sentido de la propuesta, la participación aumentaba, tanto así que, durante el desarrollo de las actividades se redujo el tiempo dado a cada uno para exponer y de esta manera garantizar la participación de todos permitiendo que se expresaran y compartieran sus opiniones frente a los demás.

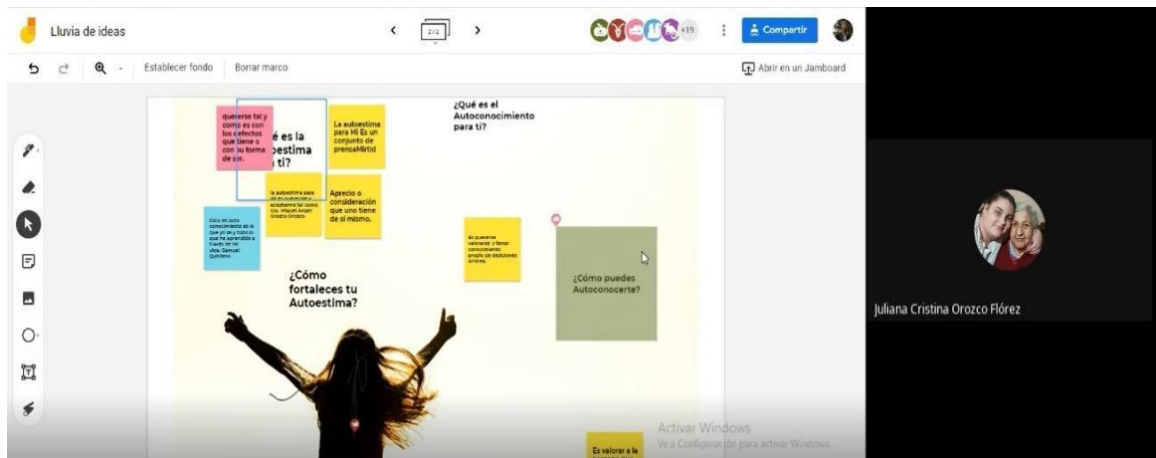
Como facilitador esto resultó ser un aspecto satisfactorio porque permitió el logro de los objetivos trazados.

Al finalizar el proceso

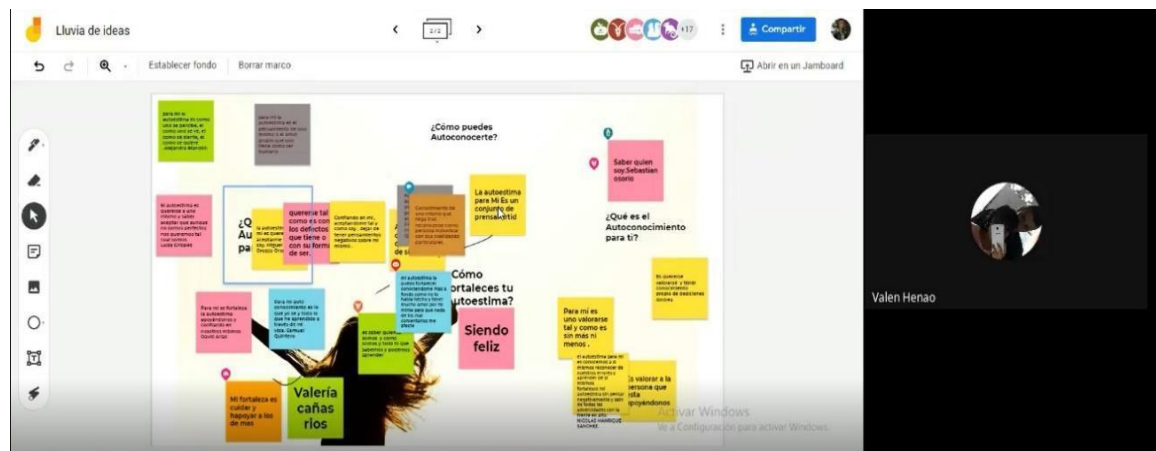
Para culminar el encuentro, se trabajó con los estudiantes en el desarrollo la actividad ¿Cómo Me Constru"Yo"? por medio de la cual se pudo evidenciar a través de los escritos desarrollados por los estudiantes el impacto del proceso desarrollado a través de los talleres ya que en los textos, mencionaban muy poco o de manera limitada los aspectos positivos que los definen; teniendo en cuenta, además, que el número de potencias que reconocían era similar o estaba por debajo de los limitantes identificados, esto me permitió reflexionar sobre la importancia de

reconocer las potencias o potencialidades que por naturaleza tienen los seres humanos, y así, elegir de manera consciente todo aquello que posibilita el desarrollo pleno del ser.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 1



1Fotografía: Cadena, B. (2021)



2Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 2

Modalidad Presencial

¿QUÉ ES EL AUTOCONOCIMIENTO?

EL AUTOCONOCIMIENTO:

El Autoconocimiento es una construcción multidimensional que se refiere a una percepción individual de uno mismo con relación a factores tales como el género y la sexualidad, la identidad cultural, el éxito académico-profesional y muchos otros. El Autoconocimiento es el conocimiento que una persona tiene de sí misma. Incluye un proceso reflexivo en el cual se adquiere noción del “yo” de lo que lo caracteriza, de sus cualidades y defectos, de sus limitaciones, necesidades, aficiones y temores.

Cuando haces preguntas tan trascendentales como: ¿quién soy? ¿Por qué estoy aquí? Y ¿a dónde voy?, estás haciendo del sendero que conduce al Autoconocimiento. Es un sendero de descubrimiento, *una aventura maravillosa que puedes emprender en cualquier instante.*

Existe la posibilidad de que un ser humano se expanda de manera consciente desde cada una de sus potencias. Para ello, es necesario que como individuo se reconozca a partir de todos los aspectos que este pueda identificar en sí, el Autoconocimiento trae consigo beneficios tales como el mejoramiento de las relaciones intra e interpersonales, aumento de la autoestima, mejor desempeño laboral y académico etc., en las diferentes áreas de desarrollo humano; por lo cual, Autoconocerse es una tarea constante que implica un trabajo diario y consciente para así obtener sus mayores frutos.

1.3 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construo "Yo" desde el "ser". Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.4 Objetivos específicos

1. Conocer qué percepción tienen los jóvenes de sí mismos y determinar si se conocen o no.
2. Desarrollo y aplicación del taller N° 1 ¿Qué es el Autoconocimiento? Como experiencia inicial de reconocimiento en la Institución Educativa Rosa María Henao Pavas.
3. Formular y desarrollar actividades didácticas y pedagógicas donde los jóvenes se cuestionen sobre qué tanto se conocen a sí mismos y cómo pueden llegar a conocerse mejor.
4. Evaluar el proceso y los resultados obtenidos con la aplicación del taller para mejoras y adecuaciones.

Me Construo "Yo" a través de:

1. El Autoconocimiento
2. La importancia del Auto-Conocimiento
3. Qué beneficios obtengo cuando me conozco desde las diferentes áreas de expansión

- *Área Emocional*
- *Área Intelectual*
- *Área del Físico*

- *Área Laboral*
- *Área Espiritual*
- *Área Relacional*
- *Área de la Diversión*

Propuesta de evaluación

- Autoevaluación cualitativa y cuantitativa a partir de los aprendizajes adquiridos.

Me Construyendo logrando:

1. Los jóvenes se acercan al ejercicio del Autoconocimiento.
2. Los jóvenes logran reconocer sus cualidades, sus potencias y fortalezas (amor, confianza, alegría, creatividad, empatía, etc.) y aquellas emociones con las que se limitan (inseguridad, miedo, maltrato, temores, baja autoestima, etc.).
3. Los jóvenes se interesan en el ejercicio Me Construyendo desde un punto de vista emocional.

Materiales y Recursos

Resma de papel, lápices de colores, marcadores, revistas, tijeras, colbón, cinta.

Metodología de trabajo: Animación sociocultural

Etapa 1

A los jóvenes se les invita a que se observen a sí mismos para que puedan verse de una manera diferente para lo cual se les entrega una hoja de papel como material de trabajo, en la cual se dibujan de la forma más detallada posible, en esta también escriben cuáles son sus cualidades, sus potencias (amor, confianza, alegría, creatividad, empatía, etc.) limitantes (inseguridad, miedo, maltrato, temores, etc.) y fortalezas en la parte emocional y física. En esta etapa es importante mencionar que los estudiantes no marcan la hoja de trabajo con su nombre.

Etapa 2

Seguido, se recogen cada uno de los trabajos con las respectivas ilustraciones con el previo consentimiento de los jóvenes. Posteriormente se leen algunas de las potencias escritas con la intención que cada persona se pueda reconocer frente a sí mismo primero y luego frente a los demás, de esta manera, a partir de saber reconocer sus cualidades, potencias (amor, confianza, alegría, creatividad, empatía, etc.) fortalezas en la parte emocional y física, además de los limitantes (inseguridad, miedo, maltrato, temores, etc.) finalmente se les invita a identificar: *¿qué es eso que me hace único y diferente?*

Etapa 3

Posteriormente se distribuyen los trabajos realizados por ellos en todo el grupo, de manera aleatoria, cada estudiante queda con un autorretrato diferente al suyo, para así, identificar quién es el compañero del autorretrato. De manera tal que después de reconocerse a mí a través del autorretrato de los elementos suficientes para que los otros me puedan reconocer.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Teniendo en cuenta que los jóvenes ya habían tenido un previo acercamiento a la experiencia del Autoconocimiento y Autoestima obteniendo resultados muy favorables, las expectativas se encontraban muy altas para el desarrollo de este primer taller presencial.

Una vez dadas las condiciones para el trabajo, se pudo percibir que los jóvenes no sabían cómo acercarse a trabajar dentro del proceso de formación, para lo cual, el docente se apoyó en algunos jóvenes que mostraron mayor confianza, para transformar las condiciones iniciales.

Tras un pequeño abrebocas a partir del cuento “El tigre y el cachorro” los jóvenes se sintieron mucho más en confianza y se dispusieron a desarrollar la actividad N° 2.

Durante el proceso:

Una vez explicado el taller, en primera instancia los jóvenes manifestaron que este no requería ninguna dificultad. No obstante, a medida que se iban desarrollando, fueron descubriendo la complejidad de los mismos lo cual les exigía un nivel de compromiso mucho mayor para su correcto desarrollo. En algunos casos restaban importancia a ciertos rasgos distintivos que poseían y con los cuales no se sentían identificados, en otros simplemente no lograban coincidir cómo se encontraban conformadas algunas partes de su cuerpo.

Poco a poco y con los jóvenes logrando identificar algunas de sus características físicas se dio paso a la segunda etapa, en la cual ya no solo identificaría rasgos físicos de su esencia, si no también potencias, valores, limitantes, etc., las cuales descubrieron en sí.

Para algunos estudiantes el desarrollo del taller resulto muy difícil ya que leerse a sí mismo desde un aspecto físico y emocional resulto ser algo complicado, razón por la cual el docente hizo uso de los recursos pedagógicos para acompañar de una manera exitosa este proceso.

Al finalizar el proceso:

Una vez socializado el ejercicio, los jóvenes se sentían apenados de compartirse frente a los demás, es importante resaltar que el ejercicio de Autoconocimiento resulta ser un complejo desarrollo de la persona donde cada mínimo detalle les hace cuestionar sobre aquello que cada uno identifica en su “ser” y considera único e importante para sí mismo. Sumado a ello, evidenciaron la importancia de conocerme tanto de una forma física a partir de lo que pueden percibir por medio de los sentidos, como emocional a través de cada una de sus experiencias.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 2



4Fotografía: Cadena, B. (2021)



3Fotografía: Cadena, B. (2021)



5Fotografía: Cadena, B. (2021)



6Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 3

Modalidad Presencial

¿CÓMO LOGRO AUTO-CONOCERME? “EL CUERPO COMO HERRAMIENTA”

Muchas veces nos dedicamos a practicar actividades deportivas con la intención de mejorar nuestra apariencia física en busca de encajar dentro de ciertos moldes socialmente instaurados. De esta forma, invertimos tiempo y dinero en ánimo de ser aceptados a partir de lo que los demás quieren ver, sin considerar valorarnos y querernos por nosotros mismos.

Dentro del ejercicio del Autoconocimiento, el cuerpo se convierte en una herramienta importante de conocimiento de sí. No obstante, el primer paso para lograr el objetivo es **reconocerlo** desde el área física y emocional a partir de cada una de sus características, que les permita reconocerse como seres únicos, con características propias. A partir del conocimiento del cuerpo y de todo lo que el expresa, el ser humano puede llegar a desplegar todo su potencial ilimitado. Este proceso invita o promueve a mantener el enfoque, mientras se reconocen e identifican aquellos aspectos o emociones con los que se limitan actualmente, dejando de expresar lo que si son.

1.5 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construyó desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.6 Objetivos específicos

1. Conocer qué percepción tienen los jóvenes de sí mismos desde el área del físico y determinar que tanto se conocen.
2. Desarrollo y aplicación del taller N° 2: ¿Cómo logré Autoconocerme? “el cuerpo como mi mayor herramienta”
3. Formular y desarrollar procesos didácticas y pedagógicas donde los jóvenes puedan reflexionar sobre qué tanto se conocen a sí mismos y cómo pueden llegar a conocerse mejor
4. Evaluar el proceso y los resultados obtenidos con la aplicación del taller para mejoras y adecuaciones.

Me Construyó a través de:

1. El Autoconocimiento
2. ¿Cómo Autoconocerme?
3. La Expresión corporal
4. El cuerpo como una herramienta multidimensional (Que afecta a diferentes aspectos) y multisensorial (Que afecta a diversos sectores.)

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó logrando:

1. Los jóvenes se acercan al ejercicio del autoconocimiento de sus cuerpos

2. Los jóvenes logran reconocer sus cualidades, sus potencias (amor, confianza, alegría, creatividad, empatía, etc.) limitantes (inseguridad, miedo, maltrato, temores, etc.) y fortalezas.
3. Los jóvenes se interesan por el ejercicio del “yo” desde un punto de vista físico

Materiales y Recursos

Vendas, Reproductor de sonido.

Metodología: Teatro (Expresión corporal)

Etapa 1:

Los jóvenes se distribuyen por el espacio elegido, formando un círculo, guardando distancia el uno del otro. Seguido de ello, se cubrirán los ojos y se realizará un pequeño calentamiento donde irán identificando cada uno las partes de su cuerpo haciendo sonido con sus cuerpos.

Etapa 2

El facilitador del proceso, reproduce diferentes ritmos musicales y les pedirá a los jóvenes que se manifiesten de forma libre frente a cada uno de los temas.

Etapa 3

Una vez se hallan reproducidos todos los ritmos, se pedirá que se retiren las vendas y que imiten una serie de movimientos donde los jóvenes interactúan con su cuerpo a partir de las indicaciones dadas por el facilitador, tales como:

- Acostarse manteniendo los brazos y piernas extendidas.
- Acariciarse el cabello
- Tocar cada una de las partes del rostro (nariz, boca, ojos etc.)

Etapa 4

Finalmente, el facilitador invita que, de manera voluntaria, cada uno de los participantes, muestre algo que pueda hacer con su cuerpo (área del físico) frente a los demás o muestre alguna característica física con la cual no se siente conforme.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Siendo este el tercer encuentro donde los jóvenes compartían espacio conmigo, el ambiente y aquellas barreras que muchas veces separan al docente con los estudiantes, se encontraban un poco más invisibles. De esta forma, rompiendo un poco el hielo a partir del cuento “La casa de los mil espejos” los jóvenes disfrutaron del espacio asignado dispuesto para el desarrollo del proceso. En este caso, los estudiantes expresaron sentirse en un ambiente de desarrollo propicio para el aprendizaje que además les permitió expresarse desde la alegría.

Durante el proceso:

Una vez explicado el objetivo de la misma, los jóvenes expresaron tener miedo de manifestarse desde el cuerpo mismo. durante el proceso se pudo percibir: algunas sonrisas, bromas y comentarios que mostraban la importancia de trabajar con los jóvenes este tipo de estrategias. Sin embargo, a medida que pasaba el tiempo y las preguntas orientadoras iban cuestionando más

al joven, la atención se lograba captar y afloraban en ellos una actitud de apertura hacia las nuevas formas de aprender. En principio sus cuerpos se encontraban tensos, ejemplos que expresan esa actitud son manos cruzadas, otros con ellas en el bolsillo, algunos recostados, no obstante, fue hermoso ver, como después de un tiempo, muchos jóvenes empezaron a identificar cada parte de su cuerpo, aceptándola, acariciándola y disfrutando de ella., a través de diferentes lenguajes como gritos, aplausos, abrazos o brincos, cada joven a su manera se identificaba y le decía al mundo ¡aquí estoy yo!

Al finalizar el proceso:

como parte del proceso identificaron en ellos características propias desde lo físico y lo emocional. Una vez expuestas al grupo, en parejas, los compañeros compartieron un sentido abrazo manifestando la importancia de reconocer y resaltar esas potencias consigo y con el mundo.

Este proceso les permitió expresar las siguientes conclusiones:

- Muchas veces necesitamos que otras personas nos digan cuales son nuestras cosas buenas para que nosotros nos lo creamos-Miguel Orozco
- La conciencia habla por sí sola-Diego Valencia
- En los pensamientos se guardan muchos misterios y muchas veces se quedan en los pensamientos-Sebastián Loaiza

Registro fotográfico del proceso del taller N° 3

7Fotografía: Cadena, B. (2021)



8Fotografía: Cadena, B. (2021)



9Fotografía: Cadena, B. (2021)



10Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 4**Modalidad Presencial****EL SENTIDO CRÍTICO-REFLEXIVO Y LA TOMA DE DECISIONES DE MANERA CONSCIENTE “HABLANDO CON MI SOMBRA”**

Hoy en día, ya sea a través de los medios de comunicación, el sistema educativo actual, o factores culturales presentes dentro de un territorio; el ser humano cada vez se preocupa menos por razonar, sensibilizarse y cuestionarse sobre su capacidad de tomar decisiones.

Formar individuos críticos y reflexivos que sean capaces de promover un pensamiento crítico de manera tal, que cuestionen los diferentes contextos sociales, se ha convertido en una labor que implica un alto nivel de compromiso. Por lo cual, se hace necesario invitar o convocar a los jóvenes a pensarse, a fortalecer su sentido crítico- reflexivo por medio del Autoconocimiento, lo cual permite que el individuo se reconozca a un nivel más consciente en las diferentes áreas de desarrollo humano. Esto conlleva a que las personas se cuestionen sobre todos aquellos aspectos que consideran relevantes para sus vidas en busca de encontrarle un significado a cada una de las decisiones que toman dentro de un contexto determinado; preguntándose el para qué de todos los aspectos emocionales, culturales, sociales y políticos, para hacer uso así del sentido crítico y su capacidad de elegir.

1.7 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construyó desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.8 Objetivos específicos

1. Conocer qué percepción tienen los jóvenes de sí mismos desde un punto de vista corporal y determinar si se conocen o no.
2. Desarrollo y aplicación del taller N° 3: “Hablando con mi sombra herramienta”.
3. Formular y desarrollar actividades didácticas y pedagógicas donde los jóvenes se puedan cuestionar sobre qué tanto se conocen a sí mismos y cómo pueden llegar a conocerse mejor.
4. Evaluar el proceso y los resultados obtenidos con la aplicación del taller para mejoras y adecuaciones.

Me Construyó a través de:

1. El Sentido Crítico-Reflexivo
2. La importancia poseer sentido Crítico-Reflexivo
3. La Expresión corporal
4. El cuerpo como una herramienta multidimensional

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó logrando:

1. Los jóvenes desarrollan el sentido crítico en su vida.
2. Los jóvenes se acercan al ejercicio del sentido crítico por medio de la expresión corporal y el encuentro consigo mismos.
3. Los jóvenes reconocen las artes escénicas como una herramienta de conocimiento físico-emocional.

Materiales y Recursos

Papel periódico, lápices de colores, marcadores, revistas, tijeras, colbón, cinta.

Metodología: Teatro (Expresión corporal)

Etapa 1:

Los estudiantes se distribuyen por el espacio asignado, una vez ubicados se disponen a realizar su autorretrato en tamaño real haciendo uso de los materiales a disposición.

Etapa 2

Luego de terminar el autorretrato, los estudiantes lo pegaran en uno de los espacios del aula. Una vez se encuentren frente a él, el facilitador invita que planteen un diálogo consigo frente a su autorretrato inicialmente de manera libre.

Etapa 3

Una vez concluido el diálogo, el facilitador expone una serie de preguntas acompañadas de una emoción la cual tendrán que expresar frente a sus “yo” ejemplo:

- ¿Te gusta el nombre que te dieron tus padres? Emoción: ira
- ¿Hay alguna razón en especial por la que vistes como lo haces? Emoción: alegría
- ¿Te gustaría cambiar algo de ti? Emoción: libre
- ¿Eres feliz actualmente? Potencia: felicidad
- ¿Vives actualmente desde el amor? Potencia: amor

Etapas 4

Una vez culminadas las preguntas, el facilitador invita a que se vuelva a desarrollar un diálogo de forma libre, esta vez contando una historia en la cual utilizaste alguna de tus potencias.

Etapas 5:

Finalmente, el facilitador promueve que, de manera voluntaria, los participantes cuenten una historia a partir de esa potencia que descubrió que tenía y desde la cual se quiere expresar en la vida.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Al estar presente en el aula de clase, a nivel personal resultó gratificante encontrar a los jóvenes con una actitud diferente, con una mayor disposición de trabajo y de asumir el proceso de trabajo propuesto, lo cual pude percibir al entrar al salón de clase. En esta ocasión, los jóvenes

estaban dispuestos a desarrollar el proceso atento a escuchar cada una de las indicaciones propuestas por el facilitador.

Tras romper el hielo con los estudiantes a través del cuento “El niño que pudo hacerlo” expresaron comentarios y opiniones sobre el cuento trabajado. Manifestando emociones tales como:

- “Las personas siempre le dicen a uno que no puede hacer las cosas”
- “Uno puede hacer lo que quiera después de que crea en uno mismo”
- “Uno mismo es quien se pone sus propios límites”

Durante el proceso:

Para los estudiantes del grado noveno este fue un ejercicio muy enriquecedor, donde mencionaron en sus propias palabras que: “resulta difícil cuestionarse a sí mismo” los resultados más satisfactorios se evidenciaron con los jóvenes del grado octavo, con quienes se trabajó por fuera de la institución educativa. En un ejercicio de completa intimidad, algunos estudiantes realizaron un proceso de interiorización profundo, donde algunos pudieron expresar emociones a través del llanto. Más importante aún, muchos se atrevieron a afrontar sus miedos frente a los demás compañeros, entendiendo que, si bien en el proceso era permitido expresar el miedo que a veces se siente y que está bien, fue necesario aclarar que las decisiones de vida no se toman desde una emoción limitante.

Al finalizar el proceso:

Una vez concluida la actividad, un gran porcentaje de los jóvenes apropiaron que, al igual que ellos mismos frente a algunas situaciones de la vida, las demás personas también tienen miedo de cuestionar y afrontar su existencia con valentía. Sumado a ello, como facilitador siento que se

logró un objetivo fundamental en el proceso y es que los jóvenes se atrevían a ser ellos mismos, reconociendo sus potencias, limitantes y todas aquellas emociones que estaban guardadas, que no reconocían y no sabían cómo gestionar.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 4



110 Fotografía: Cadena, B. (2021)



112 Fotografía: Cadena, B. (2021)



113 Fotografía: Cadena, B. (2021)



114 Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 5**Modalidad Presencial****¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE DESARROLLARLA?****“EL VALOR REAL DE MI CUERPO”**

Existe una tendencia cada vez más marcada y es la de idealizar algunos seres humanos que se han destacado por múltiples razones y esto nos hace olvidar que esos seres humanos también están en proceso de alcanzar el máximo potencial de expresión al igual que nosotros, lo cual es un imaginario que se ha instalado en la cultura. No obstante, como parte de esos imaginarios que nos acompañan desde pequeños, nos encontramos en situaciones donde idealizamos a las personas y nos vemos reflejados a partir de aquello que queremos ser.

Lo cual implica que muchas veces el individuo deje a un lado el reconocimiento y expresión de aquellas potencias (creatividad, amor, autonomía, empatía, libertad responsable, resiliencia, inteligencia, etc.) únicas que lo definen desde su esencia; razón por la cual empieza a verse reflejado en otras personas y no es capaz de reflexionar sobre sí mismo. La Autoestima, entendida como el proceso de quererse y aceptarse como se es; busca en primera instancia que el ser humano se reconozca a sí mismo como un universo infinito de posibilidades.

1.9 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construí “Yo” desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.10 Objetivos específicos

1. Resaltar la importancia de manifestar una alta Autoestima a partir de mis potencias, cualidades y habilidades que identifiqué en cada uno de ellos.
2. Desarrollar y aplicar el taller N° 5: ¿qué es la autoestima y por qué es importante desarrollarla? “cambio de cuerpo”
3. Formular y desarrollar actividades didácticas y pedagógicas donde los jóvenes tengan claro la importancia de la Autoestima en sus vidas.
4. Evaluar el proceso y los resultados obtenidos con la aplicación del taller para mejoras y adecuaciones

Me Construí “Yo” a través de:

1. La Autoestima
2. Cómo influye una baja Autoestima en mi vida
3. Qué imagen muestro frente a los demás.
4. El Autoconocimiento

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó logrando:

1. Los jóvenes reconocen el cuerpo como una herramienta multidimensional
2. Los jóvenes reconocen sus potencias como algo que me otorga gran valor frente a los demás
3. Los jóvenes reconocen sus potencias como eje principal de mi esencia.

Materiales y Recursos

Papel, lápices de colores, marcadores, lápices.

Metodología: Animación cultural

Etapa 1:

El facilitador invita a que cada uno de los estudiantes piense en ese personaje el cual consideran es un ejemplo a seguir. Ya sea por sus logros, historia de vida, o cualidades, los jóvenes tendrán en mente esa persona la cual consideran su **ídolo**.

Etapa 2

Posteriormente, el facilitador pide que los estudiantes realicen 2 retratos, por un lado, se dibuja a la persona que considere una inspiración para su vida y por el otro se elabora un autorretrato.

Etapa 3

Una vez realizados ambos retratos, el facilitador promueve a los estudiantes que escriban esas cualidades, potencias, logros, historias etc. que identifican en la otra persona. Del mismo modo, con el autorretrato.

Etapa 4

A continuación, el facilitador formula una serie de preguntas orientadoras con el objetivo de que los jóvenes se cuestionen sobre aquellas barreras psicológicas que algunas veces se autoimponen frente a los demás. Ejemplo:

- ¿Cuál consideras es la característica principal que tiene la persona que elegiste?
- ¿Consideras que esa característica lo hace mejor persona que los demás?
- ¿Cuál es esa potencia que te define?
- ¿estarías dispuesto a cambiar esa característica especial?
- ¿cambiarías de cuerpo con esa persona especial que elegiste?

Etapa 5

Por último, el facilitador invita a los jóvenes que escriban una carta a sí mismos donde sea ese personaje a quien consideran su “ídolo” quien se dirija a ellos resaltando cada una de sus potencialidades que lo definen como ser humano. En esta, el estudiante debe dirigirse a sí mismo como si aquel personaje fuera el mejor amigo de su vida, felicitándose, agradeciendo y **RESALTANDO** la importancia de tener cada una de esas potencias.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados Obtenidos

Proceso inicial:

Para este encuentro, la relación entre los jóvenes y el facilitador había avanzado positivamente. Solo fue necesario llegar al salón, para observar la actitud de los jóvenes. Resulto importante encontrarlos esperando al facilitador a la espera de compartir con él, pues en ese momento del proceso se había logrado construir un espacio de disfrute y de crecimiento mutuo.

Durante el proceso:

Durante el proceso, para algunos jóvenes resulto fácil encontrar esa figura a la cual consideraban su ídolo. Es importante resaltar que algunos jóvenes encontraron en sus padres esa figura a la cual consideran un ejemplo a seguir. Fue gratificante encontrar que dos estudiantes manifestaron que, para ellos, son ellos mismos su ídolo, esto rompió toda idea previamente planteada y me hizo pensar en cuáles son esos motivos por los que aquellos jóvenes se consideran su propio ídolo por encima de cualquier cosa. Otro ejemplo para destacar es la de una joven consideró que su mascota era su ejemplo a seguir, en este caso y en sus propias palabras las razones fueron más simples. “es fiel, no me miente, siempre está ahí y me quiere mucho”.

Al finalizar el proceso:

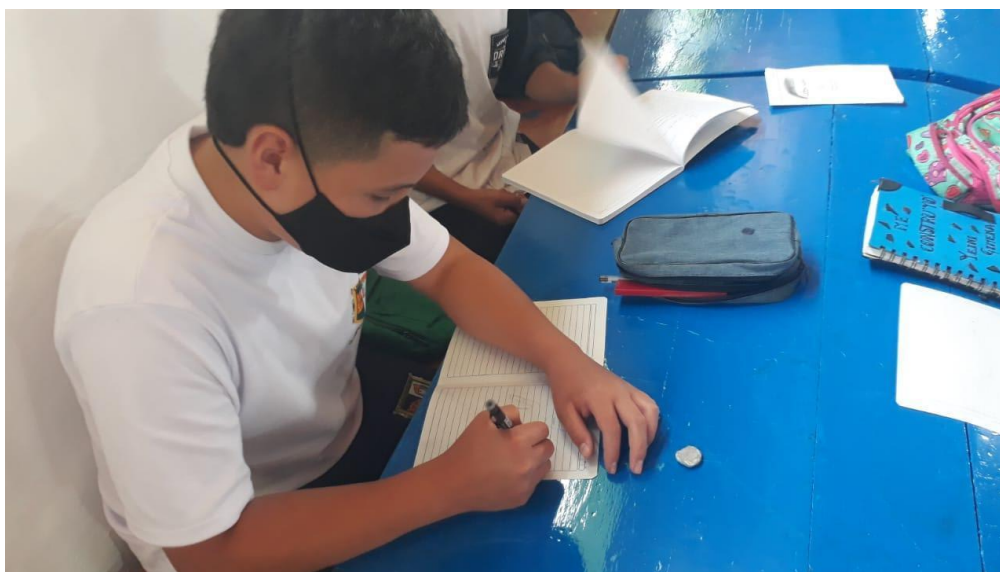
Si bien este proceso permitía que los jóvenes decidieran de forma autónoma frente a esa figura la cual consideraban su ídolo, fue a partir de las preguntas orientadoras donde los jóvenes encontraron un sentido a la misma. Se observó cómo los estudiantes encontraron que ninguna de las personas mencionadas dentro de la actividad, poseen características físicas o emocionales superiores, y que, por el contrario, al igual que ellos, sus referentes son seres humanos que también están en proceso de reconocerse y aceptarse desde lo que son. Suponer que un artista o figura pública es superior a cada uno de ellos resulta ser un pensamiento errado. Y encontrarse con respuestas de los estudiantes que promueven la disciplina y el trabajo duro por encima de todo para lograr alcanzar

algún fin, para mí como facilitador me lleva a pensar que realmente se están haciendo las cosas bien.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 5



15 Fotografía: Cadena, B. (2021)



16 Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 6

Modalidad Presencial

¿CÓMO FORTALECER MI AUTOESTIMA? “MI CAMINO DE RUTA”

No son pocas las veces en las que el ser humano se plantea preguntas que buscan encontrarle un sentido a la vida. Una de ellas resulta ser ¿yo para qué soy bueno? Muchas veces esta pregunta busca ser respondida a partir de criterios sociales, los cuales instauran en la persona la idea de creer que, si no se ocupa un lugar donde el individuo sea reconocido por los demás, sencillamente no se está haciendo nada importante con la vida. Algunos seres humanos priorizan la idea de adquirir y consumir todo aquello que en su criterio consideran puede satisfacerlos. No obstante, ya sea por desconocimiento o no, hasta ahora no se le ha dado la importancia necesaria al desarrollo del ser humano desde sus potencias. Son estas las que definen a los seres humanos y es deber de cada quien decidir hasta qué punto un individuo puede interceder sobre éstas o por otro lado, inspirar a que las mismas alcancen su máximo potencial.

Los seres humanos, como especie hacen parte de un mundo interdependiente. Es necesario contar con el apoyo de los demás para vivir en sociedad. Una sociedad en la que cada individuo ocupa un rol diferente frente a los demás, y de la cual de forma directa o indirecta nos necesitamos unos de otros.

1.11 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construyó desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.12 Objetivos específicos

1. Evidenciar cómo la Autoestima influye en todos los ámbitos de la vida.
2. Desarrollar y aplicación del taller N° 6: ¿Cómo fortalecer mi Autoestima? “Mi camino de ruta”
3. Invitar a la reflexión a partir del video titulado: “Usa bloqueador solar”

Me Construyó a través de:

1. La construcción de la Autoestima
2. En cómo influye una baja y alta Autoestima en mí
3. El valor que elijo darle de la vida
4. El trabajo en el Autoconocimiento

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó logrando:

1. Los jóvenes se interesan en reconocerse y desarrollar sus potencias
2. Los jóvenes trabajan en mejorar sus relaciones intra e interpersonales
3. Los jóvenes reconocen aquellos momentos claves que han definido su vida hasta hoy en día.

Materiales y Recursos

Papel, lápices de colores, marcadores, lápices, revistas, tijeras, colbón.

Metodología: Animación cultural

Etapa 1:

El facilitador promueve a cada uno de los estudiantes que visualice el camino de su vida, el cual, tendrá un inicio desde algún acontecimiento pasado que recuerde de su niñez, y no un final, ya que este poco a poco se irá construyendo de acuerdo al desarrollo de las siguientes etapas.

Etapa 2

Posteriormente, el facilitador invita que los estudiantes marquen en el camino o ruta de su vida, los procesos más relevantes vividos hasta el momento, por ejemplo: cuando tus padres te dieron un nombre, aquel día que te sentiste hermosa(o), que te sentiste maravilloso como eras, cuando sentiste que valías mucho, cuando ingresaste a la escuela, ganaste en alguna competencia, entre otros.

Etapa 3

Una vez realizado los pasos anteriores, los estudiantes plasmarán cada uno de los elementos con los que hasta ahora se encuentra conformado su camino de ruta. En este caso a partir de sus potencias, virtudes, valores, limitantes o personas que consideran importante para su vida. Plasmarán cada elemento como un objeto que acompañe el camino.

Etapa 4

A continuación, cada participante reconoce y determina sus potencias, cualidades y los aliados que le han ayudado y le seguirán apoyando en la construcción de su camino a lo largo del tiempo.

Etapa 5

Por último, el facilitador pide que cada uno de los asistentes comparta una reflexión sobre la construcción de su camino, teniendo presente que este aún está en proceso, identificando los posibles obstáculos que se generarán, los cambios que deberán asumir y los nuevos aliados que encontrarán en cada paso que den.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Previo al desarrollo de la actividad, los estudiantes ya se encontraban dispuestos para dar inicio a la clase. Para alivianar el ambiente se compartió el cuento “La rosa y el sapo” donde los estudiantes expusieron sus reflexiones respecto al mismo, en el cual se resaltaba la importancia de valorar a las demás personas sin importar su estatus social, educación, físico etc. este fue un buen preámbulo al desarrollo del taller “Mi camino de ruta” ya que a través del cuento, los jóvenes reflexionaron sobre la importancia que tienen los demás en nuestras vidas aún sin ser conscientes de ello.

Durante el proceso:

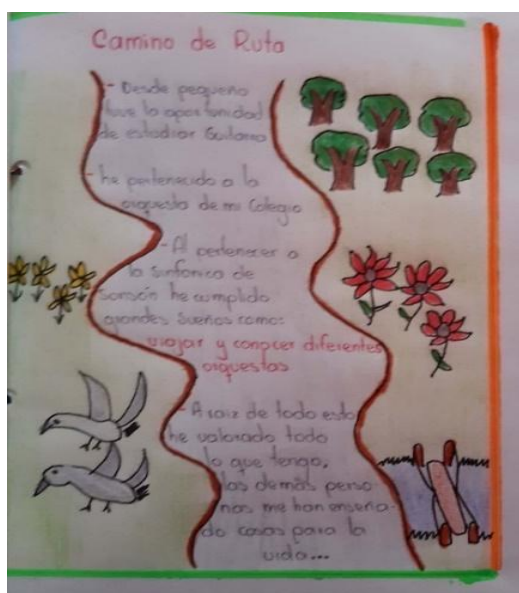
Durante la explicación y desarrollo del taller, fueron muchos los estudiantes que manifestaron que, dentro de su vida, más allá de sus familiares no existían demás personas de gran valor dentro de la misma. No obstante, a medida que se desarrollaba el proceso los jóvenes encontraron que aun cuando consideran que algunas personas no tienen ninguna relevancia en su vida, de una u otra forma estas han compartido un lugar con ellos, lo cual ha permitido en algunos casos dejar huella o por el contrario pasar desapercibidos. El simple hecho de compartir un espacio conlleva a pensar en esa otra persona. Encontrarse con que algunos jóvenes no dimensionan la importancia de los demás, sin importar que estos hagan parte de su día a día fue uno de los mejores hallazgos que pudo arrojar el proyecto de Me Construí “Yo” dado que, si bien algunos jóvenes mantenían su postura de solo considerar relevantes aquellos individuos que hacen parte de su diario vivir, habían otros que reflexionaban un poco más allá del ejercicio y

consideraban importante tener presente la labor de esas personas que sin darse cuenta los habían ayudado a transformar su carácter y los habían instruido por el camino de la vida.

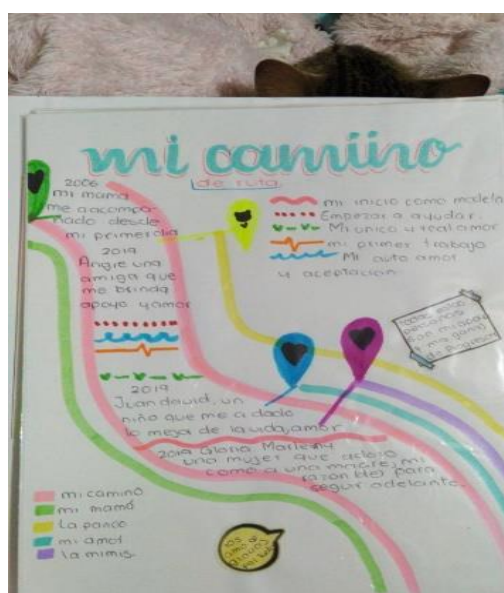
Al finalizar el proceso

Para finalizar, se propuso a los estudiantes que dentro de ese camino de ruta plasman todas esas personas que consideraban importantes para su vida, este camino tendría que ser llenado a partir de todas esas personas y momentos que habían trascendido en su vida hasta este momento. Los resultados arrojados fueron más que evidentes en cada uno de los trabajos desarrollados por los jóvenes,, dado que así como se desarrollaron caminos coloridos en donde la vegetación y fauna hacían presencia y cada uno guardaba un significado especial de acuerdo a cada persona relevante dentro de su vida, había otros caminos donde estos elementos brillaban por su ausencia, y más allá de unos cuantos momentos y personas, los jóvenes no encontraban otros referentes de gran valor dentro de su vida.

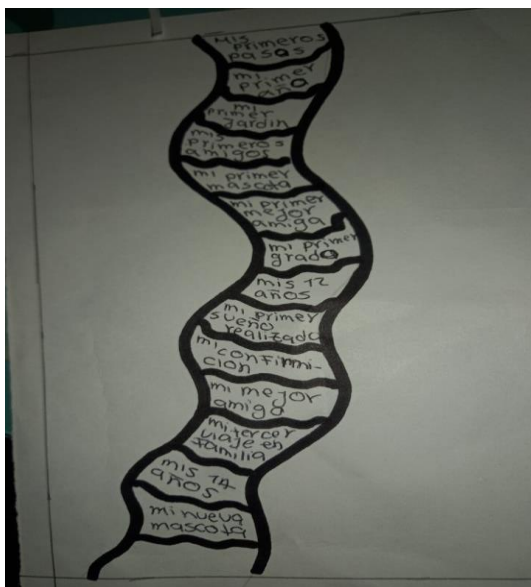
Registro fotográfico del proceso del taller N° 6



17 Fotografía: Cadena, B. (2021)



18 Fotografía: Cadena, B. (2021)



19 11 Fotografía: Cadena, B. (2021)



20 Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 7

Modalidad Presencial

¿“ME CONSTRUYO” A PARTIR DE LO QUE SÍ SOY? “LO QUE DICEN DE MI”

Escuchar comentarios como “ese corte no te queda bien” “estás muy gorda” “ese tipo de música no ayuda en nada” “tu forma de vestir es horrible” etc. Son comunes dentro de los círculos sociales. El hecho de tener una alta Autoestima, conlleva a reflexionar sobre aquellos rasgos distintivos que el individuo es capaz de identificar con sus propios medios. Es por ello que, se hace necesario saber reconocer aquellas características físicas y psicológicas que me identifican para verme fortalecido y no dejar que la opinión que tienen los demás sobre mí, afecten mi autoestima en los diferentes ámbitos de la vida.

1.13 Objetivo general

1.14 Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construyó desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.15 Objetivos específicos

1. Evidenciar cómo la Autoestima influye en todos los ámbitos de la vida para el pleno desarrollo.
2. Desarrollar y aplicar el taller N° 7: ¿“Me Construyó” a partir de lo que sí soy? “Lo que dicen de mi”
3. Socializar individual y grupal con reflexiones sobre los contenidos abordados y la experiencia vivida.

Me Construyó a través de:

1. La Autoestima
2. Cómo influye una baja y alta Autoestima en mi vida
3. Qué características definen mi esencia
4. El Autoconocimiento

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó “Yo” logrando:

1. Los jóvenes reconocen sus potencias y de esta manera aumentan su Autoestima.
2. Los jóvenes se acercan aún más tanto física como psicológicamente al ejercicio del Autoconocimiento

Materiales y Recursos

Papel, marcadores, tijeras, colchon.

Metodología: Animación sociocultural

Etapa 1:

El facilitador distribuye por el espacio diferentes palabras y comentarios que los jóvenes puedan escuchar dentro de sus círculos sociales tales como: flaco, marrano, marica, desnutrido, blancuzco, negra(o), inútil, bueno para nada etc. éstas se encuentran acompañadas de una tira de color, de la cual los jóvenes disponen cuando consideren que en algún momento han sido tratados con alguno de los términos en cuestión.

Etapa 2

Del mismo modo, el facilitador distribuye por el espacio otras palabras que los jóvenes pueden escuchar ya sea dentro de su círculo familiar, social o que ellos mismos logran identificar de sí. Tales como: eres hermoso, tienes grandes potencias, estamos orgullosos de ti, dibujas espectacular, cantas muy bello, bailas muy bien, tienes una sonrisa muy hermosa, eres muy inteligente, eres amoroso, solidario, amigable, respetuoso, empático etc.

Etapas 3

Una vez identificadas las palabras. Los jóvenes se despojan de aquellos **términos negativos** en la medida en que logren identificar algún aspecto positivo que hayan reconocido de sí mismos, o que hayan escuchado decir dentro de sus círculos sociales.

Estos se depositan en una vasija de barro puesta a disposición por el facilitador, la cual posteriormente pasa a ser quemada en presencia de los jóvenes.

Etapas 4

Una vez el joven haya seleccionado aquellas palabras con las que se identifica, se pide que, de forma voluntaria, exponga esas potencias frente a los demás, y justifique el por qué resulta más importante la potencia que lo que digan los otros.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Con el objetivo de generar un ambiente de confianza con los jóvenes, se llevó una corta historia; el famoso “Mito de la caverna” el cual pretendía que, por medio de sus múltiples interpretaciones los jóvenes encuentren en sí aquellas características ocultas más allá de las sombras; todas esas virtudes, valores y potencias que los identifican y hacen de ellos seres humanos únicos dentro de este mundo. En esta ocasión, parafraseando a Platón se hacía necesario que los estudiantes vieran más allá de sus sentidos para saber qué es lo que realmente dicen de mí.

Durante el proceso:

Desarrollando el taller, se encontró que dentro de “Lo que dicen de mí” la mayoría de características a resaltar por los demás resultan ser aspectos negativos de la persona. Fueron los mismos jóvenes quienes de una forma sincera manifestaron que aún dentro de sus círculos familiares o sociales, era difícil encontrar con individuos que resaltaran esas potencias que los caracterizan. Sin embargo, en el momento en que cada joven se confrontaba a sí mismo frente a cada una de las palabras puestas a disposición por el espacio se evidenció que más allá de todo lo que pueda decir los demás sobre los otros lo importante es que cada uno sepa reconocerse a partir su poder.

Al finalizar el proceso:

Al finalizar el proceso, fue muy importante para los jóvenes encontrar que, aún cuando se vive dentro de una sociedad empeñada en doblegar la esencia de las personas evitando que estas brillen y saque a flote todas aquellas potencias que lo invitan a llevar una vida en coherencia consigo, es necesario y resulta ser de mucha importancia tener presente todos esas características positivas que hacen presencia en el día a día e invitan a llevar una vida más allá de las sombras, en la cual no se viva a partir de lo que las demás personas suponen de los otros, sino de lo que yo, como ser humano reconozco y tomo para mi vida.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 7



21 Fotografía: Cadena, B. (2021)



22 Fotografía: Cadena, B. (2021)



23 Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 8

Modalidad Presencial

LA IMPORTANCIA DE USAR DE MANERA AUTÓNOMA EL SENTIDO CRÍTICO CONMIGO Y LOS DEMÁS “¿YA RECONOZCO MI ESENCIA CULTURAL?”

Desde la antigua Grecia, cuna de la civilización occidental, grandes pensadores como lo fueron Aristóteles, Platón, Zenón de Citio, etc. Comenzaron a desarrollar una idea para definir lo que hoy en día es conocido como ética. Esta palabra proviene del vocablo griego ETHOS, que significa acción, costumbres, hábitos, modo de ser, o carácter. Fue utilizada por primera vez por el padre de la filosofía Sócrates, el cual bajo sus propios conceptos decidió introducir a la ética un panorama moral, basándose en las conductas humanas dentro de la sociedad.

El hecho de desarrollar una ciencia que se fundamenta en estudiar y velar por la conducta humana, ha sido motivo de controversia sin importar el momento histórico en el que nos encontremos. Pensadores contemporáneos como Martín Heidegger definen al ETHOS como un lugar o morada y por ello dice que la morada o ETHOS del hombre es el “ser”.

De esta manera el debate sigue en pie, si la ética es algo estrechamente ligado con lo moral, ¿quién decide lo que es bueno o malo?, ¿en qué punto se deja el individualismo moral de la persona?

Es importante resaltar que en un mundo tan globalizado como el que encontramos hoy en día, la influencia que ejercen algunos países hacia nuestro territorio se haya acrecentado en gran medida. Esto en parte al crecimiento desmedido que ha experimentado la tecnología específicamente el área de las comunicaciones a nivel mundial.

Este hecho ha generado que, dentro de los posibles intercambios que puedan llevar a cabo una nación y otra, también influyan otros factores más allá del económico. Los intercambios culturales suponen una mirada distinta de las sociedades, ya que esto conlleva en algunos casos adoptar y en otros imponer una cultura diferente dentro de un territorio.

Estas ideas tienen un alcance diferente dependiendo el contexto dentro del cual se sitúen, no se puede comparar la ética cultural antioqueña, con la de un pueblo como el Huli Wigmen ubicada en Papúa Nueva Guinea, el cual se caracteriza por su primitiva organización social y costumbres ancestrales en comparación con el antioqueño, el cual posee una riqueza cultural que atrae propios y extraños al territorio. Todo ello sin dejar de lado el talento que se exporta constantemente hacia el exterior.

1.16 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas: Me Construyó desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.17 Objetivos específicos

1. Conocer qué percepción tienen los jóvenes de sí mismos desde un punto de vista cultural y determinar si se conocen o no a partir de lo que consumen.
2. Desarrollo y aplicación del taller N° 4: La importancia de usar de manera autónoma el sentido crítico conmigo y los demás “¿Ya reconozco mi esencia cultural?”
3. Formular y desarrollar actividades didácticas y pedagógicas dónde los jóvenes se puedan cuestionar sobre qué tanto se conocen a sí mismos y cómo pueden llegar a conocerse mejor
4. Evaluar el proceso y los resultados obtenidos con la aplicación del taller para mejoras y adecuaciones

Me Construy “Yo” a través de:

1. El Sentido Crítico-Reflexivo
2. La importancia de desarrollar el sentido Crítico-Reflexivo
3. La animación cultural
4. Alternativas culturales presentes en nuestro país.

Propuesta de evaluación

- Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Construyó logrando

1. Acercar a los jóvenes al ejercicio del sentido crítico a través de la animación cultural resaltando la importancia de conocer lo propio para consumir de manera consciente todo aquello que nos presente el entorno.
2. Incentivar a los jóvenes a que se cuestionen sobre el ¿por qué? De aquellos elementos que consumen
3. Mostrar alternativas propias del país a las cuales los jóvenes puedan acceder de manera autónoma.

Materiales y Recursos

Fotografías, tijeras, marcadores, lápices de colores, cinta.

Metodología: Animación cultural

El facilitador distribuye en el espacio diferentes fotografías de personajes de la escena pública, lugares, géneros musicales, ocupaciones, etc. tanto a nivel nacional como internacional. Cada una de las fotografías de la escena nacional posee varias “tiras” de color amarillo y las de la escena internacional “tiras” de color rojo.

Los jóvenes pueden elegir de manera autónoma y desde su propio criterio entre las categorías planteadas tanto a nivel nacional como internacional aquellos elementos con los que se sienten identificados.

Etapa 1:

El facilitador expone sobre cada categoría algunos aspectos:

- Nombre

- Ocupación
- Ubicación
- Importancia
- Especialidad etc.

Etapa 2

Cada estudiante hace un recorrido por la ruta fotográfica que planteo el facilitador en el espacio y posterior a esto elige las imágenes con las cuales se siente identificado y le gustan más, y de ellas toma una “tira” del respectivo color (amarillo y rojo)

Etapa 3

Una vez culminado el recorrido, el facilitador plantea algunas preguntas orientadoras que permiten a cada uno de los jóvenes expresar porque se identificaron con las imágenes que eligieron, ejemplo:

¿cuántos personajes, sitios, ocupaciones etc., alcanzaste a reconocer?

¿de dónde los conocías y por qué?

¿por qué te sientes identificado con ese personaje, lugar etc.?

¿A quién les gustaría conocer este lugar y por qué?

Etapa 4

Finalmente, el facilitador invita a que, de manera voluntaria, los participantes compartan su experiencia con el proceso respecto al por qué de sus decisiones.

Posteriormente se hacen las pertinentes reflexiones sobre la influencia de los otros y lo otro en nuestras decisiones, dejando de lado nuestra capacidad de decidir de manera autónoma y reflexiva.

Evaluación del proceso del taller

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Para el desarrollo del proceso se dio espacio a que los jóvenes observan cada una de las imágenes puestas a disposición sin ninguna orden en específico, de esta manera el estudiante generaría interés por saber cuáles eran esos elementos en cuestión, y qué importancia tenían para el desarrollo del taller. Esto resultó ser una estrategia muy buena, dado que muchos de los jóvenes se sentían identificados con algunas de las ilustraciones que allí se encontraban si bien no reconocían las personas o contextos de las mismas.

Durante el proceso:

Durante el desarrollo del proceso se pudo evidenciar como algunos de los estudiantes eran incapaces de identificar aquellos los personajes, lugares, profesiones y objetos de la escena local, siendo todo lo contrario con cada una de las propuestas provenientes del extranjero. Encontrar que, fácilmente los jóvenes identifican los actores, lugares e inclusive marcas provenientes de otros países, pero no distinguían ningún producto proveniente del país era una situación descabellada para algunos de ellos.

Al finalizar el proceso:

Uno de los resultados más significativos culminado el desarrollo del proceso, fue encontrar como algunos estudiantes, por una cuestión propia eran conscientes de que eran desconocedores de la realidad cultural que posee el territorio, esto reflejado en sus rostros de desconcierto y el

interés que mostraron por conocer un poco más sobre su cultura, dentro de la cual hay mucho por descubrir.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 8



13 Fotografía: Cadena, B. (2021)



24 Fotografía: Cadena, B. (2021)



26 Fotografía: Cadena, B. (2021)



27 Fotografía: Cadena, B. (2021)

Taller N° 9

Modalidad Presencial

Y AHORA... ¿CÓMO ME CONSTRUÍ DESDE EL “SER” CON LOS RECURSOS QUE RECIBÍ EN EL PROCESO DE ACOMPAÑAMIENTO?

en coherencia con el proceso desarrollado a través de la proyecto Me Construyó pensarse a sí mismo implica un reconocimiento de sí. Este desarrollo íntimo donde el ser humano se cuestiona y evalúa sobre aspectos que influyen durante todo el transcurso de su vida, lo cual es un proceso permanente. Construir y construirse hace parte de Auto conocerse.

A partir de la propuesta de intervención Me Construyó se busca que los jóvenes tengan ese primer acercamiento a conocerse a sí mismos, lo cual los incentiva a cuestionarse permanentemente comportamientos, aptitudes, y actitudes que vale la pena resaltar y otras que necesitan ser transformadas; desarrollando un sentido crítico que les ofrecen una visión diferente ellos mismos y de las cosas presentes en el entorno. De esta manera, una vez concluido el proceso de los ocho (8) talleres, los jóvenes tendrán un espacio de reflexión sobre la manera como este proceso los transformó y para qué les sirvió. Evidenciando así cuál ha sido el impacto que ha traído para sus vidas.

1.18 Objetivo general

1. Trabajar con los estudiantes de los grados octavo y noveno de la institución Educativa Rosa María Henao Pavas en el desarrollo de habilidades básicas para la vida (Autoconocimiento y Autoestima) para la construcción de un sentido crítico que les permita el ejercicio de la

autonomía para la toma de decisiones, saber quiénes son y qué quieren lograr para sus vidas:
Me Constru“Yo” desde el “ser”. Mediante el desarrollo de talleres y entrenamientos.

1.19 Objetivos específicos

1. Evidenciar de qué manera la propuesta de intervención Me Constru“Yo” ha permeado la vida de los jóvenes de los grados octavo y noveno de la Institución Educativa Rosa María Henao Pavas.
2. Desarrollo y aplicación del taller N° 8 Y ahora... ¿cómo me construí desde el “ser” con los recursos que recibí en el proceso de acompañamiento?

Me Constru“Yo” a través de:

1. ¿Qué tanto me conozco?
2. ¿Cómo se encuentra hoy en día la Autoestima y el autoconocimiento en mi vida?

Propuesta de evaluación

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Me Constru“Yo” logrando:

1. Acercamiento de los jóvenes al ejercicio del Autoconocimiento
2. Auto reconocimiento de cada una de las potencias de los jóvenes.
3. Desarrollo de una alta Autoestima
4. Mejoramiento de las relaciones Intra e interpersonales
5. Mejoramiento del desempeño académico en las diferentes áreas de aprendizaje.

Materiales y Recursos

Producto final “Me Construyó”

Metodología: Animación cultural

Etapa 1:

El facilitador propone a los jóvenes distribuir por el espacio cada uno de los trabajos desarrollados por los jóvenes a lo largo de todo el proceso de Me Construyó”

Etapa 2

El facilitador pide a los jóvenes observar cada uno de los trabajos desarrollados por los compañeros resaltando algunas características que destaquen de los mismos plasmados en el producto final

Etapa 3

Una vez concluido el recorrido el facilitador pide que cada joven tome su trabajo final y a partir de allí desarrollar algunas preguntas orientadoras como:

1. Cómo te sentiste durante el desarrollo de la propuesta de intervención Me Construyó”
2. ¿Qué aprendizajes te dejó Me Construyó”?
3. ¿Cómo te sientes Auto conociéndote mejor?
4. ¿Qué valor te darías hoy en día?
5. ¿Cambiarías algo de ti?
6. ¿Cómo se encuentra tu Autoestima hoy en día?
7. ¿Tienes algo por decirle a los demás?

Etapa 4

Una vez desarrolladas las preguntas orientadoras, el facilitador pide a cada uno de los estudiantes que compartan un abrazo con sus compañeros.

Evaluación del proceso del taller

Autoevaluación cualitativa y cuantitativa por parte del estudiante a partir de los aprendizajes adquiridos y la experiencia vivida.

Reflexiones finales con los estudiantes.

Resultados obtenidos

Proceso inicial:

Durante este último encuentro el cual tenía por objetivo conocer como el proyecto de intervención Me Construyó había tocado e influido en la vida de cada uno de los participantes, fue imposible no tener sentimientos encontrados con los jóvenes, más aún teniendo presente que, era en este momento cuando oficialmente se daba por finalizado el proceso. A partir de ello, desde un principio el espacio se encontraba abierto para que fueran los jóvenes quienes tomarán la palabra. Como de costumbre, decidí contarles una historia a los estudiantes, sin embargo, la peculiaridad es que en este caso el protagonista de la misma sería yo. Por medio de diferentes vivencias que me habían ocurrido en mi infancia, ejemplifica de forma muy personal, como el arte había transformado mi vida, siendo esta una herramienta que me había permitido conocerme a partir de mis potencias y directamente ver fortalecida mi autoestima, hasta ser el ser humano que ellos tenían frente a sus ojos.

Durante el proceso:

Este encuentro tenía por objetivo que los jóvenes se tomaran el espacio para expresarse y fue importante evidenciar que identificaron lo importante y pertinente que es para ellos el desarrollo de este tipo de iniciativas, viéndolas como un proceso de transformación a esa realidad no solo educativa sino social que viven día a día. Observar cómo los estudiantes más allá de ver en mí una figura autoritaria veían un ser humano que es UN PAR, es decir alguien que se acerque a

ellos para facilitar unas herramientas de transformación es uno de los mayores logros que se puede experimentar. Todo ello con el debido respeto con el que un ser humano debe de referirse a otro.

Al finalizar el proceso:

Para finalizar el proceso, los jóvenes tienen la palabra. Si bien, dentro de lo escrito muchos de ellos se sentían satisfechos y felices por haber sido parte del proyecto, dentro de la oralidad, resultaba ser todavía un ejercicio de gran complejidad para algunos jóvenes. Esto facilitó que se alzaran voces y manifestaran opiniones que para cualquier ser humano llenan el alma y hacen creer que existen otros caminos por medio de los cuales llegarles a los jóvenes.

A modo de anécdota puedo decir que, dentro de ese compartir de opiniones y saberes respecto al proyecto de Me Construí "Yo" uno de los jóvenes una vez culminado el ejercicio se acercó a mí a compartir todo aquello que, en el papel no era capaz de plasmar. Dando gracias porque a través de este proyecto mejoro su autoestima, siendo auténtico sin buscar la aprobación de los demás y restándole valor a todo aquello que los demás pudieran decir de él, en especial de su cabello y forma de ser. Una vez culminado el diálogo, solo bastó un abrazo para traer a mi mente aquellas palabras que en su momento mi maestra una vez me dijo "Con que toques a un solo joven ya es mucho" cuánta razón hay en esa frase.

Registro fotográfico del proceso del taller N° 9



28 Fotografía: Cadena, B. (2021)



29 Fotografía: Cadena, B. (2021)

METAS Y LOGROS

1. Invitar a los jóvenes al ejercicio del Autoconocimiento y la Autoestima
2. Fomentar el desarrollo de sentido crítico frente a sí mismos y sus vidas.
3. Aumento de los niveles de Autoestima en los jóvenes
4. Mejoramiento de las relaciones Intra e interpersonales
5. Mejoramiento del desempeño personal, académico, social, familiar y demás.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividad	N° de horas	Fecha	Semana	Municipio	Firma del estudiante
1. Presentación de la propuesta de intervención Me Construyó a los jóvenes (desde la virtualidad)		Del 8 al 12 de marzo	Semana 1	Sonsón	Brayan Cadena
2. Taller N°1: ¿Qué es el Autoconocimiento?		5 y 9 de abril	Semana 2	Sonsón	Brayan Cadena
3. Taller N° 2: ¿Cómo logro Autoconocerme? “El cuerpo como herramienta”		12 y 14 de abril	Semana 3	Sonsón	Brayan Cadena
4. Taller N° 3: El Sentido Crítico-Reflexivo y la toma de decisiones de manera consciente “Hablando con mi sombra”		19 y 21 de abril	Semana 4	Sonsón	Brayan Cadena
5. Taller N° 4: La importancia de usar de manera autónoma el Sentido Crítico conmigo los demás “¿Ya reconozco mi esencia cultural?”		26 y 29 de abril	Semana 5	Sonsón	Brayan Cadena

6. Taller N° 5: ¿Qué es la Autoestima y por qué es importante desarrollarla? “El valor de mi cuerpo”		3 y 7 de mayo	Semana 6	Sonsón	Brayan Cadena
7. Taller N° 6: ¿Cómo fortalecer mi autoestima? “Mi camino de ruta”		10 y 14 de mayo	Semana 7	Sonsón	Brayan Cadena
8. Taller N° 7: “Me Construí Yo” a partir de lo que sí Soy “Lo que dicen de mí”		17 y 21 de mayo	Semana 8	Sonsón	Brayan Cadena
9. Taller N° 8: ...Y ahora... ¿Cómo me construí desde el “ser” con los recursos que recibí en el proceso de acompañamiento?		24 y 28 de mayo	Semana 11	Sonsón	Brayan Cadena
10. Reunión con los estudiantes para evaluar el proceso de acompañamiento, los resultados obtenidos y tomar algunos testimonios 11. Reunión con la docente asesora para evaluar el Trabajo de Practica Profesional II		01 de junio	Semana 12	Sonsón	Brayan Cadena

METODOLOGÍA DE TRABAJO

Como estrategia metodológica para el desarrollo de la propuesta de intervención se trabajó con la *ANIMACIÓN CULTURAL* como parte de los paradigmas de la Gestión Cultural, la cual en palabras del sociólogo, filósofo y ensayista argentino Ezequiel Ander-Egg es entendida como: *"Un conjunto de técnicas sociales que, basadas en una pedagogía participativa, tiene por finalidad promover prácticas y actividades voluntarias, que, con la participación activa de la gente, se desarrollan en el seno de un grupo o comunidad determinada, y se manifiesta en los diferentes ámbitos del desarrollo de la calidad de vida"*.

Con base en las *herramientas y conocimientos que he apropiado del Pregrado en Gestión Cultural*, y en mi formación *como Recreacionista y animador*.

Con la propuesta metodológica busco *utilizar e implementar* todos aquellos medios de los que dispongo, para proponer a los jóvenes nuevas formas de ENTENDER Y ASUMIR la vida.

Utilizando además de las *artes y el acompañamiento con didácticas y herramientas pedagógicas*, que den nuevas posibilidades de transformarse a sí mismos, a su entorno y generar mejores condiciones de vida.

POBLACIÓN PARTICIPANTE

Para el desarrollo de la Propuesta de Intervención, se trabaja *con jóvenes (70 aproximadamente) de los grados octavo y noveno de la Institución Educativa Rosa María Henao Pavas.*

Con base en los datos arrojados desde el área de convivencia de la Institución, se ha podido evidenciar que, son estos grupos quienes poseen el mayor porcentaje de deserción y bajo rendimiento académico.

La propuesta de intervención “Me Construyó” trabajó con esta población en conflicto, (jóvenes entre 12 y 16 años), a los cuales se les ofrece posibilidades diferentes para que puedan lograr el *autorreconocimiento y la autoestima.*

Pensarse no solo desde un *sentido individual, sino también grupal*, para *mejorar sus relaciones intra e interpersonal* y las condiciones de vida consigo mismos, con la familia, dentro del colegio y por supuesto en la sociedad.

POBLACIÓN BENEFICIARIA

Toda la comunidad educativa de la Institución, el municipio de Sonsón y la comunidad en general.

CONCLUSIONES

Al nacer nadie sabe qué será de nosotros, muchos soñamos con ser super héroes, astronautas o algún personaje muy importante para la historia de la humanidad, la vida es un azar que día a día se debe afrontar buscando alcanzar las metas que cada uno se ha propuesto.

Siempre he tenido la certeza de que si te pones objetivos y trabajas con disciplina y dedicación los alcanzarás, y así fue, llegue de muy lejos, deje mi ciudad natal con el propósito ser una gran persona y enorgullecer a todas aquellos que de una u otra forma me apoyaban e instruían por el camino del bien, y sí así fue. Hoy, a puertas de culminar mi formación como gestor cultural de la universidad de Antioquia, uno de los aspectos que más me llevan de alegría, es haberme permitido ser parte y servir de ejemplo dentro del mundo de la docencia, poder inspirar a las nuevas generaciones, observar cómo estos expresan sus emociones y sentimientos y evidenciar como se puede hacer parte de todo ese proceso me llena de una total felicidad, amo lo que hago y lo seguiré haciendo, ser parte del crecimiento personal de los demás es el motor que me impulsa a continuar.

Se que yo, al igual que todo ser humano aún estoy en proceso de crecimiento, auto descubriéndome y experimentando nuevas emociones, por lo cual, este no es un final si no la culminación de un proceso dentro de mi corta vida. Una pequeña parte de ella, la cual me impulsará para seguir caminando hasta donde me lleve el tiempo. ¡Recuerda! amate, ama y enseña a amar.

REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Arándiga Antonio Vallés, Vallés Tortosa Consol, Programa de solución de Conflictos

Interpersonales III, Método EOS, Madrid, 2005.

Mind the Gap, Guía Metodológica para el Desarrollo de las Habilidades Sociales, Europa (2008).

Mejia, Adriana, Garcia Lenore, Soto Dario, Manual para jóvenes facilitadores, Estados Unidos,

(2011).