

# Proyecto de vida y su relación con la construcción de paz

Luz Adriana Aldana • Luisa Fernanda Ramírez



**Primera edición: septiembre de 2019**

**ISBN (impreso) 978-958-8687-88-9**

**ISBN (digital) 978-958-8687-89-6**

© Luz Adriana Aldana y Luisa Fernanda Ramírez

© **Derechos reservados. Grupo Interuniversitario Investigare. Policía Nacional de Colombia, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y Universidad Antonio Nariño.**

**Coordinación editorial:** Lorena Ruíz Serna

**Corrección de estilo:** Jaime Sánchez Medina

**Ilustraciones:** Karina H. Álvarez

**Diseño y diagramación:** Héctor Suárez

**Impresión:** Pictograma

### **Impreso en Colombia. Printed in Colombia**

Esta publicación es producto del proyecto de investigación “Modelo de acciones para el restablecimiento de los derechos, la construcción de paz y reconciliación de poblaciones en situación de vulnerabilidad en contexto de posconflicto” código 2015014, financiado por el **Grupo Interuniversitario Investigare** conformado por la Policía Nacional de Colombia, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y la Universidad Antonio Nariño. El proceso editorial fue coordinado por el Fondo Editorial de la Universidad Antonio Nariño.

Los textos publicados son responsabilidad de las autoras y no comprometen al grupo interuniversitario Investigare.

Hecho el depósito legal que exige la Ley.

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida parcial ni totalmente. Tampoco puede ser parte ni estar registrada o ser transmitida por cualquier tipo de sistema de recuperación de información, en ninguna forma o medio (ya sea mecánico, magnético, fotoquímico, electrónico, fotocopia, etcétera) sin el permiso previo y por escrito del Grupo Interuniversitario Investigare.



# Contenido

<b>Presentación</b>	4
<b>1. Proyecto de vida en el ámbito escolar</b>	8
1.1 Objetivos	8
1.2 Desarrollo del tema	8
a. ¿Qué es un proyecto de vida?	8
b. El proyecto de vida y su articulación con el ámbito escolar	10
c. Guía práctica	12
<b>2. Descubriendo mis habilidades</b>	16
2.1 Objetivo	16
2.2 Desarrollo del tema	16
a. Mis habilidades en la construcción del proyecto de vida	16
b. Habilidades para la vida	16
c. Potenciar habilidades para el proyecto de vida	19
d. Guía práctica	20
<b>3. Reconocimiento de Sueños e Ideales</b>	24
3.1 Objetivo	24
3.2 Desarrollo del tema desde los sueños e ideales	24
a. Sueños e ideales desde diferentes niveles	25
b. Guía práctica	26
<b>4. El proyecto de vida y su incidencia en la construcción de paz</b>	29
4.1 Objetivo	29
4.2 Desarrollo del tema	29
a. Concepto de paz	29
b. Cómo construir paz desde mi proyecto de vida	29
c. Construcción de paz en el ámbito escolar	30
d. Guía práctica	32
<b>Glosario</b>	34
<b>Referencias</b>	35

# Presentación

---



---

## “NO HAY ENSEÑANZA SIN INVESTIGACIÓN”

Paulo Freire

El desarrollo del siguiente módulo se ha basado en el trabajo de dos años de docentes investigadores del Grupo Interuniversitario – INVESTIGARE – en torno a la educación para la paz como una necesidad no solo coyuntural por la que atraviesa el país, sino por la importancia de generar cultura de paz desde los diferentes espacios donde el sujeto se relaciona. Así mismo, y teniendo en cuenta el Decreto 1038 de 2015, se generan estrategias para ser trabajadas en el ámbito escolar y que permitan fortalecer los procesos alrededor de la formación del sujeto.

Este cartilla se ha diseñado como herramienta para que los docentes y formadores en el ámbito escolar adquieran elementos relacionados con el proyecto de vida en la construcción de paz y lo puedan desarrollar con los niños, niñas y jóvenes de básica secundaria en los espacios formativos que se consideren. Con el ánimo de fortalecer los espacios alrededor de la cátedra para la paz, esta cartilla propone acercarse a las realidades de los estudiantes, mediante sus apuestas, sus capacidades, sus miedos e ideales de vida, así como poder hacer práctico el papel fundamental de construir paz a partir de las decisiones, proyecciones y oportunidades que se tomen.

A continuación, encontrará dos secciones: La primera, se presenta la guía propuesta de cuatro unidades temáticas para trabajar con los estudiantes. Dichas unidades, abordan un tema específico a través de una estructura para ser trabajado con los estudiantes en los espacios que se consideren pertinentes, y en la segunda, que presenta un glosario general de los conceptos básicos relacionados a las temáticas a desarrollar.

Alentamos a los formadores a centrar los esfuerzos en el aprendizaje, en el otro, en la construcción colectiva y en la experiencia que tienen tanto formadores como quienes están en proceso de formación.

Continuamos en la tarea de aprender para ser agentes de paz.

Muchas gracias.



Antes de iniciar el desarrollo de las actividades propuestas en esta cartilla, sugerimos realizar un diagnóstico breve del grupo con el que se trabajará, de manera que se pueda tener un balance sobre quiénes son, cuáles son sus intereses y sus saberes frente a lo que se pretende profundizar en esta cartilla.

Es así que se puede hacer uso de las siguientes preguntas, con diferentes técnicas que describimos a continuación:

1. Edad de los participantes.
2. Lugar de nacimiento.
3. Lugar donde viven, residen, comparten en el día, el fin de semana, entre semana.
4. Con quiénes viven.
5. ¿Son hijos únicos? ¿Tienen hermanos/as?
6. ¿Qué tipo de música les gusta?
7. ¿Qué series de televisión y películas les gusta? ¿Cuánto tiempo le dedican?
8. ¿Qué los hace felices?
9. ¿Qué los pone triste, furiosos?
10. ¿A qué lugares han viajado y quisieran volver? ¿A qué lugar quisieran viajar?
11. ¿Qué lugares los hace sentir tranquilos?
12. ¿Qué idiomas les gustaría aprender o cuáles saben?
13. ¿Qué libros les ha gustado o les gustaría leer?
14. ¿Qué actividades recreativas les gusta realizar (teatro, cine, montar patineta o cicla, practicar deportes, interpretar algún instrumento)?

15. ¿Les gusta compartir con otros o prefieren la soledad?
16. ¿Cuentan con alguien para solucionar sus problemas?
17. ¿Qué les gustaría estudiar o hacer cuando culminen el colegio?
18. ¿Cómo ven su vida en 10 años?
19. ¿Qué les genera confianza realizar generalmente (Deporte, hablar en público, ayudar a otro, dirigir, obedecer, compartir con otros, estar solo, se pueden incluir más)?

Las preguntas orientadoras, según la sesión que quiera desarrollar, podría abordarlas en el orden y cantidad que considere pertinente. Ello depende de qué tanto conoce el grupo con el que va a trabajar.

Por otra parte, les sugerimos algunas maneras de cómo desarrollar dicho diagnóstico. Ten en cuenta el tamaño del grupo, la edad de los educandos, el tiempo y recursos disponibles:

1. **La línea Amarilla:** Demarca una línea visible en el centro del salón (puede ser con cinta, pintada o como consideres). Ubica a los estudiantes de lado y lado de la línea a una distancia prudente de la misma. Indicarás que se acercarán a la línea las personas que cumplan con la pregunta o condición que anuncies. Así como ellos y tú se van conociendo. **Ejemplo:** Acérquense a la línea los que tengan entre 15 y 18 años. Luego pueden retirarse. El docente volverá a indicar, acérquense a quiénes les guste las películas de ficción, y así sucesivamente.
2. **Tingo-Tingo-Vida:** Pedir a los estudiantes que caminen indiscriminadamente por el salón y usando una pelota o algún objeto significativo, que podrá ser usado como el Tótem de la palabra, se la pasarán de persona a persona. Al mismo tiempo alguien dirá “tingo-tingo” y cuando diga “Vida”, quien quede con el objeto, responderá alguna de las preguntas que considere el docente.
3. **Sondeo grupal:** El docente pide levantar la mano o ponerse de pie a los que cumplan con la condición de la pregunta que se haga. Ejemplo: Levántense los que son nacidos en Bogotá. Levanten la mano quienes practican algún deporte, los que quisieran viajar a un lugar de Europa, etc.
4. **Ronda de pregunta:** Con antelación, el docente anotará una o dos preguntas en diferentes papeles y los pegará debajo del puesto de cada estudiante o del lugar donde se vayan a ubicar. Luego de que estén ubicados los estudiantes, se les pide que tomen el papel y respondan la pregunta planteada. Luego se socializan las respuestas.

# 1. Proyecto de vida en el ámbito escolar

## 1.1 Objetivo

Dar a los docentes herramientas teórico-prácticas que permitan potencializar habilidades y capacidades en los estudiantes para fortalecer el proyecto de vida.

## 1.2 Desarrollo del tema

### a. ¿Qué es un proyecto de vida?

Para comenzar, se retomará la importancia del proyecto de vida en la consolidación de los sujetos sociales, los cuales se ven permeados por diferentes escenarios y dimensiones de su cotidianidad, de esta manera es relevante enfatizar en la conceptualización del proyecto de vida y cómo este toma sentido en el ser.

Rodríguez (1999) refiere que

*El proyecto de vida es un compromiso permanente entre sus aspiraciones, sus intereses, sus sistemas de valores y de representaciones a los que se refiere continuamente y los medios de que dispone. Las estructuras sociales de las que depende, la manipulación de que es objeto y las posibilidades de cambio que le permitirán modificar su situación* (Citado en Romero, 2004, p. 338).

De tal forma el proyecto de vida no es estático ni lineal, por el contrario es una permanente reflexión acerca de sí mismo y su relación con el entorno social.

En este sentido, Romero considera que

*el proyecto es una construcción activa, en el que se trabaja sobre uno, se expresa la imagen de sí mismo, que implica la adquisición de una serie de conocimientos, habilidades y actitudes, que requiere un proceso previo de exploración, decisión, formulación de objetivos, que se concreta en un plan de acción y genera desarrollo personal* (Romero 2004, pp. 338, 339).

El proyecto es una construcción permanente que se desarrolla a lo largo de la vida, ya que la persona está en constante búsqueda del sentido de su vida en relación con su forma de ser, sus relaciones con su contexto, las situaciones de su entorno, la influencia de su pasado, lo que desea y lo que espera para su futuro (Romero, 2004).

Es así como el proyecto de vida tiene un carácter colectivo y social que, según Romero (2004), se expresa en varios sentidos:



- El proyecto de vida se desarrolla a partir de vivencias en un contexto determinado.
- Se facilita el proceso de construcción mediante el trabajo en grupo, en el que se comparten experiencias y vivencias y, a partir de ello se puede hacer una mejor comprensión de su situación personal.
- Toma de conciencia colectiva en relación a oportunidades, limitaciones, características de los contextos en los que está inmersa la persona, lo cual puede aportar a la planificación de acciones de lucha frente a estos factores.

## Componentes del proyecto de vida

Según D'Angelo (2000), los componentes del proyecto de vida son los siguientes:

- Situación de experiencia personal:
  - eventos vitales e historia personal - preocupaciones vitales - satisfacción vital
  - empleo del tiempo.
- Sentido de vida (orientaciones valorativas e ideales vitales) y orientaciones vitales de la personalidad (hacia diferentes esferas de la vida: desde la sentimental-amorosa, la socio-política, la cultural-recreativa, hasta la profesional).
- Planes vitales personales (profesionales y en otras esferas).
- Recursos de la personalidad (metacognitivos -autorreflexión personal-, estrategias de elección de las metas personales, procesos adaptativos y propositivos, autodeterminación personal, sentido personal y conflictos, autovaloración, mecanismos de defensa o adaptativos, capacidades.

Es así como se evidencia que el proyecto de vida:

*Es la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, la configuración, conte-*

*nido y dirección del Proyecto de Vida, por su naturaleza, origen y destino están vinculados a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros, abiertos a la definición de su lugar y tareas en una determinada sociedad (D'Angelo, 2000, p. 3).*

A partir de esto es importante hacer énfasis en cómo el proyecto de vida es una construcción constante de los individuos, en donde convergen relaciones, escenarios y vivencias que tienen incidencia en la configuración de estos, lo cual determina los aportes que se pueden generar en la construcción de paz desde el papel que juegan en la sociedad.

## **b. El proyecto de vida y su articulación con el ámbito escolar**

Al evidenciar la relevancia del proyecto de vida en los individuos, en relación con el entorno social, cabe resaltar que los escenarios de crecimiento y desarrollo inciden directamente en su configuración.

Es así, como uno de estos escenarios es la escuela, la cual brinda herramientas pedagógicas, académicas y formativas que interfieren en una edad importante de la vida de los seres humanos y permite transformaciones significativas en

estos. Es por ello que la escuela es entendida como un espacio de socialización en donde la participación de todos permite la construcción de relaciones mediadas por el diálogo, compromiso y la escucha, en donde confluyen niñas, niños y adultos compartiendo sus saberes sociales, culturales y políticos, permitiendo que este sea “un lugar de infinitas posibilidades culturales, lingüísticas, sociales, estéticas, éticas, políticas y económicas. Un lugar de práctica ética y política, un terreno de aprendizaje democrático. Un lugar de investigación y creatividad, convivencia y placer, pensamiento crítico y emancipación” (Sensat, 2005, p. 12).

Por consiguiente, al reconocer el papel trascendental de la escuela, se evidencia que esta tiene implicaciones directas en el proyecto de vida de los estudiantes que comparten este ámbito escolar, debido a que es un lugar en donde se da un intercambio de conocimientos y se establecen una serie de relaciones. De esta manera se puede enfatizar en:

*El interés pedagógico de semejante perspectiva puede ser importante, en tanto provee de una comprensión holística, dinámica y contradictoria de las articulaciones complejas del individuo y su contexto social mediato e inmediato; perspectiva en que las acciones educativas tienen que tomar el referente de los proce-*

*... sos psicológicos que se recortan en la dinámica mayor de las situaciones sociales y de las condiciones de la praxis individual-social (D'Angelo, 2000, p. 3).*

Es por esto que desde los ámbitos escolares se aporta a la construcción de los proyectos de vida de los estudiantes, debido a que por medio de las herramientas que se brindan se genera el reconocimiento de potencialidades individuales y colectivas para el desarrollo en la escuela y la sociedad.

El docente como mediador tiene un papel importante en el proceso enseñanza-aprendizaje, de manera que su quehacer pedagógico es vital para la toma de decisiones de los estudiantes, ya que ello incentiva un modo de relacionarse en la vida de los educandos.

Es por ello que queremos plasmar algunos aspectos que caracterizan las prácticas pedagógicas y cómo ello trasciende en la proyección del adolescente:

Como Docente ¿Dónde se ubica?

Prácticas tradicionales	Prácticas reflexivo-creativo
¿Todo el tiempo estimo la memoria en los estudiantes, respecto a sus contenidos?	¿Estimo el análisis de problemas y sus posibles soluciones?
¿Utilizo frecuentemente herramientas que favorecen el trabajo individual en el aula?	¿Utilizo frecuentemente herramientas que estimulan el trabajo en equipo? ¿En el aula? ¿Fuera de ella?
¿Imparto siempre instrucciones, teniendo en cuenta solo mi criterio?	¿Articulo los intereses y habilidades de los adolescentes para dar las instrucciones que deban impartirse?
¿Centro la práctica en la enseñanza?	¿Centro la práctica en el aprendizaje?
¿Ante un conflicto, busco la solución y se la digo a los estudiantes?	¿Motivo el diálogo entre los involucrados, al presentarse un conflicto?
¿Desarrollo los contenidos sin buscar la relación con la cotidianidad y habilidad de los estudiantes?	¿Relaciono frecuentemente la cotidianidad del estudiante en el desarrollo de los contenidos?
A partir de las anteriores preguntas de este enfoque, ¿Cómo potencio las habilidades de los estudiantes?	¿Cómo potencio las habilidades de los estudiantes?
Estas prácticas, de manera frecuente, limitan la autonomía y construcción del estudiante como sujeto. Privilegia la repetición de contenidos, por lo que redundan en sus ideales de vida.	Estas prácticas se acercan a la promoción y fortalecimiento de las capacidades de los estudiantes como sujetos autónomos, reflexivos, creativos y cooperativos.

## c. Guía práctica

### El árbol de la vida – Sembrando futuro

El árbol de la vida se convierte en una herramienta para que los docentes, desde el ámbito escolar, generen reflexiones en los niños, niñas y jóvenes sobre la importancia de planear y diseñar un proyecto de vida integrando metas, anhelos, visiones y misiones, reconociendo los recursos con los que cuentan para llegar a cumplir cada uno de los aspectos trazados.

#### ¿Qué debe tener en cuenta?

Es importante reconocer que el árbol de la vida lo puede implementar teniendo en cuenta las características del grupo al que lo vaya a dirigir, en donde usted también puede generar alternativas reconociendo el tiempo, el espacio y los recursos con los que se cuenta al momento de llevar a cabo la construcción de este árbol.

#### ¿Cómo desarrollarlo?

Antes, recuerda que puede utilizar los materiales que quiera, desde pliegos de cartulina hasta una hoja de cuaderno, el árbol puede estar decorado, coloreado o simplemente dibujado, es más, esto lo puedes concertar con anterioridad. Lo importante es que utilice los recursos con los que cuenta y haga del árbol la vida una reflexión para todos los que lo realicen.

Tiempo aproximado: 1 hora y 30 minutos.

Para empezar, pide a los participantes que elaboren un árbol con los materiales que dispongan, mientras esto sucede se pueden generar espacios de diálogo e intercambio de experiencias para así generar un ambiente de confianza y cohesión entre los participantes.



Luego, al haber terminado de plasmar el árbol de la vida, cada uno de los participantes tendrá la posibilidad de ponerle el nombre con el que mejor pueda describir los planes y metas que tiene, esto propicia un acercamiento entre el niño, niña o joven y su árbol de la vida.

Al haber terminado esto, tendrá que guiar a los estudiantes a que se hagan las siguientes preguntas:

- ¿Qué le da sentido a mi vida? ¿Qué es lo fundamental en mi vida?
- ¿Cuáles son mis anhelos?
- ¿Qué significa para mí el proyecto de vida?
- ¿Qué cosas bonitas tengo para dar?
- ¿Qué capacidades y habilidades tengo?
- ¿Cuáles son mis debilidades?
- ¿Cuáles han sido mis logros?
- ¿Cómo quiero actuar en mi día a día?
- ¿Quién quiero ser en 5, 10 y 20 años?

Las respuestas de estas preguntas deben ser plasmadas en el árbol de la vida en el lugar que mejor les parezca. Para responder cada una de las preguntas se debe dar

un tiempo prudencial para así generar que las respuestas sean desde la reflexión y la concienciación verdadera sobre qué quieren los participantes para su vida.

Al terminar esto, puede pedir que algunos de los participantes compartan sus respuestas en el grupo, o entre compañeros, esto lo puede elegir usted, teniendo en cuenta el tiempo y el ambiente en el que se esté generando la construcción del árbol.

Finalmente, se puede generar una reflexión frente al espacio compartido, donde se reconozca la importancia de la construcción y construcción de un proyecto de vida debido a que esto tiene que ver con lo que las personas son, quieren ser y hacer, qué quiere para su futuro y cómo los esfuerzos, los compromisos y la perseverancia permiten llegar a cumplir con cada cosa que se planea para el futuro. Esta reflexión también puede estar mediada por las respuestas dadas en el grupo, el ambiente que se genere y los aportes que los niños, niñas y jóvenes puedan hacer frente al encuentro que se realizó.



## Mi Libreta Viajera

Reconociendo que las construcciones de los proyectos de vida son diferentes en cada persona, y que este se ve mediado por las diferentes historias y experiencias cotidianas de los niños, niñas y jóvenes, desde Mi Libreta Viajera se puede generar que en los ámbitos escolares se originen elementos para el fortalecimiento del proyecto de vida.

## ¿Cómo desarrollarlo?

Tiempo aproximado: Para llegar a los acuerdos necesarios necesitarás de 1 hora aproximadamente, luego de esto, en el diligenciamiento de la libreta viajera, cada

niño, niña o joven puede utilizar el tiempo que crean necesario.

Para empezar, debes tener en cuenta que la libreta viajera puede ser trabajada por los mismos niños, niñas y jóvenes con materiales reciclables, como hojas reutilizables, cuadernos que no fueron utilizados en su totalidad, entre otros elementos que creas que serían de utilidad.

Luego de que cada niño, niña o joven cuente con la libreta viajera llegarán al acuerdo de cómo será diligenciada, puede ser diariamente, semanalmente, quincenalmente, como mejor les parezca, pero siempre y cuando el acuerdo sea cumplido por la totalidad de los participantes.

La idea que se tiene con la libreta viajera es plasmar esos sueños, metas, ideales, pensamientos y demás que se tienen para un futuro a corto, mediano y largo plazo. Esto puede ser plasmado por medio de dibujos, letras, símbolos y demás; en donde se pueden tener los compromisos o los pasos que se deben tener en cuenta para poder llegar a cumplir cada cosa que se plasme.

Esto podrá generar que los niños, niñas y jóvenes reconozcan la importancia de trazarse planes que aporten a su proyecto de vida, en donde además se podrán potenciar sus habilidades artísticas, comunicativas y de escritura formulando estrategias y sueños para llegar a ser quienes pretenden ser en el futuro.

## Para retroalimentar

En mesa redonda, distribuye papeles pequeños a cada participante y en el tablero ubica una imagen de semáforo (puedes imprimirlo, construirlo, proyectarlo). Pídele que anoten en uno de los papeles, los aprendizajes, las emociones positivas que les generó la actividad o lo que más les gustó; en otro papel que pongan los aspectos que consideran pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad o sentimientos negativos; y en un tercer papel que anoten lo que les gustaría se profundizara o trabajara con mayor detenimiento en otros espacios y cómo les gustaría que se realizara.

Una vez hayan realizado sus anotaciones, se les invita a que voluntariamente las lean y sean colocadas de la siguiente manera:

- En la luz verde del semáforo: los aprendizajes, las emociones positivas, etc.
- En la luz amarilla del semáforo: lo que les gustaría que se profundizara o trabajara con mayor detenimiento.
- En la luz roja: los aspectos que consideran pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad.



## 2. Descubriendo mis habilidades

### 2.1 Objetivo

Posibilitar a los docentes herramientas para el reconocimiento de las habilidades de los estudiantes en la construcción del proyecto de vida con el fin de potenciarlas en el ámbito escolar.

### 2.2 Desarrollo del tema

#### a. Mis habilidades en la construcción del proyecto de vida

Acerca de las habilidades de los individuos, es pertinente mencionar que influyen en la capacidad para relacionarse, enfrentar situaciones cotidianas, tomar decisiones y contribuir al desarrollo personal y social, lo cual cobra sentido al momento de pensarse y construir el proyecto de vida, pues desde estas se determina el proceso de relacionarse intrapersonal e interpersonalmente. Es así como se reconoce la importancia del

“individuo y la configuración de su experiencia personal, en la que se estructuran los componentes en sus dinámicas propias: las posibilidades o recursos disponibles de la persona, el sistema de necesidades, objetivos, aspiraciones, las orientaciones (o actitudes) y valores vitales de la persona” (D’Angelo, 2000, p. 5),

lo anterior enmarcado en contextos sociales complejos y cambiantes que interfieren en las relaciones que inciden en el proyecto de vida.

Por esta razón, las habilidades son una pieza esencial para la construcción del proyecto de vida, pues brindan la posibilidad de visualizar los recursos con los que se cuenta para cumplir con el proyecto de vida propuesto, en donde se reconozca la importancia de los intereses propios y colectivos integrando así, desde diversas perspectivas, el desarrollo personal y social.

#### b. Habilidades para la vida

En cuanto a las habilidades para la vida, cabe resaltar que estas inciden en los sujetos debido a que permiten modos de vida reflexivos y propositivos en su cotidianidad, es así que según la OPS (2001) son aptitudes necesarias para comportarse de manera adecuada y enfrentar con éxito las exigencias y desafíos de la vida diaria. Estas favorecen comportamientos saludables en las esferas físicas, psicológicas y sociales, las cuales se enfocan de la siguiente manera:

- **Autoconocimiento:** Según la OPS (2001), este permite captar, saber qué



se quiere en la vida e identificar los recursos personales y sociales con que se cuenta para lograrlo. Por medio de esto los niños, niñas y jóvenes pueden conocer aspectos positivos de sí mismos permitiendo reconocer los recursos que le aportan a la construcción de su proyecto de vida.

- **Empatía:** Según la OPS (2001), es la capacidad de comprender mejor a las demás personas para ser más tolerantes en las interacciones sociales. Es así que los niños, niñas y jóvenes pueden establecer relaciones significativas en el ámbito escolar que inciden en su proyecto de vida.
- **Comunicación asertiva:** Según la OPS (2001), es poder expresar de manera clara lo que piensa, siente o necesita,

teniendo en cuenta los derechos, sentimientos y valores de sus interlocutores. Los niños, niñas y jóvenes podrán dar a conocer su punto de vista frente a situaciones que se le presenten en el ámbito escolar contribuyendo a la convivencia escolar.

- **Relaciones interpersonales:** Según la OPS (2001), es la capacidad de aprender a relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa a diario (en el trabajo, en la escuela, etc.). De esta manera, en el ámbito escolar los niños, niñas y jóvenes comprenderán el papel de sus compañeros y docentes desde la convivencia y su importancia en el proyecto de vida, lo cual es importante para su desarrollo en sociedad.

- **Toma de decisiones:** Según la OPS (2001), son herramientas para evaluar las diferentes posibilidades en juego, teniendo en cuenta necesidades, valores, motivaciones, influencias y posibles consecuencias presentes y futuras, tanto en la propia vida como en la de otras personas. Al hacer una reflexión de su realidad, los niños, niñas y jóvenes podrán tomar decisiones reconociendo que estas no solo inciden en él, sino también en su entorno y en la construcción de su proyecto de vida.
- **Manejo de conflictos y problemas:** Según la OPS (2001), son esfuerzos para desarrollar estrategias y herramientas que permitan manejar los conflictos de forma creativa y flexible, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social. Así, los niños, niñas y jóvenes pueden evidenciar el conflicto como un medio positivo para afrontar situaciones que generan tensión, lo cual es transversal a su proyecto de vida.
- **Pensamiento creativo:** Según la OPS (2001), es la capacidad para idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora o apartarse de esquemas de pensamiento o conducta habituales. De esta forma los niños, niñas y jóvenes podrán hacer despliegue de sus actitudes y aptitudes a fin de tener herramientas que le aporten a su proyecto de vida.



- **Pensamiento crítico:** Según la OPS (2001), es la puesta en acción tanto de habilidades cognitivas y competencias emocionales. De esta manera los niños, niñas y jóvenes tendrán una visión diferente de su realidad que le permita reflexionar en su proyecto de vida replanteándose situaciones que se le presentan.
- **Manejo de emociones y sentimientos:** Según la OPS (2001), es comprender mejor lo que sentimos, implica tanto escuchar lo que nos pasa por dentro, como atender al contexto en el que nos sucede. Los niños, niñas y jóvenes podrán reconocer que en la construcción de su proyecto de vida no solo ellos son importantes si no también el reconocimiento de los otros, tolerando la diferencia y aportando en la convivencia.
- **Manejo de estrés y tensiones:** Según la OPS (2001), es identificar fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, saber reconocer sus distintas manifestaciones y encontrar vías para eliminarlas o contrarrestarlas de manera saludable. Los niños, niñas y jóvenes podrán manejar situaciones complejas que le permitan fortalecer el desarrollo de su proyecto de vida.

### c. Potenciar habilidades para el proyecto de vida

Cabe resaltar la importancia de potenciar habilidades, pues son fundamentales en la construcción del proyecto de vida traducándose en herramientas necesarias para el desarrollo personal y social, sin embargo, se evidencia que esta tarea es compleja en los niños, niñas y jóvenes por la etapa que atraviesan, implicando retos en el trabajo con estos, para lo cual se pueden “utilizar diferentes herramientas, ya que en esta etapa requieren de una constante asesoría, fundamentándose en los valores que deben tener las personas para desenvolverse de forma apropiada en sociedad.” (Portal de educación infantil y primaria, s.f.). Esto implica una reflexión en la construcción

del proyecto de vida enfocados en las habilidades y particularidades de cada sujeto.

Es así que para potenciar estas habilidades se debe incentivar y motivar lazos afectivos con familias y pares que permitan un desarrollo social basado en la tolerancia a la diferencia y la defensa de los derechos propios y colectivos, además desarrollo en espacios constructivos que permitan generar herramientas para afrontar situaciones de forma positiva, reconociendo sus capacidades y las de los demás, lo cual implica una manera respetuosa de relacionarse que configura un punto esencial en la construcción del proyecto de vida.

## d. Guía práctica

### Desde mis habilidades construyo

Cabe resaltar que, a partir del reconocimiento de las diferentes dinámicas y particularidades de los niños, niñas y jóvenes en el ámbito escolar, se da la reflexión frente a la importancia de generar espacios en donde se puedan reconocer las habilidades que aportan a la construcción del proyecto de vida.

Además, es importante evidenciar que desde tus saberes y el conocimiento que tienes frente a las formas de socialización puedes aportar al reconocimiento de las habilidades para la vida de los niños, niñas y jóvenes, con el fin de potenciarlas o visualizarlas en el ámbito escolar.

Es así que para potenciar estas habilidades se debe incentivar y motivar lazos afectivos con familias y pares que permitan un desarrollo social basado en la tolerancia a la diferencia y la defensa de los derechos propios y colectivos, además desa-



rollo en espacios constructivos que permitan generar herramientas para afrontar situaciones de forma positiva, reconociendo sus capacidades y las de los demás, lo cual implica una manera respetuosa de relacionarse que configura un punto esencial en la construcción del proyecto de vida.

Recuerda que según la OPS (2001) las habilidades para la vida son aptitudes necesarias para comportarse de manera adecuada y enfrentar con éxito las exigencias y desafíos de la vida diaria. Además, están enfocadas en 10 aspectos que serán retomados a continuación.

(Tomado de <http://www.dps.gov.co/que/jov/Paginas/Habilidades.aspx>)

Proyecto de vida y su relación con la construcción de paz

## ¿Cómo desarrollarlo?

Tiempo aproximado: Esto te puede llevar aproximadamente 2 horas, pero si cuentas con menos tiempo puedes generar intervenciones que agilicen la actividad.

- **En cuanto al autoconocimiento...**

Para generar que los niños, niñas y jóvenes visualicen qué tanto conocen de sí mismos se les pedirá que digan su nombre y con la primera letra de este digan cualidades y defectos que reconocen en sí mismos. Esto lo puedes hacer durante el tiempo que consideres prudencial, además podrías combinar esto con otros aspectos, en donde además de cualidades y defectos puedan compartir momentos significativos de su vida, cuáles son sus gustos e infinidad de cosas que permitan reconocer qué conocen los niños, niñas o jóvenes de sí mismos.

Al finalizar, se genera una reflexión frente a la importancia de reconocer qué tanto conocen de sí mismos y cómo esto aporta a la construcción del proyecto de vida.

- **En cuanto a empatía, comunicación asertiva y relaciones interpersonales...**

Para reconocer la importancia de la empatía, comunicación asertiva y las relaciones interpersonales dentro del ámbito escolar y cómo aportan a la construcción del

proyecto de vida de niños, niñas y jóvenes, se les pide a los estudiantes lo siguiente:

Se deberán hacer parejas, no importa si se conocen o no, solo importa que las parejas se sientan cómodas para poder llevar a cabo la actividad de una manera adecuada y amena. Luego de hacer las parejas se le pide a uno de los integrantes que intente, por medio de la mímica, comunicarle a su pareja qué hizo durante el día anterior, es así que mientras su compañero lo escucha intenta comunicarle que se encuentra cansado y no está totalmente atento a lo que se le está comunicando. Al finalizar, se pide que los niños, niñas y jóvenes compartan cómo se sintieron durante el ejercicio y cómo creen que se relaciona esto con su proyecto de vida.

- **En cuanto a la toma de decisiones...**

Para fomentar la toma de decisiones en los niños, niñas y jóvenes se pueden utilizar momentos de su vida cotidiana, por lo que desde tus saberes frente al ámbito escolar podrías generar una pregunta en cuanto a una situación en específico que incida en el proyecto de vida o en los diferentes entornos en los que ellos se desarrollan. A continuación, te daremos algunos ejemplos que podrías retomar en el grupo para así generar desde sus habilidades una respuesta o solución que los beneficie directamente y que también beneficie a los otros.

## Posibles situaciones:

- Visualiza tu día, tu casa, tu colegio, tu barrio...  
¿Qué problemas se te ocurren cuya solución, si fuera posible, implicaría que este sería un lugar mejor, más feliz, más saludable para vivir?
- ¿Qué situaciones crees que han generado que tu proyecto de vida cambie a partir de la decisión que tomaste?
- Si en tus manos estuviera ser el alcalde de tu ciudad... ¿Qué harías para que los niños, niñas y jóvenes se sientan más incluidos en los proyectos del gobierno?

- ♦ **En cuanto al manejo de conflictos y problemas, manejo de emociones y sentimientos, manejo de estrés y tensiones...**

Para hacer un acercamiento en torno al manejo de las diferentes situaciones que se presentan en la vida de los niños, niñas y jóvenes, se tendrá en cuenta el sentido de la escucha, por medio de una secuencia musical que permita que los participantes exploren diversas emociones y sensaciones. Te sugerimos que utilices pistas que contengan sonidos de guerra, relajantes, de discusiones, música clásica, música contemporánea o de su gusto, entre otras las que consideres que podrían generar en los participantes experiencias diferentes.

Es así que para que se logre reconocer las diferentes emociones y sensaciones que

se tuvo, se podría generar un espacio en donde cada niño, niña o joven, por medio de la herramienta que más le gusta, pueda plasmar cómo se sintió durante la actividad, haciendo énfasis en qué fue lo que más le gustó o disgustó, qué le generó alegría o tristeza, entre otras opciones que consideres que se podrían llegar a reconocer.

- ♦ **En cuanto al pensamiento crítico y creativo...**

A continuación, y para generar un pensamiento creativo y crítico en los niños, niñas y jóvenes se puede establecer desde la creación de un eslogan en donde dé a conocer su punto de vista frente a algún tema de su interés y logre que la mayoría de sus compañeros apoyen su idea por medio de herramientas creativas y visuales.

El resultado de estos eslóganes puede ser socializado en otros espacios del ámbito escolar, con diferentes actores de este, para así generar un mayor impacto en la realización de estas actividades.

## Para retroalimentar

En mesa redonda, distribuye papeles pequeños a cada participante y en el tablero ubica una imagen de semáforo (puedes imprimirlo, construirlo, proyectarlo). Pídele que anoten en uno de los papeles, los aprendizajes, las emociones positivas que les generó la actividad o lo que más les gustó; en otro papel que pongan los aspectos que consideren pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad o sentimientos negativos; y en un tercer papel que anoten lo que les gustaría se profundizara o trabajara con mayor detenimiento en otros espacios y cómo les gustaría que se realizara.

Una vez hayan realizado sus anotaciones, se les invita a que voluntariamente lo lean y sean colocados de la siguiente manera:

- En la luz verde del semáforo: los aprendizajes, las emociones positivas, etc.
- En la luz amarilla del semáforo: lo que les gustaría que se profundizara o trabajara con mayor detenimiento.
- En la luz roja: los aspectos que consideran pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad.

## Para tener en cuenta:

Es necesario mencionar que las actividades planteadas frente a cada una de las habilidades para la vida se pueden llevar a cabo a partir de los tiempos y los recursos disponibles.

Utilizando capacidades humanas y de participación de cada uno de los jóvenes y de tu papel como docente.

Además, si se requiere la utilización de recursos materiales como hojas y demás se puede también generar desde el reciclaje y con lo que se cuenta en el momento de hacer la actividad.



## 3. Reconocimiento de Sueños e Ideales

### 3.1 Objetivo

Permitir que los docentes desarrollen los aspectos fundamentales para incentivar el reconocimiento de sueños e ideales de los niños, niñas y jóvenes desde el ámbito escolar, a partir del reconocimiento de sus aportes a la construcción de paz.

### 3.2 Desarrollo del tema desde los sueños e ideales

Acercas de los sueños e ideales que integran el proyecto de vida de los niños, niñas y jóvenes, se puede evidenciar que estos inciden en su relación consigo mismo y con su entorno, en donde el ámbito escolar cobra sentido al momento de ser un espacio que brinda herramientas para el desarrollo de los sujetos en los demás ámbitos, es por esto que se reconoce que los sueños e ideales son “los elementos más importantes que deseas que haya en tu vida. Es un bosquejo de cómo quiero que sea mi vida, de qué quiero que haya en ella: relaciones, actividades, personas, lugares, cosas, trabajo, familia.” (Velázquez, s.f.). De esta manera se evidencia la importancia de incentivar en los niños, niñas y jóvenes la construc-

ción de un proyecto de vida teniendo en cuenta los vínculos y relaciones que se pueden establecer, integrando así el desarrollo personal y colectivo.

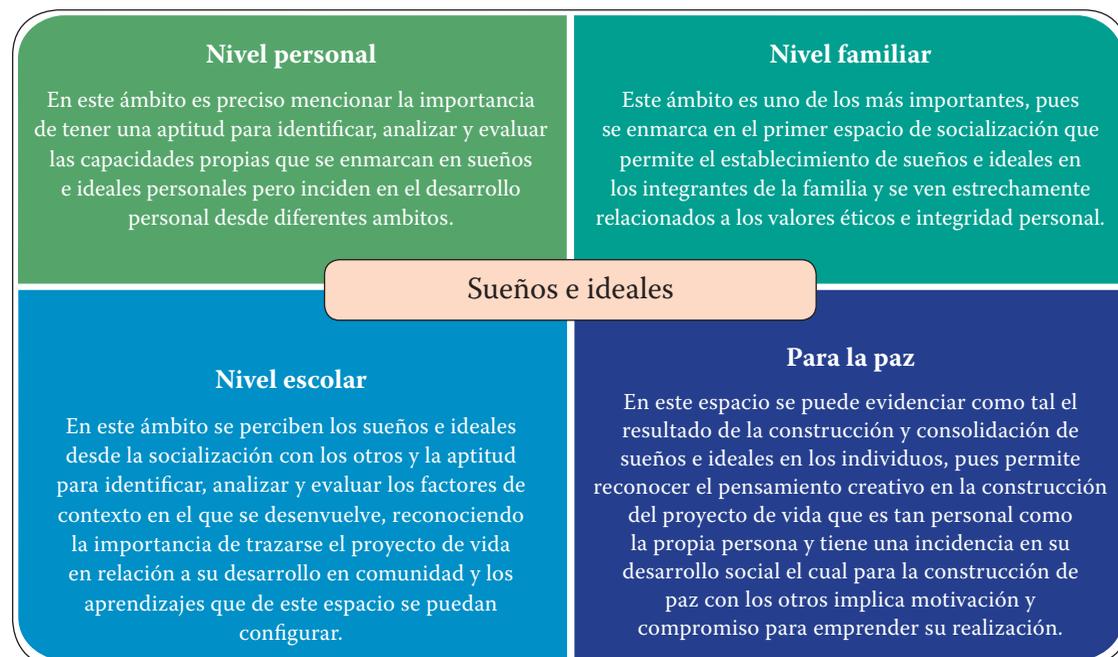
Se debe agregar que el proyecto de vida no solo incide en la individualidad, sino que también se relaciona con el entorno y desarrollo social, de esta manera

*“la proactividad individual-social vista en la perspectiva holística de la praxis social del individuo, apunta a que los proyectos de vida no se agotan en la autosatisfacción de la realización personal, sino que se proyectan y exteriorizan en la obra transformadora social a la que contribuyen.” (D’Angelo, 2000, p. 4),*

esto deja ver la importancia de la construcción que pueden hacer los niños, niñas y jóvenes de su proyecto de vida en relación con su entorno que permite una construcción más consensuada y reflexiva, evidenciando la importancia de su contribución a nivel colectivo y desde donde se puede empezar a pensar en una paz desde la relación proyecto de vida-ámbito escolar.

## a. Sueños e ideales desde diferentes niveles

**Figura 1.** Sueños e ideales desde diferentes niveles.



Fuente: Elaboración inspirada en el documento mi proyecto de vida. [www.culturarecreacionydeporte.gov.co](http://www.culturarecreacionydeporte.gov.co) según aportes de Goleman, D. & Covy, S.

Es importante reconocer los aportes que tienen los sueños e ideales trazados desde diferentes ámbitos, pues permiten el conocimiento propio y de los otros que dan sentido al proyecto de vida de cada individuo e inciden de manera colectiva en la construcción de paz desde el ámbito escolar, lo cual debe ser potenciado desde este escenario incentivando la participación y los aportes que pueden generar los niños, niñas y jóvenes desde espacios de aprendizaje y reflexión como lo es la escuela.



## b. Guía práctica

### Desde mis sueños apporto a la construcción de paz

Al reconocer que los niños, niñas y jóvenes tienen algunos sueños e ideales frente a su futuro, y lo que quieren para su vida, y que al estar en el ámbito escolar y contar con la presencia de docentes como tú, se puede generar que estos sueños se forjen a partir de su reconocimiento como sujetos que están inmersos en la sociedad.

Es así que el papel que juegas como docente es tan importante en el ámbito escolar y al tener un mayor acercamiento con los niños, niñas y jóvenes se generan interacciones que trascienden al desarrollo personal de estos.

Por esto, “desde mis sueños apporto a la construcción de paz” es una estrategia que permitirá a niños, niñas y jóvenes reconocer cómo desde sus sueños personales, familiares y escolares pueden aportar a la construcción de paz.

A continuación, sugeriremos una forma para generar el reconocimiento de estos aportes y cómo lo puedes lograr con los participantes de tu grupo.

#### ¿Cómo desarrollarlo?

Tiempo aproximado: Para la creación del guión teatral podrías necesitar 2 horas. Pero luego tendrías que ponerte de acuerdo con los niños, niñas o jóvenes para ver la duración de la obra teatral.

Pídele a tus estudiantes que generen un guión teatral en donde se evidencie cómo sería la vida que quisieran tener en:

5 años, en este guión se deben visualizar aspectos a:

- Nivel personal: ¿Quién seré?, ¿En qué aportaré a las personas que me rodean?, ¿Cómo actuaré para tener buenas relaciones con las personas?
- Nivel familiar: ¿Quién conformará mi núcleo familiar?, ¿Qué papel jugaré dentro de mi familia?, ¿Qué haremos desde mi familia para generar cambios en la sociedad?
- Nivel escolar: ¿Cómo quiero que sea la educación?, ¿En qué ciclo escolar me encontraré, a qué componentes académicos accederé?

Cabe resaltar que estos son tan solo unos ejemplos de los aspectos que se podrían tener en cuenta dentro del guión, debido a que tú puedes generar en los estudian-



tes motivación para aportar y participar en la construcción de los elementos que se podrían llevar a cabo dentro de la obra teatral.

Además, es importante que en algún momento de la obra se pueda visualizar cómo a partir de todos estos niveles se puede aportar a la construcción de paz, desde la claridad que se tenga acerca de este tema.

Finalmente, el producto de este guión puede ser socializado en diferentes espacios del ámbito escolar para generar que los demás compañeros puedan visualizar la importancia de los sueños e ideales en la construcción de paz. Algunos de estos espacios podrían ser: Izadas de bandera, clausuras con padres de familia, espacios de intercambio entre los diferentes cursos, entre otros, esto podría variar según las dinámicas del ámbito escolar y la disposición de los niños, niñas y jóvenes.

## ¿Qué debes tener en cuenta?

Recuerda que tú puedes moldear la estrategia a las necesidades y particularidades del grupo.

El guión puede ser construido en pequeños grupos o con la totalidad de los niños, niñas y jóvenes.

Los vestuarios que se puedan llegar a necesitar pueden ser creados por ustedes mismos, así como los nombres y las características de cada personaje.

Lo más importante siempre será la reflexión y la participación que se pueda generar a partir de la realización de las diferentes estrategias

## Para retroalimentar

En mesa redonda, distribuye papeles pequeños a cada participante y en el tablero ubica una imagen de semáforo (puedes imprimirlo, construirlo, proyectarlo). Pídele que anoten en uno de los papeles, los aprendizajes, las emociones positivas que les generó la actividad o lo que más les gustó; en otro papel que pongan los aspectos que consideran pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad o sentimientos negativos; y en un tercer papel que anoten lo que les gustaría se profundizara o trabajara con mayor detenimiento en otros espacios y cómo les gustaría que se realizara.

Una vez hayan realizado sus anotaciones, se les invita a que voluntariamente lo lean y sean colocados de la siguiente manera:

- En la luz verde del semáforo: los aprendizajes, las emociones positivas, etc.
- En la luz amarilla del semáforo: Lo que les gustaría que se profundizara o trabajara con mayor detenimiento.
- En la luz roja: los aspectos que consideran pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad.



## 4. El proyecto de vida y su incidencia en la construcción de paz

### 4.1 Objetivo

Generar un insumo para el docente, que le permita fomentar la reflexión en el proyecto de vida de los niños, niñas y jóvenes desde el ámbito escolar con el fin de visualizar su papel en la construcción de paz.

### 4.2 Desarrollo del tema

#### a. Concepto de paz

En cuanto al concepto de paz es preciso mencionar que esta trasciende de la ausencia de conflictos o guerras, pues se debe enfatizar en su importancia desde otros elementos, en ese sentido su conceptualización varía y hace referencia a su complejidad pues plantea que:

*Además de la ausencia de conflictos bélicos, la presencia de condiciones para que personas, grupos y comunidades consigan identificar, cultivar, desarrollar y realizar sus potencias, al convertirlas en actos reales que incidan en el mejoramiento de ellos mismos y de su entorno, en el fortalecimiento de sus proyectos y en la realización de sus legítimas*

*aspiraciones ecológicas, económicas, culturales, políticas y sociales. La paz es una aspiración que nos invita a trabajar en la construcción de condiciones que la hagan posible.* (Chapela & otros, 2013, p. 28).

Es de esta manera que se reconoce la trascendencia de la paz en la configuración de los sujetos que se relacionan en los entornos y permiten procesos significativos en estas condiciones sociales a partir de sus aportes basados en esta noción de paz que implica la participación y reflexión en los escenarios de desarrollo.

#### b. Cómo construir paz desde mi proyecto de vida

Con respecto a la construcción de paz desde el proyecto de vida, es relevante mencionar que al permitir la reflexión desde el papel que se tiene en este proceso se puede reconocer la importancia de las contribuciones de los niños, niñas y jóvenes desde sus construcciones propias que inciden en su relación con el entorno, de manera tal que se puede implementar diversas maneras de plantear el proyecto de vida pero siempre con miras a la inci-

dencia que se tiene en la construcción de paz desde ámbitos como la escuela.

Además, es pertinente mencionar que la construcción de paz hace un llamado a personas, grupos e instituciones a

*dialogar y reflexionar de manera conjunta para evaluar su realidad y diseñar proyectos compartidos que disminuyan la violencia y aumenten la posibilidad de que personas y pueblos ejerzan su derecho a vivir con salud y seguridad, a aprender siempre, a participar en la vida ciudadana sin diferencias de género, a realizar acciones fructíferas que mejoren su entorno, a opinar y a ser felices* (Chapela & otros, 2013, p. 30),

lo cual implica construir proyectos de vida enmarcados en aprendizajes, acciones conjuntas, luchas propias y colectivas que permitan el reconocimiento de la importancia de cada individuo en sus aportes sociales.

### **c. Construcción de paz en el ámbito escolar**

Por lo que se refiere a la construcción de paz en el ámbito escolar, es preciso mencionar la importancia de cada actor que confluye en este espacio, el cual va a incidir en su relación intra e interpersonal con la escuela, y a partir de este se apoyará para llevar a cabo procesos colectivos que



en este caso inciden en la construcción de paz.

De ahí que se hace especial énfasis en el papel de actores como los docentes debido a que su figura relacionada con el aprendizaje y la reflexión permite enmarcarlo como un mediador que influye en la construcción del proyecto de vida de los estudiantes en relación a su entorno, reconociendo particularidades individuales que inciden en la convivencia escolar, la cual es punto de partida para la relación del ámbito escolar en la construcción de paz entendiendo esta como

*una aspiración que abre horizontes e invita a actuar de manera incluyente, informada, consensuada, concreta e inmediata en donde los conflictos se resuelven a través del diálogo y el debate respetuoso e incluyente, con reconocimiento de las diferencias y en busca de puntos comunes para la realización de proyectos compartibles”* (Chapela & otros, 2013, p. 34),

lo cual se debe dar desde el espacio escolar como un llamado a la construcción individual y colectiva de los escenarios que propendan por la paz en sus dinámicas cotidianas.

De manera que empieza a cobrar sentido la construcción de paz en el proyecto de vida de los estudiantes desde el ámbito escolar enmarcados en su desarrollo individual y social, que se genera desde espacios ecológicos, sociales, económicos, jurídicos, políticos y culturales en donde se entienden sus esferas de desarrollo y se referencian desde la posibilidad de construir paz desde la escuela, empezando por “eliminar todas las formas de violencia, todas las formas de discriminación, marginación y exclusión. Y es necesario buscar el cumplimiento cabal —para todas y todos— de todos los derechos humanos” (Chapela & otros, 2013, p. 28).

Por esto se incentiva desde el ámbito escolar a la convivencia en un entorno de cultura de paz desde principios enmarcados en

*“derechos humanos: vida, igualdad, inclusión, fraternidad, libertad, diversidad, pluralismo, creatividad, cooperación o solidaridad, entre otros, materializándose a través de valores, actitudes, tradiciones, comportamientos y estilos de vida que buscan la no violencia y que están encaminados al diálogo y al debate” (Chapela & otros, 2013, p. 29),*

estos permiten el reconocimiento de los otros y su importancia en la configuración individual y social de la convivencia escolar enmarcada en la construcción de paz desde los proyectos de vida.

Por consiguiente, es preciso enfatizar en esta convivencia y construcción de paz desde acciones concretas que permitan una reflexión en el proyecto de vida de los estudiantes, motivados por aportes individuales y colectivos a estos entornos, tales acciones pueden enmarcarse según Chapela (2013, p. 31) en:

- El respeto a la vida, la seguridad para todos, la inclusión de las mujeres y la propiciación de la no violencia por medio de la educación, el diálogo y la cooperación.
- El respeto pleno y la promoción de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales (por ejemplo, de pensamiento, tránsito, información, acceso igualitario de mujeres y hombres a las oportunidades, reunión, credo, opinión y expresión).
- El compromiso con el arreglo pacífico, informado, incluyente y creativo de los conflictos.
- El respeto y la promoción del derecho al desarrollo.
- El respeto y el fomento de la igualdad de derechos y oportunidades de niñas, niños, jóvenes, adultos y ancianos.

## d. Guía práctica

### Mi vida, un camino de paz

Es de resaltar que por medio de la construcción del proyecto de vida se puede trascender de buscar cumplir sueños de manera individual para llegar a trascenderlos a lo colectivo, en donde llegan a tener sentido los aportes que se dan a la construcción de paz desde cada uno de los sujetos.

Es por esto que desde “con mi línea de vida, le apunto a la paz” se pretende generar en los niños, niñas y jóvenes una visualización de su proyecto de vida desde los aportes individuales que se le pueden dar a su comunidad y de esta forma aportar a la construcción de paz.

#### ¿Cómo desarrollarlo?

Tiempo aproximado: En esto podrías demorarte un aproximado de 1 hora y 40 minutos.

En primer lugar, para realizar esta actividad se debe generar una reflexión con los participantes frente a cómo se está concibiendo el proyecto de vida, para así generar una sensibilización frente a la incidencia colectiva que tiene este, debido a que todas las acciones que hagamos tienen incidencia directa en los entornos en los que nos desarrollamos.

Además, se puede generar una lluvia de ideas frente a cómo los niños, niñas o jóvenes entienden la paz, cómo desde la vida cotidiana se pueden evidenciar acciones para aportar a la paz, cómo se construirá la paz y qué estrategia desde el ámbito escolar se podría implementar para construir paz, esto puedes realizarlo por subgrupos.

Ahora bien, al haber generado esta reflexión se pide a los niños, niñas y jóvenes que con los materiales con los que cuentan realicen una línea de vida, en la cual se plasmarán los sueños y metas que tienen para su

#### Para recordar...

Es importante que durante la realización de esta estrategia se genere una reflexión en los jóvenes en la importancia del papel que juegan en la sociedad para así propiciar un espacio en donde se pueda pensar más allá de lo individual, idealizando su futuro como una forma de aportar a la colectividad.



futuro desde cualquier aspecto de su vida sea personal, familiar, educativo o social.

Luego de esto se les pide que al respaldode la hoja, escriban cuáles serían las implicaciones que tienen cada uno de los sueños o metas a nivel colectivo y cómo aportarían a la construcción de paz en la escuela.

Al finalizar esto, se genera un espacio de diálogo e intercambio de sueños en el cual también se reconozcan estrategias para aportar a la construcción de paz desde su proyecto de vida y cómo esto incidiría positivamente en los diferentes ámbitos en los que se desarrollan.

El resultado de este diálogo podría ser una sensibilización en todo el ámbito escolar

donde se realicen acciones: en espacios de cambio de clases, recreos, hora de llegada y salida para que todos los actores de la escuela se vean involucrados y así se pueda construir paz desde este ámbito.

## Para retroalimentar

En mesa redonda, distribuye papeles pequeños a cada participante y en el tablero ubica una imagen de semáforo (puedes imprimirlo, construirlo, proyectarlo). Pídele que anoten en uno de los papeles, los aprendizajes, las emociones positivas que les generó la actividad o lo que más les gustó; en otro papel que pongan los aspectos que consideren pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad o sentimientos negativos; y en un tercer papel que anoten lo que les gustaría se profundizará o trabajará con mayor detenimiento en otros espacios y cómo les gustaría que se realizara.

Una vez hayan realizado sus anotaciones, se les invita a que voluntariamente lo lean y sean colocados de la siguiente manera:

- En la luz verde del semáforo: los aprendizajes, las emociones positivas, etc.
- En la luz amarilla del semáforo: Lo que les gustaría que se profundizara o trabajara con mayor detenimiento.
- En la luz roja: los aspectos que consideren pueden mejorar de la actividad, lo que les generó incomodidad.

# Glosario

**Construcción de paz:** Una aspiración que abre horizontes e invita a actuar de manera incluyente, informada, consensuada, concreta e inmediata en donde los conflictos se resuelven a través del diálogo y el debate respetuoso e incluyente, con reconocimiento de las diferencias y en busca de puntos comunes para la realización de proyectos compatibles (Chapela & otros, 2013, p. 34).

**Escuela:** Espacio de socialización en donde la participación de todos permite la construcción de relaciones mediadas por el diálogo, compromiso y la escucha, en donde confluyen niñas, niños y adultos compartiendo sus saberes sociales, culturales y políticos, permitiendo que este sea un lugar de infinitas posibilidades culturales, lingüísticas, sociales, estéticas, éticas, políticas, económicas, un lugar de práctica ética y política, un terreno de aprendizaje democrático. Un lugar de investigación y creatividad, convivencia y placer, pensamiento crítico y emancipación” (Sensat, 2005, p. 12).

**Habilidades para la vida:** Son aptitudes necesarias para comportarse de manera adecuada y enfrentar con éxito las exigencias y desafíos de la vida diaria. Estas favorecen comportamientos saludables en las esferas físicas, psicológicas y sociales

(Organización Panamericana de la Salud, 2011).

**Paz:** El proceso de realización de la justicia en los diferentes niveles de la relación humana. Es un concepto dinámico que nos lleva a hacer aflorar, afrontar y resolver los conflictos de forma no violenta y el fin, el cual es conseguir la armonía de la persona con sí misma, con la naturaleza y con las demás personas (Lederach, 2000).

**Proyecto de vida:** Es la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, la configuración, contenido y dirección del Proyecto de Vida, por su naturaleza, origen y destino están vinculados a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros, abiertos a la definición de su lugar y tareas en una determinada sociedad (D’Angelo, 2000, p. 3).

**Sueños e ideales para la vida:** Elementos más importantes que deseas que haya en tu vida. Es un bosquejo de cómo quiero que sea mi vida, de qué quiero que haya en ella: relaciones, actividades, personas, lugares, cosas, trabajo, familia (Velázquez, s.f.).

# Referencias

- Amares. (2006). Salud Mental comunitaria en el Perú: Aporte temático para el trabajo con poblaciones. Lima: Grupo de Trabajo de Salud Mental de la Coordinadora Nacional de Derechos Humanos.
- Anda Lucia Educativa. (9 de Marzo de 2016). La promoción de la salud mental en el ámbito educativo. Obtenido de <https://reddedalo.wordpress.com/2016/03/09/1a-promocion-de-la-salud-mental-en-el-ambito-educativo/>
- Centro virtual de noticias de la educación. (18 de Octubre de 2011). Trabajando por la salud mental en el ámbito escolar. Recuperado el 29 de Noviembre de 2016, de <http://www.mineduacion.gov.co/cvn/1665/w3-article-286442.html>
- Chapela, L., & otros. (2013). Caja de herramientas en educación para la paz. México D.F.: UNESCO.
- Cura, Y., Gamacchio, A. L., & Lanzi, A. (s.f). Factores de protección y factores de riesgo en los jóvenes en conflicto con la ley penal: Una aproximación desde los profesionales de la SeNAF. Cordoba: Universidad Nacional de Cordoba.
- D'Angelo, O. (2000). Proyecto de vida y desarrollo integral. Puerto Rico: CIPS.
- D'Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. La Habana: CIPS.
- Freire, P. (1990). Política y educación. Santiago de Chile: Siglo XXI editores.
- Hevia, R. (2008). La construcción de normas de convivencia desde una pedagogía de la confianza. III jornadas de cooperación Iberoamericana sobre: Educación para la paz, la convivencia democrática y los derechos humanos. San José de Costa Rica: OREAL/UNESCO.
- Lederach, John P. El abecé de la paz y los conflictos: La Catarata. Madrid, 2000.
- Organización Mundial de la Salud. (Diciembre de 2013). Salud mental: un estado de bienestar. Recuperado el 29 de Noviembre de 2016, de [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)
- Organización Mundial de la Salud. (2010). Determinantes Sociales de la Salud. Recuperado el 29 de noviembre de 2016, de [http://www.who.int/social\\_determinants/es/](http://www.who.int/social_determinants/es/)
- Parra, N. (3 de Mayo de 2012). Construcción de la cultura de paz en las escuelas: un reto para América Latina. Recuperado el 29 de Noviembre de 2016, de

<http://vinculando.org/educacion/construccion-de-la-cultura-de-paz-en-las-escuelas-un-reto-para-america-latina.html>

Piqueras, J., Campillo, J., & Guilabert, M. (2009). Salud Mental Escolar. Recuperado el 29 de noviembre de 2016, de <http://terapiaocupacionalaplicadaumh.blogspot.com.co/2010/06/saludmental-escolar.html>

Portal de educación infantil y primaria. (s.f ). Cómo fomentar las habilidades sociales en los adolescentes. Obtenido

de <http://www.educapeques.com/escuela-de-padres/como-fomentar-las-habilidades-sociales-en-los-adolescentes.html>

Sensat, R. (2005). Por una nueva educación pública. Barcelona: Escola d'Estiu.

Sintes, R. (2008). Medicina General Integral Volumen I Salud y Medicina. La Habana: Ciencias Médicas.

Velázquez, S. (s.f.). Sistema de universidad virtual. Obtenido de [https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI\\_Lectura/licenciatura/documentos/LECT105.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT105.pdf)