



**Gobierno de Guatemala**

Ministerio de Educación DIDEDUC Toñoncapán

**Orientaciones de Desarrollo Curricular**

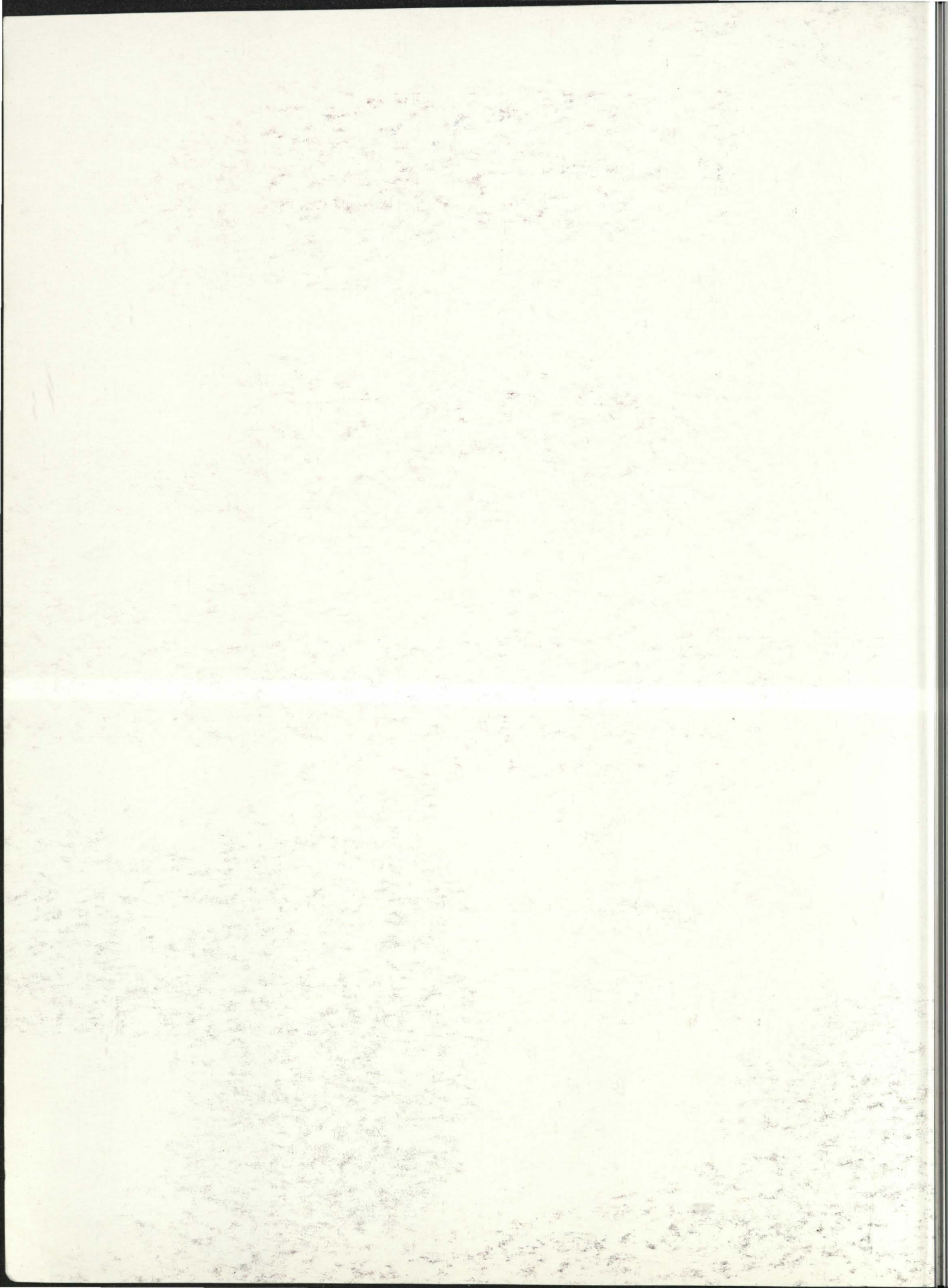
---

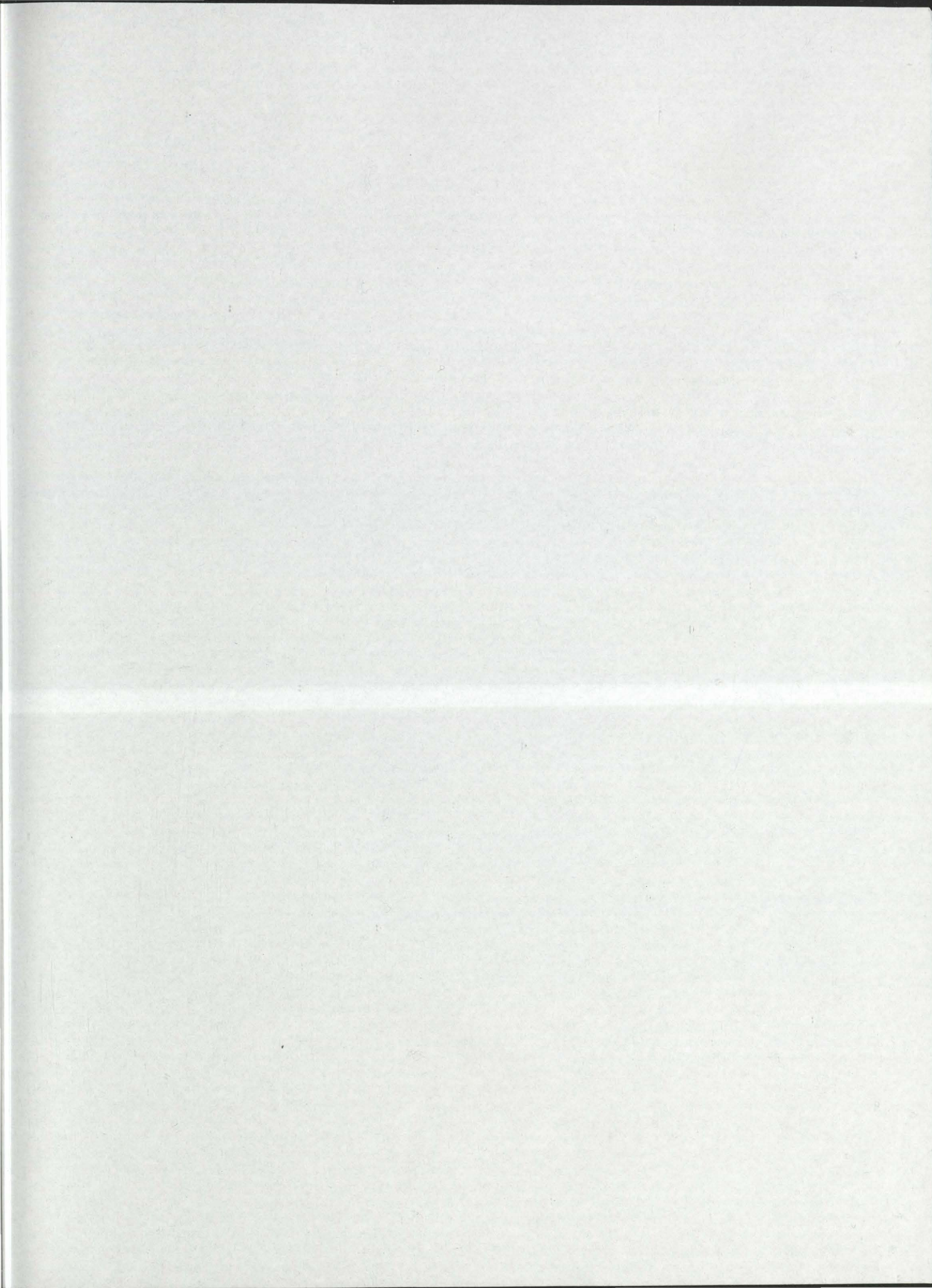
**3ero. Básico**

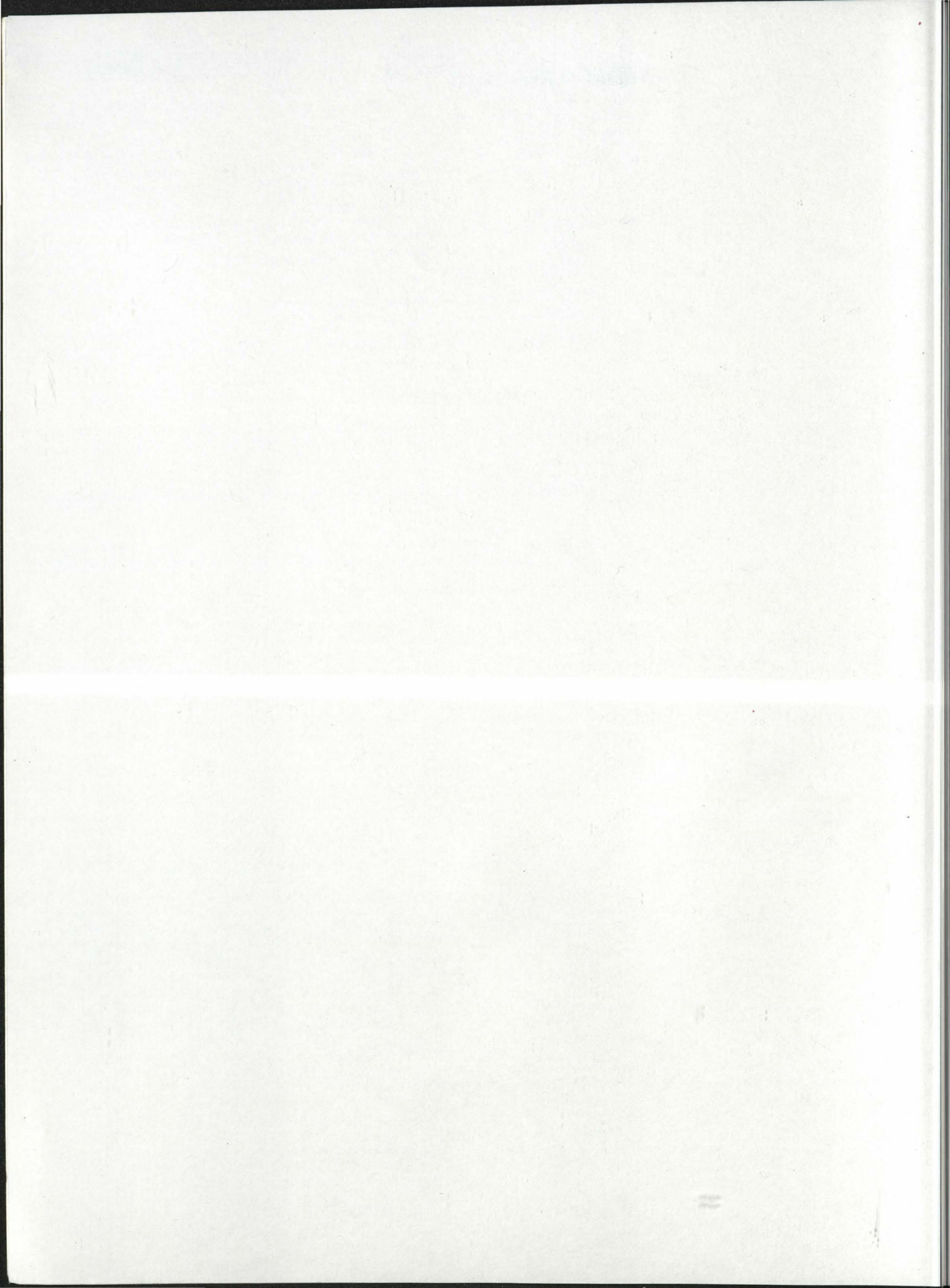
**PARA PROMOVER LA FORMACIÓN CIUDADANA Y  
EDUCACIÓN PARA LA PAZ CON ÉNFASIS  
EN LA PREVENCIÓN DE LA  
VIOLENCIA HACIA LA MUJER**

**CON PERTINENCIA EN LA EDUCACIÓN  
HOLÍSTICA PARA LA EQUIDAD DE GÉNERO**











ASOCIACIÓN  
COMISIÓN NACIONAL DE ACCIÓN  
POR LA NIÑEZ, LA JUVENTUD  
Y LA FAMILIA



## Orientaciones para el Desarrollo Curricular 3ero Básico

# FORMACIÓN CIUDADANA Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ EN LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER

Con pertinencia en la Educación Holística para la Equidad de Género

Gracias al apoyo y colaboración de



**ESTA EDICIÓN HA SIDO POSIBLE:**

Gracias a la colaboración del  
**Movimiento Social de Educación para la paz en Guatemala**  
[Movimientoeducativoporlapazqua@yahoo.com](mailto:Movimientoeducativoporlapazqua@yahoo.com)

**Asociación Comisión Nacional de Acción por la Niñez,  
la Juventud y la Familia -ACONANI-**  
<http://www.aconani.org/> - [aconanionq@yahoo.com](mailto:aconanionq@yahoo.com)

Y con el apoyo financiero de  
**Ibis. Derechos, Educación y Desarrollo**  
[ibis@ibis.dk](mailto:ibis@ibis.dk)

#### **CREDITOS**

Texto y Mediación Pedagógica  
Ana María Olmedo Ramos  
[fhopaz@yahoo.com](mailto:fhopaz@yahoo.com)

Diseño, Diagramación e Ilustración  
María de los Ángeles López  
[fhopaz@yahoo.com](mailto:fhopaz@yahoo.com)

Colaboración y Revisión  
Ped. Juan Coromac  
[aconanionq@yahoo.com](mailto:aconanionq@yahoo.com)

Colaboración y Revisión  
Lic. Luis Enrique Macario Ajcá  
Coordinador Técnico del Ciclo Básico  
Departamento Técnico Pedagógico  
DIDEDUC, Totonicapán  
[luis.macario@mineduc.gob.gt](mailto:luis.macario@mineduc.gob.gt)

Impresión  
Maya Diversa Ediciones  
[mayadivers@yahoo.es](mailto:mayadivers@yahoo.es)  
[mayadiversaediciones@gmail.com](mailto:mayadiversaediciones@gmail.com)

## CARTA A LOS DOCENTES

*"Si los profesores han de educar a los estudiantes para ser ciudadanos activos y críticos, deberían convertirse ellos mismos en intelectuales transformativos"*  
(Henry Giroux)

Apreciables Docentes

Hoy en día en Guatemala *"la Transformación Curricular se fundamenta en una nueva concepción que abre los espacios para cambios profundos en el sistema educativo. Este nuevo paradigma fortalece el aprendizaje, el sentido participativo y el ejercicio de la ciudadanía. Reconoce que es en su propio idioma que las y los estudiantes desarrollan los procesos de pensamiento que los llevan a la construcción del conocimiento y que la comunidad educativa juega un papel preponderante al proporcionar oportunidades de generar aprendizajes significativos"*. (Currículum Nacional Base)

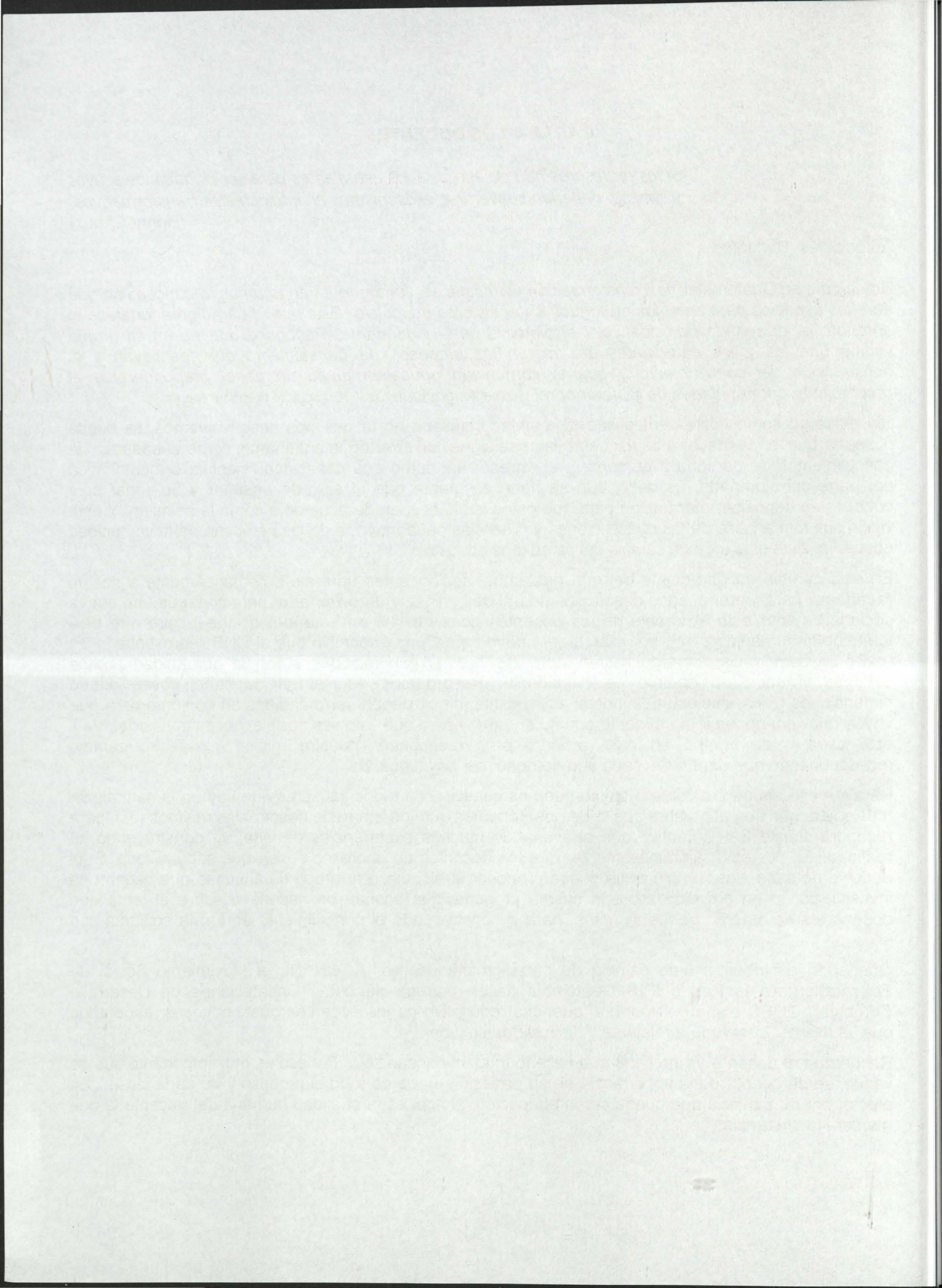
Sin embargo somos conscientes que la realidad cotidiana en la que nos desenvolvemos, se puede observar que, en la mayoría de escuelas, aún se sigue concibiendo la enseñanza como el traspaso de conocimientos de persona a persona, y el aprendizaje como una capacidad retentiva o memorística por parte del alumnado. Es decir, aún se tiene en mente que el acto de enseñar y aprender sólo consiste en depositar información para que éstos la almacenen de acuerdo a como la asimilen. Y esta visión aun forma parte de las concepciones y creencias de la mayoría de las personas de la comunidad educativa. Ante esto urge un cambio del paradigma educativo

En este cambio de paradigma del que hablamos, ser docentes equivale automáticamente a ser un **facilitador** para lograr el sano desarrollo integral de la niñez y un **orientador** para construir una nueva sociedad. Ante esto el trabajo de los docentes consiste: 1º) en entender el nuevo giro que está tomando la humanidad. 2º) apropiarse del nuevo paradigma educativo que el CNB representa. Y 3º) hacer un compromiso consigo mismo, con las nuevas generaciones y con la humanidad porque estamos viviendo un cambio de conciencia. Recordemos que el ser humano posee cuatro dimensiones física, intelectual, emocional y espiritual, que deben ser atendidas en conjunto para que vayan relacionándose integralmente con su entorno y para que esto sea posible, necesitamos dar luz a este espacio de tiempo en nuestra vida, para reencontrar nuestra misión y nuestro camino redescubriendo que dentro de cada uno de nosotros, hay algo más.

Para ir a ese encuentro con el Espíritu que nos conecta con todos los seres que hay en la naturaleza, (cualquiera que sea el nombre que le demos) tenemos que ir adentro de nosotros/as mismos (as), para recupera a este Ser Auténtico que atravesando muchas experiencias de vida, va construyendo su realidad. Es por esto, afortunadamente, que los docentes de ahora no tienen que saberlo todo. Si el docente no sabe algo, simplemente puede proponer al alumno o al grupo de alumnos que hagan una investigación o un proyecto sobre la misma pregunta que acaban de hacerle o sobre el tema que observa es del interés de los alumnos, para ir construyendo el conocimiento en forma conjunta con ellos.

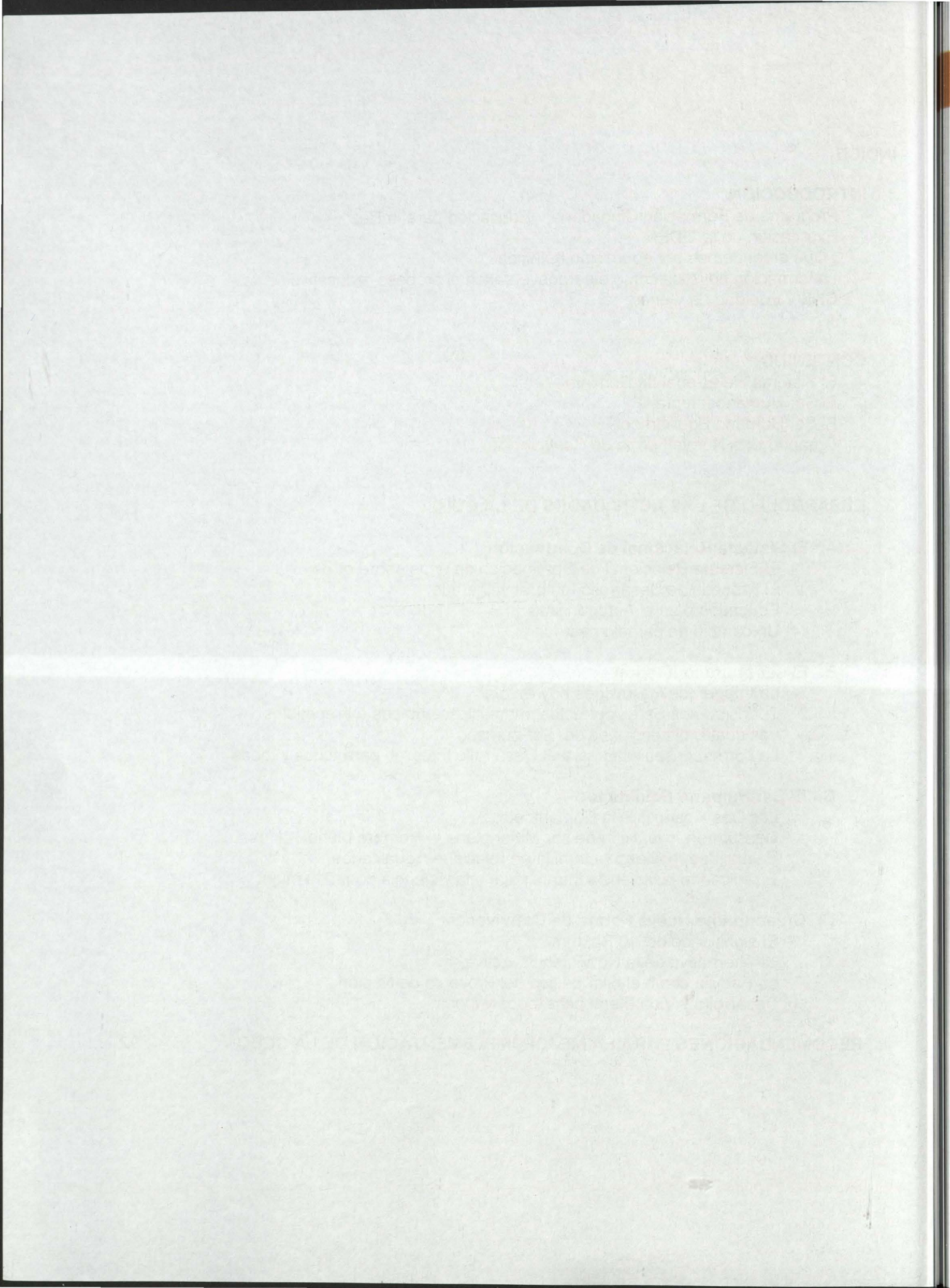
Queriendo contribuir a este cambio de paradigma educativo, ACONANI, el Movimiento Social de Educación para la Paz e IBIS Guatemala hacen entrega de estas Orientaciones de Desarrollo Curricular ODEC como un aporte al quehacer educativo de los docentes guatemaltecos, esperando que el mismo les ayude a relajarse y disfrutar de su labor.

Recuerden el docente ya no tiene que hacerlo todo, ni hacerlo solo. Por eso es muy importante que se valore, se dé cuenta de la importancia de su profesión, goce de todo el proceso y de cada clase. ¡En efecto, por más buena que pueda ser la educación, al final es la cualidad humana del docente la que marcará la diferencia!



## INDICE

<b>1. INTRODUCCION</b>	<b>7</b>
- Programa de Formación Ciudadana y Educación para la Paz	
- Explicación de la ODEC	
- ¿Qué entendemos por educación holística?	
- La formación holística como eje transversal en el proceso educativo	
- CNB y Equidad de Género	
<b>2. CONTENIDO</b>	<b>11</b>
- El Sistema Relacional de Dominio	
- El Ser Humano integral	
- El Ser Humano Equilibrado	
- Creando Una Nueva Forma de Convivencia	
<b>3. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES DE LA GUÍA</b>	<b>15</b>
<b>A. El Sistema Relacional de Dominación</b>	
El Sistema Relacional de Dominación de unos sobre otros	
El Proceso de Desarrollo Integral vulnerado	
Educados para el Antagonismo	
Un cambio de paradigmas	
<b>B. El ser humano integral</b>	
La Imagen de los jóvenes hoy en día	
Todos somos Seres perfectos, maravillosos únicos e irrepetibles	
Las cuatro dimensiones del Ser humano	
La corresponsabilidad para el Desarrollo Integral para todos y todas	
<b>C. El Ser Humano Equilibrado</b>	
Los Dos Rostros de la Humanidad	
Descubriendo la dicha de ser Mujer plena y Hombre pleno	
Sexualidad, noviazgo y familia en relaciones igualitarias	
Erradicando la violencia intrafamiliar y la violencia contra la mujer	
<b>D. Creando una Nueva Forma de Convivencia</b>	
El significado del 13 Baktúm	
La alternativa de la No Violencia Activa	
La Familia como el pilar básico del Proyecto de Nación	
Desarrollo y Vida Plena para todos y todas	
<b>4. RECOMENDACIONES PARA LA MEJOR IMPLEMENTACIÓN DE LA ODEC</b>	<b>92</b>



# 1. INTRODUCCIÓN

## PROGRAMA DE FORMACION CIUDADANA Y EDUCACION PARA LA PAZ

El presente documento denominado Orientaciones para el Desarrollo Curricular de 3° Básico. **“FORMACION CIUDADANA Y EDUCACION PARA LA PAZ EN LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER”** con pertinencia en la Educación Holística para la equidad de género esta dirigida a Docentes de Educación Básica y Magisterio.

Gracias al apoyo de IBIS Guatemala este documento se constituye en un apoyo pedagógico y metodológico, para Docentes que participan dentro de las actividades que la Asociación Comisión Nacional de Acción por la Niñez y Juventud – ACONANI - y el Movimiento Social de Educación para la Paz en Guatemala – MSEPEG-, que se impulsan en el marco de la Cultura de Paz y que responde a la Reforma Educativa y Currículo Nacional Base del Sistema Educativo Oficial.

## EXPLICACION DE LA ODEC

La verdadera raíz de la violencia contra la mujer son los patrones de enseñanza reproducidos desde el hogar, como parte de un sistema relacional de dominación que instala creencias y paradigmas generadores de violencia. Aún cuando ya se han dado una serie de leyes para ayudar a contrarrestar esta terrible situación, hasta ahora, solo se ha venido dando desde las estructuras, sin tomar en cuenta que la cultura machista sigue presente desde la familia, por medio de la desvalorización que la propia mujer hace de sí misma. Por esta razón los intentos que se han dado hasta ahora, han sido más para contrarrestar el problema institucional que para solucionar los paradigmas culturales que después de todo son los que se han constituido en la raíz de este mal.

Para cambiar estos paradigmas hemos considerado como una urgencia y prioridad la formación integral, desde la creación de espacios de participación interactiva de hombres y mujeres, que vayan generando la reflexión en ambos y logren desinstalar los patrones de conductas dominantes y autoritarias que hasta ahora nos han venido marcando. Para esto hemos implementado en esta guía, un proceso de Educación Holística que ayudará a fortalecer y orientar las responsabilidades del alumnado, en la promoción integral de la vida y el reconocimiento de su propia dignidad a través de una participación proactiva de los/as jóvenes.

El presente documento tiene como cometido proporcionar una orientación de desarrollo curricular, que desde la visión de la educación holística promoverá las relaciones sociales equitativamente justas entre hombres y mujeres dentro del marco del Sistema Educativo Oficial, lo cual permitirá la armonía y el equilibrio de género, garantizando la plenitud de vida de todas y todos, contribuyendo de esta manera a promover la construcción de una sociedad democrática, intercultural y equitativa.

*La autorrealización de niños, niñas y jóvenes, les permite desarrollar sus potencialidades, ser sociables y asertivos, ser creativos y comunicativos, y sobre todo fortalecer su espíritu de búsqueda a través del ejercicio de su propia libertad, y en definitiva desarrollar su personalidad moral. La persona realizada tiene alto sentido de sí mismo y de los demás, es seguro emocionalmente y se acepta como es. Establece relaciones afectivas sanas, es comunicativo, piensa y reflexiona con autonomía y responsabilidad social.*

(Ciudadanía y Cultura de Paz en la Reforma Educativa. Guatemala Abril de 2005)

## ¿QUÉ ENTENDEMOS POR EDUCACIÓN HOLÍSTICA?

La Formación Holística atiende de manera armónica e integrada las cuatro dimensiones del ser humano: física, intelectual, emocional y espiritual, y tiene como principio la pedagogía de amor universal, que desarrollando todas estas dimensiones, va formando al ciudadano responsable que es capaz de promover una cultura de paz; desde la ética social, el diálogo, el desarrollo sustentable, la solidaridad, y la superación de la pobreza.

Cuando estas cuatro dimensiones han sido atendidas oportunamente, el ser humano logra poseer: una plenitud Física que le permite el **Saber Hacer**; una plenitud Intelectual que le permite **el Saber** para poder expresar la sabiduría que ya posee en el interior de sí mismo; una plenitud Emocional que le permitirá el **Saber Convivir** y una plenitud Espiritual que le permitirá el **Saber Ser Auténtico**. Por esta razón la atención del Ser Humano Integral es un giro extraordinario que debe tomar la educación en sus diversas formas, cuyo resultado será también un giro extraordinario de nuestra sociedad y planeta.

### Principios Pedagógicos de la Educación Holística

- » **El primado de la persona** que considera al alumnado protagonista de su propia formación e historia; que demanda atención, fomento y apoyo hacia las iniciativas que promueven su desarrollo integral.
- » **El desarrollo de la iniciativa individual** que permite la afectividad y el respeto a la espontaneidad de la persona como principios para la interacción humana y para los fines prácticos de la formación.
- » **La creatividad en lo cotidiano** que lleva al ser humano a explorar sus múltiples facetas para ser capaz de captar, dar y expresar sentido a la realidad mediante el diálogo consigo mismo, con el otro y con el entorno.
- » **Socialización de los aprendizajes** que permite el diálogo constructivo, la coordinación de intereses, la toma de decisiones colectivas, la organización de grupos de trabajo, la distribución de responsabilidades y la puesta en práctica de estrategias positivas de resolución de conflictos y de dinámica grupal.
- » **Evaluación formativa** que ha de ser basada en la observación de conductas como un proceso de recogida de información que posibilite la sistemática puesta en práctica de cuantas medidas sean necesarias (curriculares, organizativas,..) para adecuar el proceso de enseñanza, al proceso de formación de cada participante.

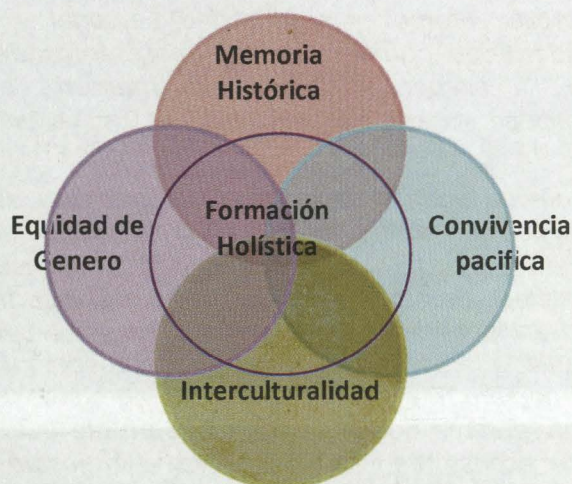
### Perfil de los Docentes como Facilitadores

Como facilitadores su papel es orientarlos y acompañarlos en el proceso de descubrir y auto descubrirse, colaborando en ampliar la visión de la persona y del grupo, por lo tanto los docentes deben ser personas serenas, que se dan y comparten sus propias experiencias de autoconocimiento y transformación. Por esto es importante que tengan la experiencia continua de un proceso personal de desarrollo integral, para que pueda compartir con el grupo en calidad de testigos y no de maestros, considerando a los participantes como socios del aprendizaje, para contribuir óptimamente a la formación de seres humanos auto realizados, vinculados e integrados a las realidades de transformación de su entorno. En conclusión ser facilitadores es más que, un quehacer puntual, una forma de ser y una actitud ante la vida.

## LA FORMACIÓN HOLÍSTICA COMO EJE TRANSVERSAL EN EL PROCESO EDUCATIVO

La Formación Holística como eje transversal, en este caso, se constituye en fundamento para la práctica pedagógica, al integrar los campos del ser, el saber, el hacer y el convivir a través de conceptos, procedimientos, valores y actitudes que orientan la enseñanza y el aprendizaje, conduciendo a la formación de personas capaces de convivir en una sociedad donde se desenvuelvan en forma tolerante, solidaria, honesta y justa.

En este caso la transversalidad se convierte en un instrumento de carácter globalizante que atravesara, vinculara y conectara los diversos componentes del programa **“Mejorada la Formación Ciudadana y Educación para la Paz”** que ACONANI viene implementando, los cuales son: Memoria Histórica, Interculturalidad, Convivencia Pacífica y Equidad de Género, dando una visión de conjunto a todo el proceso y contribuyendo de esta manera a: la formación equilibrada de la personalidad, inculcando respeto a los derechos humanos y a otras culturas y por ende se eliminan discriminaciones existentes por razón de sexo, o por la pertenencia a una minoría étnica.



Este enfoque transversal no niega la importancia de las otras asignaturas del CNB, sino que más bien conduce a una educación significativa para el estudiante, a partir de la conexión de dichas asignaturas con los problemas sociales, éticos y morales presentes en su entorno. Para esto será necesario hacer este proceso como inducción a los otros componentes del programa para que sea posible acompañar todo el proceso, de metodologías, acciones y estrategias que la convertirán en un instrumento útil y operativo para todas las demás asignaturas de la educación formal.

### Herramientas metodológicas

El trabajo con adolescentes y jóvenes requiere necesariamente la implementación de estrategias alternativas y herramientas de trabajo que impliquen "Sentir en el cuerpo" lo vivenciado. La metodología lúdica, participativa, reflexiva y experiencial lograra cambios de actitudes, partiendo de la reestructuración de pensamientos, sentimientos y comportamientos, a través de los cuales las personas podrán "darse cuenta" de los aspectos en los que deben mejorar y trabajar, encaminándose luego a asumir compromisos de acción. Estas herramientas por su naturaleza vivencial-experiencial, su carácter novedoso en la construcción e implementación y su componente socio educativo, permitirán la libre expresión desarrollando la creatividad como capacidad inherente a los seres humanos. Así mismo las reflexiones constantes serán un detonante del aprendizaje llevando a los participantes hacia una adecuada interiorización de lo experimentado, para que a través de un procesamiento, se logre reflexionar y ponerlo en práctica en las diversas dimensiones del individuo en lo cotidiano

## CNB Y EQUIDAD DE GÉNERO

La visión de formación ciudadana, presente en la Reforma Educativa, iniciada en 1997 desde la cual hemos fundamentado parte de esta guía, plantea precisamente *“la participación social, y ciudadana, el liderazgo individual y colectivo, el desarrollo del protagonismo de los sujetos y grupos sociales, la comunicación dialógica y el desarrollo de capacidades para manejar procesos, afrontar situaciones, conflictos y los mismos hechos de violencia”*

Entre las propuestas que se tuvo durante los diálogos, que propiciaron esta Reforma Educativa, podemos destacar la importancia que tuvo la IDENTIDAD para lo cual se argumentó la necesidad de propiciar: *“El desarrollo de las identidades, lo cual implica, **fortalecimiento de la autoestima en las diversas expresiones de la identidad; conocimiento y respeto a la dignidad de las personas, grupos sociales y a las diferentes culturas, como parte del proceso de la construcción de la identidad nacional y de la formación de valores cívicos, culturales sociales, morales y éticos.**”*

*Esto significa reconocer tanto los valores universales como los propios de las diferentes culturas y comunidades lingüísticas e implica promover la identidad personal y las expresiones artísticas y culturales que expresan **la identidad comunitaria regional, étnica de género y nacional.** En tal sentido la memoria local, la historia nacional y **la memoria histórica** constituyen partes fundamentales de dicha identidad (Ciudadanía y Cultura de Paz en la Reforma Educativa, UNESCO, Guatemala Abril 2005)*

Por otra parte el CNB *se refiere, fundamentalmente, a **la relación de justicia entre hombres y mujeres** de los diferentes Pueblos que conforman el país y requiere, por lo tanto, **del reconocimiento, aceptación y valoración justa y ponderada de todos y todas en sus interacciones sociales y culturales.** Su propósito principal es **eliminar toda forma de discriminación entre hombres y mujeres** y lograr la igualdad en: derechos, oportunidades, responsabilidad, acceso a la educación, participación social y ciudadanía, que permita la aceptación, el respeto y la valoración de la condición propia de ser mujer o de ser hombre. Por esta razón hemos agregado, como parte de la creación de nuevas formas de convivencia, el tema del **Desarrollo Sostenible** que busca el mejoramiento de la calidad de vida. Esto implica el acceso, en forma equitativa, al **mejoramiento de las condiciones de existencia que permitan satisfacer las necesidades básicas, así como otras igualmente importantes de índole espiritual.***

Por lo tanto esta guía constituirá una Orientación de Desarrollo Curricular para promover la Equidad de Género, la Convivencia Pacífica y la Educación para el Desarrollo Sostenible. Propiciando que las y los jóvenes sean agentes de cambio para la promoción de una cultura que reconozca el equilibrio entre lo femenino y lo masculino en la dualidad humana, fortaleciendo de esta manera, a través de comportamientos específicos, los lazos afectivos y efectivos desde la familia como célula fundamental de la sociedad, con lo cual se propiciara tal y como lo indica la Ley de Educación Nacional, *“**Una educación basada en principios humanos, científicos, técnicos, culturales y espirituales que formen integralmente al educando, lo preparen para el trabajo, la convivencia social y le permitan el acceso a otros niveles de vida**”* (Congreso de la República de Guatemala. Decreto Legislativo No. 12-91-1991)

### Desarrollo de las actividades de la guía

La guía cuenta con 4 temas fundamentales los cuales serán desarrollados en 16 actividades. Todas las actividades llevan una tarea que servirá para ir evaluando constantemente a cada alumno con respecto a sus comportamientos y actitudes que nos ayudaran a visualizar el cumplimiento del objetivo. La última actividad de cada tema tendrá la elaboración de un proyecto escolar que estará interrelacionado con el CNB lo cual permitirá que al final del proceso los y las jóvenes tengan herramientas para poder transformar su realidad personal, familiar, laboral, comunitaria y nacional desde nuevas formas de relaciones.

## 2. CONTENIDO

### 1. EL SISTEMA RELACIONAL DE DOMINACIÓN

Desde los inicios de la humanidad podemos observar a lo largo de la historia, como se han venido dando constantes invasiones y ocupaciones violentas a diversos pueblos y grupos étnicos; lo cual es una muestra del Sistema Relacional de Dominación que ha prevalecido hasta hoy. Estos seres humanos que debido a la ambición por la riqueza y el poder han adoptado comportamientos crueles e inhumanos, no tienen necesariamente piel blanca, o negra, o amarilla, o roja, tanto los invasores como los oprimidos han tenido todos los colores de piel, y en su historia es probable que en su oportunidad, hayan sido tanto victimarios como víctimas de otros.

Todas las acciones de este sistema tienen como fundamento obtener el poder, el control y la riqueza material, su metodología es imponerse por medio del <autoritarismo>, ante el cual se sabe que habrá resistencia porque el oprimido reaccionará en defensa, dando lugar a comportamientos bélicos que no permiten una convivencia pacífica. Según este sistema sólo hay un modelo de ser aceptable y respetable: <ser poderoso y rico>, de allí que tanto el que se siente con poder y el que no, tienen una baja estima de sí mismos, porque dependen del modelo propuesto para sentirse alguien respetable, esto tiene como consecuencia las reacciones emocionales desintegradas de quien no ha experimentado el verdadero respeto a su dignidad ni a la del otro.

En Guatemala los conflictos que hasta hoy estamos enfrentando se encuentran latentes en la memoria colectiva con la invasión española y aún antes de ella, pues la cultura de violencia que hoy prevalece, se sembró hace ya mucho tiempo. Hoy en día la gran mayoría de este país está dividida y convencida de que <tiene que salir del papel de subalterno> y la rivalidad instalada los lleva a impedir que otros suban, entonces la mentira, el engaño, la traición, la corrupción y hasta el asesinato, son acciones viables cuando de alcanzar el poder se trata y es probable que nosotros mismos estemos reproduciendo algunos de estos comportamientos y los aceptemos como el modo correcto, de allí que la violencia verbal, emocional y física contra la mujer parecen encontrar siempre una justificación.

Por esta razón vivimos hundidos en la angustia de una vida conflictiva y sin resolver, en el corazón hay cólera, resentimiento, envidia, frustración, dolor, y otros sentimientos igual de destructivos. Debemos ser conscientes que es urgente romper con este sistema, siendo agentes de cambio a través de la educación de los niños y jóvenes propiciando de esta manera un cambio de paradigma sobre la forma de relacionarse entre hombres y mujeres

### 2. EL SER HUMANO INTEGRAL

Todos los hombres y mujeres estamos dotados de una dimensión física, una dimensión intelectual, una dimensión emocional y una dimensión espiritual; nos desenvolvemos dentro de un ambiente; en el cual influye un sinnúmero de características biológicas, psicológicas, sociales y espirituales. Con los avances de la modernidad, científicamente, se comenzó a aceptar la idea de que como seres humanos somos afectados no solo por el cuerpo físico, sino también por las emociones y sentimientos, por la forma de pensar y por la expresión espiritual. Siendo una totalidad, es imposible separar estas dimensiones y podemos afirmar y establecer plenamente cuánto influyen una sobre las otras y cuánto depende la una de las otras.

Por ello es necesario un equilibrio entre la interioridad y la exterioridad. La interioridad implica que una persona se ha explorado y experimentado a sí misma, dando como resultado su auto aceptación y autoestima. La exterioridad implica que la persona está abierta no solo a sí misma y a su interior, sino también a su entorno exterior.

Estos descubrimientos ya se conocían desde los inicios de la humanidad, las filosofías ancestrales en sus cosmovisiones, han visto al ser humano como la agrupación de algunas "partes" que lo componen, para ellos el ser humano no es solo la suma superpuesta de estas, sino las interrelaciones entre ellas.

Podemos asumir entonces que el bienestar del Ser, es la armónica interrelación de sus dimensiones, y el desequilibrio es la interrelación no-armónica entre ellas. Por esta razón lograr que tanto hombres como mujeres encuentren su propia y autentica identidad, que es perfecta, única, maravillosa e irrepetible, implica una educación pertinente que respete el proceso de cada uno y que involucre a las cuatro dimensiones del ser humano. Esto permitirá vivir conscientemente, de manera equilibrada y alineada, todos los aspectos de nuestra vida y este equilibrio emocional y afectivo conducirá a la ética sexual, la honestidad, la solidaridad y la empatía, así como a la toma de conciencia cada vez más profunda del sentido de libertad personal, iniciativa y responsabilidad de la propia vida.

### **3. EL SER HUMANO EQUILIBRADO**

Aun cuando el hombre es primordialmente un canal masculino, mientras la mujer es primordialmente un canal femenino, toda su energía y fisiología son un reflejo de ambas energías, por lo tanto cuando hablamos del ser humano equilibrado nos estamos refiriendo a las dos energías que están presentes en menor o mayor grado en todas las personas. El ser humano es un ser dual: dos cerebros (dos hemisferios cerebrales) y dos lados (masculino, femenino).

La historia de la humanidad está llena de la dominación de esa energía masculina y hoy por hoy aun cuando lo femenino está despertando y poniendo su presencia en todos los sitios, no todas las mujeres han tomado su verdadero poder femenino y muchas siguen viviendo en una civilización completamente masculina, asumiendo los patrones masculinos y creyendo así obtener su propia liberación a través del poder. El hombre, por su parte, está aferrándose como puede a los viejos patrones y paradigmas, sin querer mirar a otro lado, aun sabiendo que éstos ya no sirven y que nos llevan al dolor y a la destrucción.

Mientras tanto, la propia lógica de la civilización masculina nos sigue llevando cada vez más a un ser humano esclavizado, con su mente domesticada, sus emociones reprimidas y su cuerpo afectado por el desequilibrio. La pregunta que surge es en este entorno ¿Cómo está siendo experimentada la sexualidad por los jóvenes y las jóvenes? ante la creciente información sobre sexualidad que ahora reciben ¿En dónde queda la Ética Sexual?

Este no es un tema fácil, por un lado los sectores conservadores insisten en cargar la sexualidad con muchos juicios, miedos y distorsiones, que llenen de miedo y de tensión a una gran mayoría cuando debe expresarse sexualmente. Y por otro lado algunos sectores más liberales a través del derecho a la educación sexual, transmiten el paradigma que no se puede evitar satisfacer la necesidad sexual en la dimensión física, con lo cual están propiciando que el otro o la otra sean visto únicamente como objetos satisfactorios, lo cual está provocando que se den las relaciones sexuales prematuras y sin responsabilidad.

En principio, la expresión de la sexualidad en pareja es más que un acto físico, y realizada en forma responsable, se convierte en una danza mutua de las energías masculina y femenina, en la cual participan las dimensiones; física, mental, emocional y espiritual de la pareja. Por lo tanto una relación sexual plena requiere de una madurez física, emocional, intelectual y espiritual, pues solo así se garantiza el pleno goce desde una ética sexual, que se constituye en un factor indispensable para la equidad de género y la erradicación de la violencia contra la mujer.

#### 4. CREANDO UNA NUEVA FORMA DE CONVIVENCIA

Una parte fundamental de esta nueva forma de convivencia debe ser el desarrollo humano sostenible, que está centrado en el logro de una mejor calidad de vida para el ser humano a nivel individual y social, potenciando la equidad, el protagonismo, la solidaridad, la democracia, la protección de la biodiversidad y los recursos naturales del planeta; el respeto a la diversidad cultural y étnica, de manera que no se comprometa el desarrollo de las generaciones futuras.

En el año 2012 según la cosmovisión Maya, hemos cerrado un ciclo de 13 B'aktunes, cada B'aktun tiene un total de 5,200 años, con el número 13 concluye una era. Las eras son los distintos espacios de tiempo cíclico de evolución del mundo y el ser humano, y según la cultura Maya ya han transcurrido varias eras cósmicas desde que apareció la vida sobre la tierra. El Popol Wuj, nos dice que este acontecimiento es muy importante para la regeneración natural de la madre tierra y también para nuestras civilizaciones porque estaremos finalizando la cuarta era a partir de la cuarta creación en que se creó al hombre de maíz.

Siendo Guatemala el corazón de esta gran civilización maya, nos ha permitido ser partícipes del inicio de esta nueva era, que nos presenta la oportunidad para crear una nueva forma de relaciones hacia una vida equilibrada y en armonía, tanto entre seres humanos como con la naturaleza y el universo. El 13 b'aktun por lo tanto, nos ofrece una oportunidad de profundos cambios para la humanidad, una oportunidad para llegar a un nuevo amanecer, siendo el punto de encuentro para iniciar una armonización material y espiritual, que nos prepara para transitar por el cambio de ciclo del tiempo, a través del legado de la cosmovisión maya.

Debemos entonces empezar la búsqueda de nuevas formas de relaciones, porque aun cuando hemos sido domesticados por el actual sistema y aun cuando hemos sido educados para la desigualdad, el antagonismo y la división entre hombres y mujeres, todos y todas seguimos siendo seres humanos capaces de amar; y dignos de ser amados, porque todos y todas poseemos una naturaleza sensible al amor, solo necesitamos experimentarlo. Hemos heredado el dolor, la división por la codicia y el individualismo, la desconfianza, la frustración, el terror y la impotencia, pero ahora tenemos la alternativa que nos da el poder de la transformación hacia una realidad más justa y humana, porque todo esto no lo llevamos en la sangre.

*En la sangre llevamos la solidaridad, la dignidad de la resistencia histórica, la fuerza ancestral del Formador y el Creador, la gratitud y el respeto a la Madre Tierra y con ella a la vida en todas sus manifestaciones. Llevamos en la sangre la fuerza de la vida que retoña después de la tormenta. Lo demás nos lo podemos sacudir de encima, lo demás lo podemos transformar. Todo lo que haya pasado, ya está escrito en el Corazón del Cielo, y cae como lluvia renovada para la nueva cosecha.*

*Ya está escrito en el Corazón de la Tierra, y de allí brotará transformada en enredaderas de solidaridad y dignidad. Ahora lo que nos toca hacer es volver a la siembra y soñar con la cosecha.*

*No a la violencia porque no queremos retoños que se devoren entre sí, no a las deslealtades y traiciones, porque no queremos retoños arrancados antes de sentir el calor del sol. El camino está trazado, los pasos están dados, sólo hay que tener valor de soltar las penas que nos envejecen, las cosas que nos reducen, los egoísmos que nos pudren y gozar la eterna alegría del que comprende, la infinita riqueza del que no posee nada y la eterna juventud del que todo lo comparte.*

(Folleto "Hilando Redes Comunitarias para la Paz" María Falla Arivillaga. Quiche y Totonicapan, 2007)

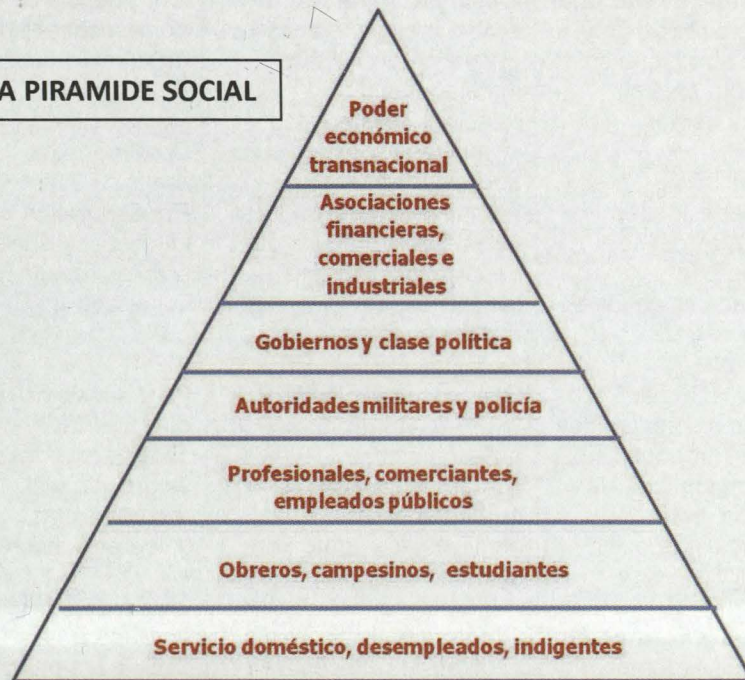
*Educación para la paz es educar en valores, y éste, es un factor determinante para alcanzar la calidad educativa que propone el sistema de educación nacional. Contribuye al establecimiento de actitudes favorables a la inclusión, igualdad, identidad, diversidad cultural y, a superar las limitaciones para el desarrollo de la escolaridad, como la baja autoestima, la incorporación tardía brecha de género, violencia en la escuela y deserción.*

(Programa de Educación para la Paz, Acuerdo Ministerial 1147-2010)

### 3. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

#### A. EL SISTEMA RELACIONAL DE DOMINACION

LA PIRAMIDE SOCIAL



## Competencias en base a la Formación Holística y su relación con la competencia del CNB

<b>Formación Holística</b>				<b>Indicador de logro</b>
<b>CONTENIDOS</b>				
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	Identifica los desafíos que debe enfrentar en la vida diaria para dejar de ser reproductor del SRD
<b>I. El Sistema Relacional de Dominación</b>	El Sistema Relacional de Dominio de unos sobre otros, que se sustenta en el autoritarismo	Observación de las emociones generadas por el miedo que ha sido instalado en las relaciones inmediatas y creencias asumidas para sobrevivir en el SRD	Consciencia de la corresponsabilidad en la reproducción del Sistema Relacional de Dominio	
<b>II. El proceso de desarrollo integral vulnerado</b>	Las necesidades integrales del ser humano no satisfechas, vulneran el proceso de desarrollo	Identificación del impacto que tiene el proceso de desarrollo vulnerado, en las relaciones interpersonales	Predisposición para identificar y sanar su propio proceso vulnerado	
<b>III. Educados para el antagonismo</b>	Desde el hogar hemos sido educados para el antagonismo, la competencia y la división, entre persona y grupos	Descripción de las expresiones de antagonismo, competencia y división que interfieren en la convivencia y armonía social.	Predisposición para contribuir a una convivencia desde la valoración y el respeto a las diversas culturas	

### Área: Ciencias Sociales y Formación Ciudadana. Tercer Grado, Ciclo Básico

**Competencia 2 del CNB:** Argumenta desde diversas perspectivas algunas de las principales características de la sociedad contemporánea, en la comprensión de la multicausalidad.

<b>CONTENIDOS</b>				<b>Indicadores de logro</b>
<b>Actividad</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>IV. Un cambio de paradigmas</b>	Características de la 'Guerra Fría'. Conflicto ideológico entre Capitalismo, y Socialismo	Interrelación del rompimiento de la alianza creada durante la Segunda Guerra Mundial con la formación del sistema bipolar.	Adopción de un método de trabajo ordenado y riguroso en el estudio de los hechos históricos.	2.2 Analiza el período de construcción de uno de los tantos ciclos de cultura de violencia que han azotado a Guatemala
	Sistema Bipolar	Argumentación sobre, de cómo, las diferentes formas de pensar llevaron al mundo a su división		
	Diferencia de pensamiento durante la Guerra Fría.	Opinión sobre cómo las diferentes formas de pensar llevaron al mundo a su división.	Emisión de juicios sobre los elementos positivos y negativos de la historia contemporánea	

Currículo Nacional Base Tercer Grado Nivel de Educación Media, Ciclo Básico Pág. 53

# Actividad I

## El Sistema Relacional de Dominación

### 1º La puerta estrecha

Buscar una puerta y hacerla estrecha es decir dejar lugar solo para una persona. Formar dos grupos, pedir a un grupo que salga y el otro permanece adentro. Darles las siguientes indicaciones *“en el menor tiempo posible un grupo sale y el otro entra”* tomarles el tiempo en lo que un grupo sale y el otro entra. Las personas se empujaron se atropellaron pensando unos, en salir antes que los otros entren y los otros pensando, en entrar antes que los otros salgan. Indicar cuantos segundos tuvieron de tiempo y preguntarles *“quieren probar si pueden hacerlo en menos tiempo”* ellos lo volverán a intentar y es probable que lo hagan en menos tiempo pero seguirán atropellándose unos a otros

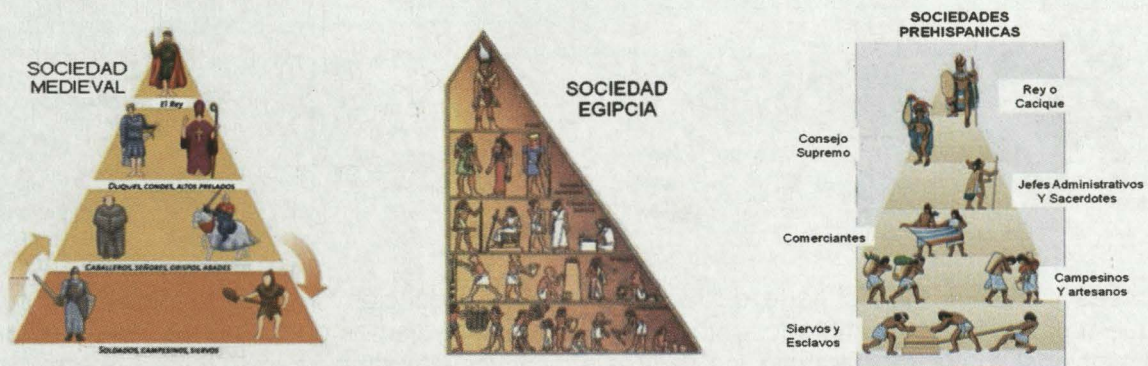
Ahora volver a preguntar *“quieren intentarlo de nuevo para ver si lo hacen en menos tiempo, pueden dialogarlo entre ustedes”* Si lo vuelven a intentar probablemente se pongan de acuerdo y primero salga y grupo y el otro entre después o bien cada grupo tenga su propia estrategia y sigan compitiendo Una vez que terminen haga la pregunta: *“porque se atropellaban unos a otros”* es probable que ellos respondan que querían ganarle al otro grupo, entonces hágales ver que usted nunca les dijo que era una competencia en al que un equipo ganaba y el otro perdía

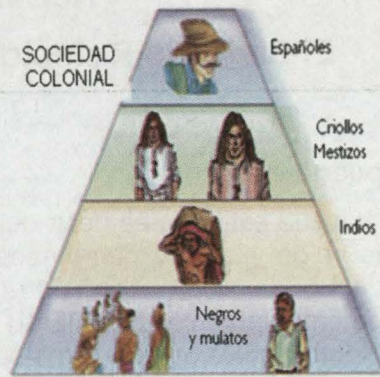
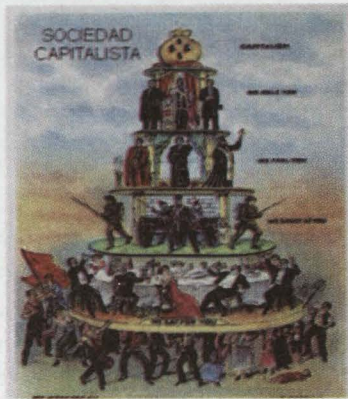
Las instrucciones fueron *“en el menor tiempo posible unos entran y los otros salen”* o sea en cuanto menos tiempo hicieran el triunfo seria para todos. Nunca se habló de competencia ni de equipos, sin embargo ambos grupos intentaron que el otro grupo perdiera para poder ganar la competencia

**Enseñanza:** *en nuestro imaginario existe la creencia que para ganar es necesario que otro u otros pierdan, es decir solo puede haber un ganador, por eso es necesario “pelear” por el primer puesto, ahora veamos desde cuando se formó esta creencia en nosotros*

### 2º ¿Por qué estamos como estamos?

Vivimos en un Sistema Relacional de Dominación (SRD) de unos sobre otros. En el transcurso de la historia de la humanidad desde siempre ha venido predominado el afán de dominar, en su oportunidad, todas las razas etnias y grupos sociales, una vez sienten que tienen el poder, han pasado de ser oprimidos a ser opresores y viceversa.





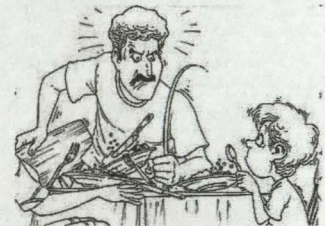
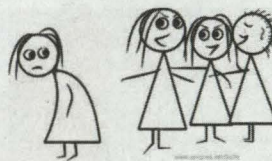
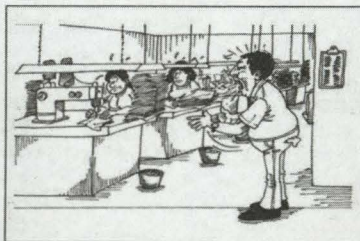
Desde entonces y hasta ahora, este sistema ha venido transmitiéndose y reproduciéndose de generación en generación. *“En esta gran familia humana, todos quieren ser el que manda”*



Podemos afirmar que su objetivo es **dominar** y su metodología es el **autoritarismo**, para esto se recurre a la **humillación, la represión y el castigo** y la reacción natural ante esto es el **miedo y la mentira** que son como las dos grandes columnas que lo sostienen.

*“Mis órdenes no se discuten, se cumplen”.*

Y quienes se sienten amenazado por el sistema buscan mecanismos de defensa y reaccionan sometiéndose, atacando o adecuándose, según sea el caso, lo cual valida la rivalidad como medio para poder obtener el poder. Por eso en cuanto se tiene una oportunidad de mandar nos sentimos poderosos, y consciente o inconscientemente aprovechamos la oportunidad porque asumimos que está permitido y lo reproducimos sin cuestionarlo, porque: **“Así ha sido siempre”**



Entonces seguimos siendo parte de la cadena de reproducción de este sistema deshumanizador, porque nos hemos acostumbrado tanto a este sistema que vemos como “normal” el autoritarismo en: lo institucional, lo social, el trabajo, los centros educativos y finalmente en la familia que es donde esto empieza, porque desde allí decidimos como vamos a relacionarnos con el mundo.

### El caso del chofer de camioneta

*El piloto de la camioneta toma el volante y lleva a los pasajeros a grandes velocidades de peligro y no le importa la vida de los demás, ni sus quejas. El siente que en ese momento tiene el control sobre los demás porque necesitan de él, si alguien le reclama responde. "Si no le parece bájese".*

*En el momento en que tiene el volante en sus manos: él está en situación de mando se vuelve insensible al dolor ajeno, individualista, prepotente, soberbio, manipulador, que son actitudes propias de quien está en situación de mando. Sin embargo puede ser que cuando se baje del vehículo y se enfrente al dueño de la camioneta que le exige determinados resultados, se manifiesten otras emociones. En el momento de encarar al dueño de la camioneta: está en situación de subalterno y se vuelve desconfiado, resentido, vengativo, miedoso, sumiso.*

*Lo mismo pasa cuando se enfrenta con los que lo extorsionan y le exigen al pago para no matarlo, entonces el miedo lo domina y termina cediendo a la extorsión en todo caso lo que hace es cobrar más el pasaje para poder pagar la extorsión y los pasajeros pagaran lo que sea con tal de poder llegar al lugar que se dirigen.*

Mientras hay uno que ejerce el mando hay otros que asumen su papel de **subalternos**, que llenos de miedo sirven al poder y la riqueza en su lucha por sobrevivir. Las características de la relación entre el que manda y los que obedecen, se sienta sobre la base del MIEDO a ser lastimado, (desde un golpe a un desprecio), LA MENTIRA es una buena forma de sobrevivir ante la amenaza de la agresión.

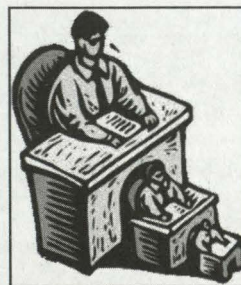
Discutir con los alumnos

¿Por qué se da esta situación?

¿Por qué los pasajeros aceptan esta situación?

### 3º ¿Cómo se instala este sistema en nuestras vidas?

Pedir a los alumnos que respondan ¿Puedes recordar cual fue tu primera mentira que dijiste de niño? Ahora también recuerda ¿Por qué mentiste? Indiscutiblemente **fue por miedo** porque probablemente si hubieras dicho la verdad hubieras sido castigado ¿no?



Generalmente los miedos son tres: miedo a perder el afecto, miedo a perder la seguridad física y miedo a perder el control sobre algo o sobre alguien. Entonces aprendemos que decir la verdad es peligroso, por lo tanto validamos la mentira porque nos permite “sobrevivir” a este sistema que humilla, reprime y castiga. Entonces este desequilibrio emocional trae como consecuencia las *reacciones emocionales desintegradas que son*: El odio, la desconfianza, el engaño, la traición, el resentimiento, la venganza, el sometimiento, la depresión, la indiferencia, el conformismo, la violencia contra el más débil. La pregunta es entonces ¿Cómo podemos salir de este sistema? De este sistema deshumanizador solo se puede salir, rompiendo en mis comportamientos la reproducción del mismo.

#### 4º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### Tarea

Copiar las siguientes frases en la pizarra y pedir a los alumnos que copien en sus cuadernos las frases que ellos repiten con frecuencia y respondan las preguntas

<b>Autoritarismo</b>	<b>Rivalidad</b>	<b>Sumisión</b>
“Aquí mando yo” “Creen que estoy pintado” “Me estás viendo la cara” “Esto no se va a quedar así” “No saben con quien se están metiendo” “No servís para nada” “Aprende de mí, yo sí que no me dejo de ninguno” Te salió respondona la criada	“Con los más calladitos hay que tener cuidado” “ En cosas de dinero no existen los amigos ” “En el amor y en la guerra todo se vale” “Quien me la hace, me la paga” “Conmigo encontró la horma de su zapato” “Si yo no tengo cuidado, se aprovecharan de mi” El que nació para maceta del corredor no pasa	“lo que usted ordene” “mande usted” “El que paga, manda” “Mejor no digo nada para que no se enoje” “Los pobres tenemos que aguantarnos” “Yo tengo la culpa” “Siempre me ven la cara”
¿En dónde escuche por primera vez estas frases?		
¿Qué descubrí?		

Finalmente los alumnos comparten esto en el aula antes del siguiente tema

**Evaluación del aprendizaje:**

- ❖ Realiza y entrega su hoja de tarea
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad II

### El Proceso de Desarrollo Integral Vulnerado

#### 1º los mecanismos de defensa instalados

Leer esta historia:

*Doña Isabela en su casa tenía gallinas que utilizaba para comercializar huevos y poder dar de comer a sus 6 hijos. Todos los días sin falta doña Isabela iba al mercado a vender los huevos y siempre al salir de cada recordaba a sus hijos. –Cuidado dejan la puerta de la cerca abierta porque si lo hacen voy a castigarlos- Y se iba confiada en que sus hijos cuidarían que la puerta de la cerca estuviera cerrada y las gallinas no se escaparían.*

*Pero un día Pedrito que solo tenía cuatro años, jugaba con su pelota en el patio de la casa y al lanzar la pelota esta salió de la casa por encima de la cerca. Pedrito decidió ir por la pelota, abrió la cerca, vio para los dos lados de la calle, tal y como se lo había dicho su mamá, y cruzo la calle tras de su pelota, la alcanzo y regreso a su casa, pero olvido cerrar la cerca. Momento que fue aprovechado por las gallinas que salieron y se perdieron en la calle.*

*Cuando doña Isabela llego del mercado, vio la cerca abierta, corrió a la casa y al llegar vio que lo que ella tanto temía, las gallinas se habían ido. Muy molesta llamo a sus hijos y les pregunto ¿Quién dejo la puerta de la cerca abierta? Pedrito recordó que él había sido e inmediatamente respondió “Fui yo mama porque la pelota...” antes de que Pedrito terminara de explicar, la madre tomo una vara y le dio unos cuantos azotes. Pedrito se quedó llorando en el patio y ese día aprendió que <<ES PELIGROSO DECIR LA VERDAD>> por lo tanto la única forma de evitar que me castiguen es mentir.*

Preguntas de reflexión con los alumnos:

¿Creen que doña Isabela hizo lo correcto?

¿Qué paso con Pedrito después de ese castigo?

¿Por qué doña Isabela actuó así?

¿Cuál habría sido la forma correcta de proceder en este caso?

Doña Isabela reacciona enojada e hizo un berrinche y no escucho al niño olvidando que cuando alguien comete un error debe surgir un aprendizaje positivo para la vida, sin embargo muchas veces los castigos solo vulneran el desarrollo de los niños y niñas, lo correcto era que tanto Pedrito como los hermanos mayores aprendieran a cuidar de la casa en ausencia de la madre, y para esto ella debería: primero escuchar a Pedrito, segundo preguntar a los otros hermanos porque Pedrito estaba solo jugando en el patio y tercero hacerles ver que todos asumirían las consecuencias de lo ocurrido, o bien todos debían ir a buscar las gallinas.

También hubiera sido bueno advertir antes de cometer la falta, diciendo: *-hijos por favor cuiden que la puerta de la cerca de la casa siempre este cerrada porque si la dejan abierta las gallinas se saldrán y perderemos el negocio de los huevos-* o bien *-por favor les encargo que su hermanito no esté en el patio solo pues se puede salir y es peligroso por los carros que pasan en la calle-*

¿Qué necesidades no estaban siendo satisfechas de parte de doña Isabela con sus hijos?

Cuando alguna de estas necesidades no se cubren los comportamientos y actitudes pueden variar y causar conflictos.



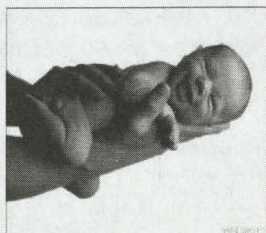
Pedir a los alumnos que respondan en su cuaderno

**¿Qué creen que sus maestros esperan de ustedes?**

**¿Qué esperaban ustedes de sus maestros?**

**¿Qué esperaban ustedes de sus padres?**

Si alguna necesidad no fue satisfecha durante la niñez es posible que ustedes estén respondiendo a los demás, desde la niña o niño interno "insatisfecho" que aún espera la satisfacción de sus necesidades. Entonces surge el <berrinche> tanto en niños como en adultos como señal de una necesidad no satisfecha, a través de éste, niños o adultos intentan comunicar sus necesidades, su vitalidad reprimida, su ritmo no comprendido, su desacuerdo, su frustración.



**2º El Proceso de Desarrollo integral Vulnerado**

Recordemos que todos y todas somos Seres perfectos maravillosos, únicos e irrepetibles. Sin las necesidades integrales satisfechas puede sucederle algo negativo durante el periodo de gestación, en el momento del nacimiento o en los primeros momentos del contacto con el mundo exterior, que dejara nuestro proceso de desarrollo vulnerado. Es decir desde el seno materno puede debilitarse este proceso porque todo lo negativo que vivió la madre la criatura lo asimila para ella. A la persona se le afecta desde el seno materno hasta los

7 años. Después de los 7 años surgen en el niño o niña los mecanismos de defensa, salvo en el área sexual que sigue siendo vulnerable hasta la adolescencia.

Durante los primeros años de vida, se tiene una necesidad fundamental: la necesidad de ser reconocido (a). La herida se produce por la falta de reconocimiento, por la falta de satisfacción de las necesidades integrales básicas que se ven afectadas con algunas de las siguientes situaciones:

<p><b>El niño no es reconocido en su identidad</b></p>	<p>No me aceptaron por ser mujer (o por ser hombre)                  No me aceptaron como era. (físicamente)                  No me reconocieron por ser lo que soy.                  No soy lo que los demás quieren que sea</p>
<p><b>El niño no se siente amado</b></p>	<p>No me reconocieron por lo que era sino por lo que hacía.                  No me amaron gratuitamente.                  Si te portas bien te quiero, Si te portas mal no te quiero.                  Ya no te quiero niño malo o por eso te quiero porque eres bueno</p>
<p><b>El niño se siente abandonado pues no le atienden</b></p>	<p>Mis papás no tienen tiempo para mí                  Mis papás siempre están trabajando                  Siempre estoy solo                  No miraba a mis padres durante todo el día y cuando llegaban ninguno me preguntaba como me había ido y como me sentía</p>
<p><b>No le demostraron amor o no le tocaron adecuadamente</b></p>	<p>No recibí el contacto físico que necesitaba.                  No me acariciaron, ni me tocaron, no me abrazaron                  Es necesario el percatarse del daño que se produce por el inadecuado y abusivo tocamiento (de tipo sexual) a los niños.                  Los niños que crecen en un hogar sin demostraciones de afecto, no sabrán como demostrar amor incluso a sus parejas.</p>

<b>No le creen lo que dice</b>	Yo decía la verdad y no me creían. Una cosa importantísima es esta, el niño no tiene por qué mentir, cuando dice que alguna persona le hizo algo malo hay que escucharlo. Podría ser que mientan para llamar la atención pero esto sería también un síntoma de que algo está mal. Nunca me escuchaban. Cuando el niño habla comparte lo mejor de si, por esto es una gran ofensa que no se le ponga atención y no se le crea.
<b>No apuestan por él</b>	Me creían tonto, siempre me repetían: No sabes hacer nada. No servís para nada. Manos de trapo todo se te cae. Me ignoran porque ninguno me pregunta que es lo que quiero yo Me sobre protegieron: No me dejaban hacer nada, no creyeron en mis capacidades. Los padres que les hacen sus deberes a los niños comenten un gran error, El niño necesita saber que sus padres confían en él y lo apoyan
<b>Siempre lo están comparando</b>	Me dicen que debo ser como mi hermano Me comparaban con otros Aprende a tu hermano él si sabe hacer las cosas Ojala fueras como tu hermana y no me dieras tantos problemas Mira tu hermano solo saca notas sobresalientes él si es un buen hijo Las comparaciones entre hermanos crean rivalidades y conflictividad familiar
<b>No le dan su rol</b>	El rol es el papel que el niño debe desarrollar para el mejor funcionamiento de la familia es decir todos deben sentirse parte de la familia En familias numerosas ocurre mucho esta situación a unos se les da mucho trabajo y a otro se les ignora o bien se le pide más de lo que puede dar a su edad No tenía un lugar en la familia Me mandaron a trabajar desde muy pequeño
<b>No tienen seguridad</b>	La zozobra económica, política, social o familiar genera inestabilidad. La violencia intrafamiliar, la extrema pobreza y la violencia social, son ahora graves peligros para el buen desarrollo de los niños. En casa no siempre teníamos que comer Me insultaban, me agredían

### 3º ¿De quién se espera la satisfacción de estas necesidades?

De la madre, el padre y/o los hermanos, abuelos, tíos. No necesariamente los biológicos sino quienes desempeñan ese rol durante los primeros años del niño. Actitudes, frases, exigencias de comportamientos superiores a su desarrollo, ser dejado al cuidado de varios miembros de la familia, ironías, burlas, chantajes, sobre protección; ambientes inhóspitos, económicamente precarios, insalubres, violentos o de guerra; momentos de intenso dolor y pérdidas afectivas tempranas. Son algunas de las posibles formas de experimentar el no-reconocimiento, la no-satisfacción de las necesidades integrales básicas, generándose así las heridas.

## Recordemos que las vivencias en el hogar determinan nuestros comportamientos

- ❖ Si en el hogar se vive con tolerancia, aprendemos a ser pacientes
- ❖ Si en el hogar se vive con estímulo, aprendemos a ser confiados
- ❖ Si en el hogar se vive con honradez, aprendemos a ser justos
- ❖ Si en el hogar se vive con seguridad, aprendemos a tener fe
- ❖ Si en el hogar se vive con aprobación, tendremos autoestima.

*Un niño/a amado/a, un niño/a feliz.  
Un niño/a feliz, un hombre/mujer íntegro/a.  
Un hombre/mujer íntegro/a, una familia ideal.  
Una familia ideal, un país más humano y justo  
Un país mundo más humano y justo, un mundo en paz*

### 4º ¿Qué hacer si descubrimos que nuestro proceso fue vulnerado?

Es probable que alguno haya descubierto que en su niñez ocurrieron cosas que no le ayudaron y probablemente hubieran querido tener una niñez diferente, probablemente hubieran querido que sus padres o quienes les educaron les trataran de forma diferente, pero ellos no supieron cómo hacerlo y ni siquiera se dieron cuenta de que estaban vulnerando su proceso de desarrollo.

Todos hemos sido víctimas de víctima, nuestros padres o quienes hayan vulnerado nuestro proceso, no lo hicieron a propósito, ellos también fueron educados de esta forma, si no pudieron demostrarnos su amor es porque a ellos tampoco se los demostraron. Ninguno es culpable, esta solo es una cadena que seguirá, hasta que alguien la rompa

### 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### Tarea

En tu casa trata de escribir una carta para tus padres o la persona que te cuidó cuando eras niño/a, dile todo lo que llevas en el corazón, no es necesario que le entregues la carta a quien se la escribes, es solo para que puedas ir sacudiendo de tu vida ese pasado que pesa como una piedra que no te deja avanzar. Puedes hacer varias cartas, hasta que ya no sientas ningún sentimiento negativo hacia esa persona.

Después en el aula puedes compartir como te sentiste después de escribir la carta y que descubriste

#### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Elabora su carta
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad III

### Educados para el Antagonismo

#### 1º ¿Qué es un paradigma?

Un paradigma es un modelo establecido de cómo hacer las cosas y del resultado de los usos, y costumbres, de creencias establecidas de verdades a medias; un paradigma es ley, hasta que es desbancado por otro nuevo. Los **Paradigmas** de autoritarismo fueron impuestos por el SRD, y luego nosotros nos hemos creado otros para sostener los primeros, y así sucesivamente.

#### Dinámica: "Cierto o falso"

Se colocan sillas de ambos lados del salón y a cada lado se coloca un cartel en donde diga "falso" de un lado y "cierto" del otro, se pide a los participantes que cuando se diga una frase, si ellos consideran que es falsa vayan hacia donde está el cartel con la palabra falso. O bien si creen que es cierta vayan del otro lado. Pero una vez estén de un lado deben argumentar porque creen que es falsa o cierta.

Frases:

"Los garífunas son gente huraña que no permiten que un extraño entre a su grupo"

"en los ladinos nunca se puede confiar"

"No tiene la culpa el indio sino el que lo invito a la fiesta"

"Los xincas son gente haragana por eso se mueren de hambre"

"En Guatemala es imposible que los cuatro pueblos nos llevemos bien porque somos diferentes y eso nunca va a cambiar"

Durante el debate, el facilitador, solo observara y escuchara los argumentos que los participantes proporcionen, sin intervenir. Finalmente se les pedirá que expongan las conclusiones respecto al debate. Cuando esta dinámica se realiza es posible que algunos consideren verdaderas estas frases porque han venido oyéndolas durante generaciones y generaciones el racismo está instalado en todos y todas "Porque así ha sido siempre"

#### 2º ¿Cómo nace un paradigma?



*Un grupo de científicos colocó cinco monos en una jaula en cuyo centro colocaron una escalera y, sobre ella un montón de bananas. Cuando un mono subía la escalera para agarrar la banana los científicos lanzaban un chorro de agua fría sobre los que quedaban en el suelo.*

*Después de algún tiempo, cuando un mono iba a subir la escalera, los otros lo agarraban a palos. Pasado algún tiempo más, ningún mono subía la escalera, a pesar de la tentación de las bananas.*

Entonces los científicos sustituyeron uno de los monos. La primera cosa que hizo fue subir la escalera, siendo rápidamente bajado por los otros, quienes le pegaron. Después de algunas palizas, el nuevo integrante del grupo, ya no subió más la escalera. Un segundo mono fue sustituido y ocurrió lo mismo. El primer sustituto participo con entusiasmo de la paliza al novato. Un tercero fue cambiado, y se repitió el hecho. El cuarto y finalmente el último de los veteranos, fue sustituido.

Los científicos quedaron, entonces, con un grupo de 5 monos que aun cuando nunca recibieron el baño de agua fría, continuaban golpeando aquel que intentase llegar a las bananas. Si fuese posible preguntar a algunos de ellos porque le pegaban a quienes intentasen subir la escalera, con certeza la respuesta sería; no sé, las cosas siempre se han hecho así aquí... ¿Te suena conocido?

De cualquier forma vamos a reflexionar sobre esta historia, compárala con tu vida; pues de una u otra manera puede ser que nosotros estemos haciendo las cosas de una manera y a lo mejor se puede hacer de otra.

¿Cómo quedo instalado este paradigma?

<b>Existe una NECESIDAD</b> Que es el problema a solucionar	<b>Se crea una IMAGEN</b> con la solución que se le da al problema	<b>Se da la VALIDACION</b> permitiendo los comportamientos de los demás que justifican la solución	<b>Surge una CREENCIA</b> Que queda instalada a través de la validación	<b>Se instala como una CONSTUMBRE</b> Aceptando el comportamiento que respalda la creencia	<b>Se transforma en LEY</b> Como la norma que rige el comportamiento
<i>“No ser mojados por el chorro de agua fría cuando alguien sube por bananas”</i>	<i>“Bajar a palos a cualquiera que quiera subir a traer bananas”</i>	<i>“Después de repetidas palizas ninguno sube”</i>	<i>“Ninguno puede subir a traer bananas porque se le baja a palos”</i>	<i>“Cada vez que un mono sube, se le da una paliza”</i>	<i>“A todo mono que suba la escalera se le aplicara una paliza”</i>

### 3º El antagonismo entre los cuatro pueblos que forman Guatemala

El antagonismo y la rivalidad son actitudes fomentadas por el SRD. Para sobrevivir en este sistema las personas desean obtener un lugar en la vida y creen que deben rivalizar con los demás. Este tipo de pensamiento ha contribuido a que los cuatro pueblos (mayas, garífunas, mestizos y xincas) se vean unos a otros como antagonistas, rivales y a veces también enemigos. En estas circunstancias es muy difícil y a veces hasta imposible, buscar el bienestar común como una prolongación de nuestro propio bienestar.

La palabra competencia en realidad significa tener las capacidades para ser eficiente y esto no tiene nada que ver con agredir o rivalizar con el otro. Lamentablemente este sistema, que sobrevive cuando las sociedades están divididas y fragmentadas, le puso apellido a la competencia y la volvió antagonista.

### **EDUCADOS PARA COMPETIR**

*La competencia entre los seres humanos es una actitud fomentada dentro de algunas sociedades. Las personas desean obtener un lugar en la vida y para ello se sugiere que los demás estorban. Este tipo de pensamiento ha contribuido a que los individuos se vean unos a otros como antagonistas, rivales y también enemigos. En estas circunstancias es difícil, sino imposible, sentir el bien del otro con placer y como una prolongación de nuestro propio bienestar. [...]*

*Los animales se destacan por un pequeño pedazo de alimento, los humanos a través del buen uso de nuestras características distintivas, podemos llegar a la conclusión que ese mismo, pequeño alimento, que nos sirve para mitigar nuestra hambre, puede ser compartido con otros. Que al dar y no siempre recibir nos convertimos en mejores personas y contribuimos al desarrollo de la equidad, la justicia y el bienestar común. [...]*

*Es natural que un ser humano defienda su vida, pero deja de ser humano que con tal fin dentro de las relaciones sociales se pontifique a la rivalidad, la competencia y la agresión entre unos y otros. La competencia tal vez nunca deje de existir, pero si enfocamos esta actitud en pro de competir con nosotros mismos una y otra vez, para lograr el refinamiento humano, tal como se realiza con una piedra preciosa, las concepciones en el mundo cambiarían de manera notoria.*

*Estaríamos hablando entonces, de una civilización en la cual cada quien se esforzaría por crecer, por vivir y vitalizar lo humanamente existente. No seríamos piedras corrientes en un camino de nadie, sino que la expresión de una sociedad con luz y color en la construcción de un camino que nos atañe a todos. No tenemos que ser rivales dentro de un mismo camino, si podemos ayudarnos a transitar el mismo, de manera que este se convierta en algo más liviano para cada quien. (Dra. Ana Cristina Morales Modenesi. Diario la Hora. Julio/2012)*

### **Dinámica de la telaraña**

- Los participantes se sientan en círculo y uno a uno responde a la pregunta ¿Cuál es tu tradición familiar o comunitaria que más te gusta y por qué? Mientras todos los demás escuchan atentamente
- Al terminar todos de exponer, se entrega la madeja de lana al primero en el círculo y se le pide que mencione cual fue la tradición que menciono y el coordinador pregunta ¿Quiénes se sienten identificado con esta tradición? Levanten la mano.
- Varios levantarán la mano y el que tiene la madeja de lana, toma una punta y lanza la madeja a uno de los que levantaron la mano
- Después el que ahora tiene la madeja de lana, hace lo mismo que el primero hasta que todos estén en la telaraña.
- Para finalizar uno a uno se va recogiendo la madeja de lana mientras y mientras cada uno la va regresando comparte como se sintió al descubrir que varias personas se identifican con sus tradiciones

**Recogiendo el Sentir:** interculturalidad significa, el reconocimiento y valoración de la diversidad étnica y cultural de nuestra sociedad, así como promover relaciones respetuosas entre sus miembros. Y a su vez implica transformar viejas pautas que han permitido relaciones basadas en ideas prejuiciosas y estereotipadas en los diferentes grupos que convivimos en este maravilloso país. Recordemos que en Guatemala el ejercicio de una ciudadanía plena pasa por la aceptación y reconocimiento de los derechos que tenemos todos y todas a partir de nuestra herencia cultural.

### 5° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

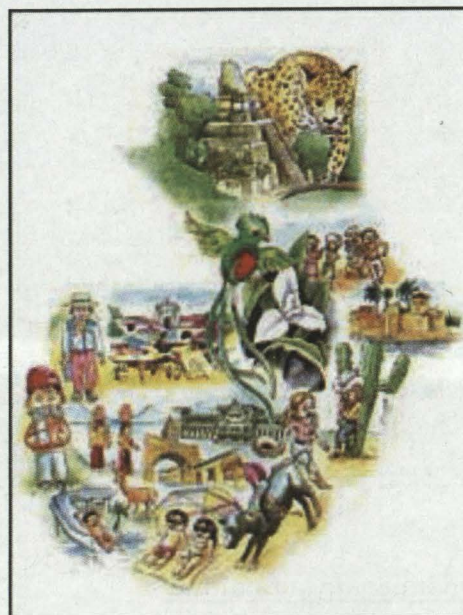
#### Tarea

#### Dinámica de “Los 4 pueblos”

Se divide a los alumnos en 4 grupos a cada grupo se le asigna el nombre de un pueblo,

1. Maya,
2. Xinca,
3. Garífuna
4. Mestizos

Se les pide que preparen la feria de las culturas y en ella representen de forma creativa la riqueza cultural de este pueblo. (Música, danzas, comidas, espiritualidad cosmovisión religión, costumbres, etc.)



#### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Participa entusiastamente en la investigación
- ❖ Participa con creatividad en la feria de las culturas
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad VI

### Un Cambio de Paradigmas

#### 1º Comprobando el conocimiento adquirido

Para cerrar este primer tema se deberá comprobar el nivel de conocimiento adquirido por los alumnos/as y para esto haremos con ellos el siguiente ejercicio

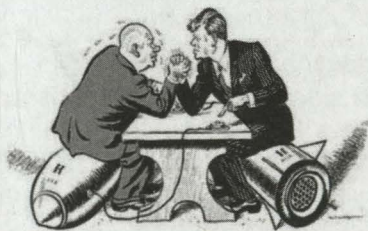
- Poner en tres papelografos o en la pizarra, los títulos de cada actividad:
  1. El sistema relacional de dominio
  2. El proceso de desarrollo integral vulnerado
  3. Educados para el antagonismo
- Hacer 4 grupos en el aula
- Pedir que uno a uno cada grupo vaya pasando y escriba en cada papelografo lo que recuerdan sobre este tema
- Y así sucesivamente hasta que hayan escrito en los tres temas
- Cuando los 4 grupos hayan terminado de escribir en los tres papelografos, se hará la plenaria en la cual los grupos leerán lo que escribieron
- El maestro/a completará en cada tema lo que los alumnos no hayan dicho, de manera que los tres temas queden claros para pasar al siguiente punto.

#### 2º Sistemas geopolíticos en la historia

Debemos definir la política como una manera de ejercer el poder con la intención de resolver o minimizar el choque entre los intereses encontrados que se producen dentro de una sociedad y la "Geopolítica como la doctrina de las relaciones terrestres y de los desarrollos políticos"

##### ➤ El Sistema de Geopolítica Bipolar (dos bandos peleando el poder)

La geopolítica bipolar es la interacción que se da entre dos superpotencias en un sistema internacional, nos referimos al sistema que existió durante muchos años durante la llamada "guerra fría" en el mundo. Se le denomina bipolar porque dos naciones eran las dos únicas potencias del mundo entero: Estados Unidos y la Unión de Repúblicas Soviéticas Socialistas (Rusia)



Estos eran los dos grandes frentes políticos, económicos y sociales que guiaban al mundo. Por un lado los Estados Unidos de América con la defensa del **Sistema capitalista neoliberal** y la Unión Soviética con el **Comunismo**. Por muchos años ambos financiaron a varios países para luchar contra la ideología del otro, provocando dentro de estos países luchas internas sangrientas que al final no tuvieron ningún beneficio para la población, sino únicamente sirvieron para medir las fuerzas de las dos grandes potencias, dejando el antagonismo instalado y debilitando la gobernabilidad en estos países

#### Que entendemos por Capitalismo Neoliberal

El neoliberalismo ha sido impuesto en todo el mundo por poderosas instituciones financieras como el Fondo Monetario Internacional, el Banco Mundial y el Banco Interamericano de Desarrollo. Algunos de los peores efectos se sintieron en México, donde los salarios disminuyeron entre 40 y el costo de vida aumentó 80 por ciento. Más de 20.000 pequeñas y medianas empresas quebraron, y más de mil compañías públicas fueron privatizadas. En Estados Unidos, el neoliberalismo está destruyendo



programas de bienestar social, atacando los derechos de los trabajadores (incluidos los de los inmigrantes) y recortando programas sociales. Los beneficiarios del neoliberalismo son una minoría de la población mundial. Para la vasta mayoría sólo produce más sufrimiento que antes: un sufrimiento sin los pequeños y difíciles logros de los últimos 60 años, un sufrimiento sin fin.

### Que entendemos por Comunismo



El comunismo es un movimiento político cuyos principales objetivos fueron el establecimiento de una sociedad sin clases sociales, basado en la propiedad social de los medios de producción, la abolición de la propiedad privada de los mismos, y busca llevar a la clase trabajadora al poder, logrando así la abolición del estado al asumir la clase trabajadora todas sus funciones. En la práctica el comunismo se impuso por medio del terror persecución y obligatoriedad por medio de fusilamientos y confiscaciones con y al final se desmoronó su planteamiento de justicia, igualdad y bienestar nunca lo han logrado. Tanto Rusia como China se industrializaron y se hicieron potencias mundiales pero nunca lograron menores desigualdades, menor pobreza, al mismo tiempo que tampoco se dieron mayores libertades.

En Guatemala la cultura de violencia que hoy prevalece, se sembró hace ya mucho tiempo, cuando el sistema de confrontación de estos dos modelos ideológicos históricos (Derecha/capitalista versus Izquierda/ comunista) nos llevaron desde la rivalidad política, hasta el conflicto armado interno. Sabemos que efectivamente ya existían desde antes las relaciones económicas, culturales y sociales profundamente excluyentes, antagónicas y conflictivas, reflejo de las dictaduras militares violadoras de Derechos Humanos. Esta realidad social fue el combustible que dio lugar a esta conflictividad que hasta ahora aún sigue manifestándose, pues hoy en día la gran mayoría de este país está dividida y convencida de que <el que no piensa como yo es mi enemigo>.

**Como conclusión podemos decir que** *“lo que impidió una verdadera democracia fue el radicalismo autoritario y dictatorial, ya sea de izquierda o de derecha, que quiso que todos y todas obedecieran y pensarán igual y para lograr esto ambos recurrieron a las tácticas del SRD como una flagrante violación a los DD.HH. Se llegó a creer que la mentira, el engaño, la traición, la corrupción, la calumnia y la violencia eran acciones viables para acabar con los que no pensaban como ellos”.*



**La Declaración Universal de los Derechos Humanos es un buen termómetro para medir la realidad de estas dos potencias**

#### ➤ Después de esto surgió la geopolítica Unipolar (un solo bando domina a todos)

El colapso de la Unión Soviética, que durante más de setenta años había sido el rival del capitalismo, tuvo como consecuencia la creación de un nuevo orden mundial que puso a Estados Unidos con una gran supremacía sobre las demás naciones y por lo tanto se estableció un **mundo unipolar**. Estados impuso su poder por encima de cualquier ley, organización o derechos, incluso con el uso del poder bélico. En el mundo unipolar el Capitalismo, en su forma más extrema no ha encontrado obstáculos para imponerse a todos o casi todos los pueblos del mundo entero

#### ➤ La Geopolítica multipolar (varios bandos peleando el poder)

Posterior a esto ocurre un cambio a nivel mundial, en cuanto a lo económico, social y cultural en donde países europeos como: Francia, Alemania, Inglaterra y países asiáticos como China comienzan una carrera para tratar de alcanzar el ritmo frenético de este tren llamado Estados Unidos para lograr el mismo nivel de esta nación, convirtiendo el mundo político de unipolar a multipolar. Esto quiere decir que ya no solo Estados Unidos tiene el poder. Sino que están surgiendo otras naciones con igual fuerza y poderío que desean imponer sus propios sistemas ideológicos socio-económicos.

➤ **Ahora se está hablando de una Geopolítica apolar** (cada quien por su lado)

Se menciona este sistema como un punto de partida para el fortalecimiento de fuerzas nacionalistas y de reivindicación identitaria. Sin embargo algunos señalan que se corre el peligro de separar cada vez más al mundo pues consideran que en este mundo apolar, hecho de pedazos, en el que a la frustración no le faltaran formas destructivas de expresarse, podríamos llegar hacia un total individualismo, en donde seremos vulnerables e impotentes ante los feroces conflictos civiles, los genocidios, el terrorismo, la crisis económica y el cambio climático.

### 3º la lucha por el poder

Leer y comentar la siguiente lectura

#### **¿INSTRUMENTOS DE PAZ?**

(Irma Flaquer. Diario la Hora 1978)

*[...] Hoy San Francisco me parece un solemne ingenuo... "A ver si podés." Fácil es decirlo mi querido "mínimo y dulce" cuate, pero a la hora de la hora ya te quisiera yo ver. Entre humanos, aquí en Guatemala, difícilmente podrías hacer algo. Pasarías por loco, o por comunista y por lo mismo, serías asesinado por más de algún grupo... Aquí dulce y humilde cuate, tenés que tomar partido, ¿Entre quiénes? Bueno, esa pregunta es difícil contestar, porque aquí pareciera que estamos todos contra todos. Todos estamos locos de ambición, de odio contra todo aquel que se interponga en nuestro camino como si no tuviésemos todos los mismos derechos a vivir, a comer, a estudiar, a curar nuestras enfermedades.*

*No me preguntes cuál es la causa de nuestra furia. Ya se me olvidó, al mero principio había dos bandos que se comenzaron a odiar y matar porque uno quería el poder y el otro también. Ahora parece que todos queremos el poder, el dinero o qué sé yo, pero todos estamos llenos de odio de furia que, te aseguro, toda tu dulzura valdría... Actuamos como si Guatemala fuese acabarse cuando nosotros los adultos, los peleoneros, muramos... pero otros se quedarán en nuestro lugar y tanta lucha y tanto odio no nos habrán servido de nada, como no sea para perder nuestras almas... Nos olvidamos que teniendo que morir, como es natural, los que se queden a lo mejor pensarán y actuarán de manera muy diferente a nosotros.*

*Sin embargo mi querido Francisco, esa tu oración que por tanto tiempo me ha estimulado a actuar rectamente, hoy me irrita. Sí, sí muy bien eso de amar preferiblemente a ser amado, perdonar para obtener el perdón del Divino Maestro, comprender antes que ser comprendido, sembrar amor donde haya odio, fe donde haya duda, luz donde haya oscuridad. Pero, háceme el favor, decime, ¿cómo? De veras te lo aseguro, yo trato de obedecer lo que decís y entonces cuando el dolor se convierte en ira, pienso en tu oración y deseo amar a quienes asesinan, ultrajan, torturan y humillan a otros mis hermanos. Allí viene entonces el trabón, mi Francisco. No puedo ¡No puedo amar a esos seres humanos convertidos en algo peor que bestias! Porque las bestias, vos lo sabés, sólo matan para comer y para defenderse ¡No matan por ideas!*

*Sería fácil y a lo mejor yo lo haría gustosamente, dejarse crucificar en el Parque Central si con ello pudiéramos lograr que los guatemaltecos sintiésemos tan solo un poquito de amor. Pero desgraciadamente no serviría de nada porque no tenemos el poder de convencimiento de Jesús. Entonces nos queda la palabra y no nos escuchan. Pero insistimos y en cualquier momento sin darse cuenta, con toda la buena intención, parece que te inclinas hacia determinado bando o que algo de poder le querés quitar a alguien. Y ahí viene el retopón, o te matan o te amenazan para que te callés, o te levantan una calumnia o qué sé yo. Ya lo sé Francisco, no tenés que decírmelo, a vos te consta todo esto porque vos lo sufriste, pero aun así amaste a todos. Pero déjame llorar un poco antes de volver a intentarlo diciendo "Señor hazme un instrumento de tu paz".*

Este texto fue tomado del libro "La Que Nunca Callo". Y el artículo fue escrito en 1978 por **Irma Flaquer**, una periodista guatemalteca que tuvo el valor de expresar su percepción de la problemática social durante los años del conflicto armado interno. En enero de 1979, Irma preocupada por los excesos del régimen militar, fundo y presidió la primera comisión de Derechos Humanos en Guatemala, razón por la cual recibió amenazas de muerte. El 16 de Julio de 1980 varios hombres interceptaron el auto en que viajaban y después de matar a su hijo, con lujo de fuerza fue introducida a una camioneta, se cree que la mataron aquella noche, nunca fue encontrada ni viva ni muerta y su caso nunca fue esclarecido.

#### 4º Protagonistas de nuestra propia historia

Comentar con los alumnos el siguiente texto:

*En enero de 1984, un grupo **multiétnico** de desplazados, llegaron a la pequeña y quemada aldea de Santa Clara, Chajul, en lo profundo del bosque y a pocos días de camino de la carretera más cercana. Los residentes invitaron a los recién llegados a unirse a su comunidad móvil; muchos de ellos eran K'iche's originarios de Las Majadas que se habían establecido en el bosque durante una colonización de tierra hacía quince años, pero en 1981 y 1982, sus casas y forma de vida fueron destruidas con la llegada de la campaña de tierra arrasada del Ejército. Ahora Santa Clara estaba sujeta a periódicas incursiones militares de los soldados del destacamento militar instalado en la finca La Perla. Sin embargo, ellos mantuvieron unida a su comunidad en el amplio bosque. Las Comunidades de Población en Resistencia habían nacido. Étnicamente las CPR del Ixcán fueron en su gran mayoría K'iches mientras que en las comunidades de la Sierra fueron en su mayoría Ixiles, siendo el resto Chajuleños, Cotzaleños y K'iches, así como mestizos se debe resaltar que las comunidades visitadas resaltaron la convivencia en pie de igualdad de sus miembros de todo origen. Trasladándose de lugar cada semana, o a veces cada dos o tres días, los desplazados construyeron rudimentarios refugios de hojas de pox, mientras subsistían de hierbas salvajes y raíces comestibles que desenterraban por desesperación. El maíz escaseaba y las tropas del Ejército quemaban cualquier plantación que encontraran. Aun así, según los miembros de las CPR, ellos lograban cosechar un poco de sus cultivos. La vida de esas personas que buscaban refugio en las selvas y en las montañas del norte del Quiché se desarrolló en condiciones materiales infrahumanas pero a la vez crearon un profundo vínculo organizacional que debería ser ahora ejemplo para nuestras nuevas generaciones.*

Pregunta

**¿Cómo fue que ellos aun siendo diferentes lograron apoyarse?**

#### **Dinámica de la hoja de periódico**

Una hoja de periódico para cada participante y un cartel con el artículo 1 de la Constitución de la República. Colocar en cartel vuelto hacia atrás en el final del pasillo, dar una hoja de periódico a cada participante y pedir que vayan hacia el cartel para darle vuelta y leer lo que dice, pero no pueden pararse en el suelo solo sobre la hoja de periódico.

La forma en la que deben llegar es haciendo una fila larga entre todos y parándose en las hojas de periódicos de todos puestas en fila. Si la fila no es lo suficientemente larga dejaran una hoja libre que irán pasando de mano en mano hasta el otro extremo e irán caminando hacia el frente paso a paso. Al llegar el primero leerá el cartel

**Reflexión:** si intentamos llegar solos no logramos llegar a la meta, pero si compartimos los dones y vamos juntos, podemos salir adelante para que todos ganemos en este caso se trata del bienestar de todos y todas.

## 6° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

### Elaboración del proyecto escolar

#### "CREANDO NUEVOS ESPACIOS Y ACUERDOS DE CONVIVENCIA"

##### Contenidos Declarativos:

argumentación y opinión sobre, de cómo, las diferentes formas de pensar llevaron al mundo a su división

##### Contenidos Actitudinales

Adopción de un método de trabajo ordenado y riguroso en el estudio de los hechos históricos

Emisión de juicios sobre los elementos positivos y negativos de la historia contemporánea

##### Indicadores de logro

Analiza el período de construcción de uno de los tantos ciclos de cultura de violencia que han azotado a Guatemala

##### Medios de verificación

Cada alumno:

- 1°. Participa con entusiasmo en la investigación
- 2°. Aporta sus propias ideas y conceptos para la construcción de la hipótesis
- 3°. Participa con libertad durante el experimento en el aula
- 4°. Lleva a cabo el trabajo de socialización
- 5°. Participa y aporta para la elaboración de los acuerdos de convivencia

### A. Planteamiento de la pregunta

Retroalimentación del conocimiento:

- Sistema Bipolar (dos bandos peleando el poder)
- Sistema Unipolar (un solo bando domina a todos)
- Sistema multipolar (varios bandos peleando el poder)
- Sistema apolar (cada quien por su lado)

#### PREGUNTA:

*En Guatemala en el contexto: previo, durante y después del conflicto armado ¿cómo ha afectado el tejido social la práctica de estos cuatro sistemas?*

### B. Realizar la investigación a fondo

Pedir a los alumnos que en grupos de estudio hagan la siguiente investigación

1. ¿Cuáles fueron los hechos históricos previos al inicio del conflicto armado? ¿Qué instituciones, grupos sociales y personas participaron de estos hechos y cuáles fueron sus comportamientos y acciones?
2. ¿Cuáles fueron los hechos históricos durante el conflicto armado? ¿Qué instituciones, grupos sociales y personas participaron de estos hechos y cuáles fueron sus comportamientos y acciones?
3. ¿Cuáles han los hechos históricos después del conflicto armado? ¿Qué instituciones, grupos sociales y personas están participando de estos hechos y cuáles son sus comportamientos y acciones?

### C. Construir la hipótesis

Con la participación de todos los grupos construirán la hipótesis completando lo siguiente:

*En Guatemala se dieron o se están dando los siguientes sistemas...*

*En el contexto previo, durante y después del conflicto armado se puede observar lo siguiente...*

*Las consecuencias socioeconómicas y políticas que han desencadenado la cultura de violencia son...*

*Por lo tanto para reconstruir el tejido social que nos permita asegurar un sistema que brinde justicia, igualdad y solidaridad para gozar de una convivencia pacífica debemos...*

#### **D. Comprobar la hipótesis a través de un experimento**

Una vez hayan construido la hipótesis, deberán realizar el experimento que la confirme. Para eso llevarán a cabo una nueva investigación en las aulas (esto podría ser en 1º, 2º y 3º básico) esto lo pueden hacer a través de una encuesta con los alumnos haciéndoles las siguientes preguntas.

En relación a la convivencia en tu aula:

1. Crees que se han dado situaciones en las que existen dos bandos peleando el poder para tener al resto de los alumnos en sometimiento. Nombra algunos ejemplos
2. Hay en tu aula solo exista un bando que domina a todos. Nombra algunos ejemplos
3. Se da el caso de que existe varios bandos peleando el poder. Nombra algunos ejemplos
4. Ante estas demostraciones de poder consideras que es mejor que cada quien vaya por su lado. Nombra algunos ejemplos
5. Que sientes ante estas demostraciones de dominación de unos cuantos sobre la mayoría
6. Cuales crees son las consecuencias que eso está teniendo en la realización de tus estudios
7. Que crees que se podría hacer para lograr la unidad y favorecer un ambiente que asegure la justicia, igualdad y solidaridad para gozar de una convivencia pacífica en el aula.

#### **E. Analizar los resultados y plantear una conclusión**

Una vez contabilizado y codificado los resultados, se pasa a analizarlos y comparándolos con la hipótesis inicial se sacan las conclusiones, indicando si la hipótesis resulto verdadera, parcialmente verdadera o falsa

#### **F. Realizar informe**

Se elabora el informe final y se socializa con los alumnos de los tres grados en donde se realizó el experimento y en forma creativa (rota folios, presentación de power point, papelografos, carteles etc.) presentaran las conclusiones

#### **G. Acuerdos de convivencia**

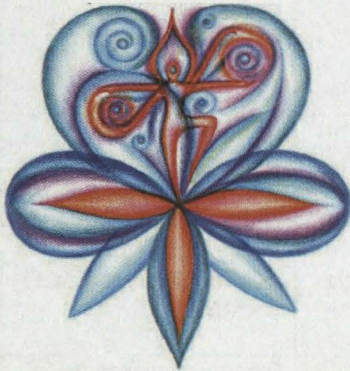
Para finalizar este proyecto y con el fin de instalar entre los distintos miembros de la comunidad educativa el desarrollo de valores democráticos y de ciudadanía como la tolerancia, la apreciación de la diversidad y el diálogo. Y como método eficaz de prevención y resolución de situaciones de conflicto y violencia se propondrá a los alumnos del ciclo básico la elaboración de Acuerdos de Convivencia en el aula que determinara la las acciones de prevención, actuación y evaluación para la convivencia en las aulas.

**Evaluación del aprendizaje:**

**Se logran elaborar los acuerdos de convivencia en los tres grados**

**B. EL SER HUMANO INTEGRAL**

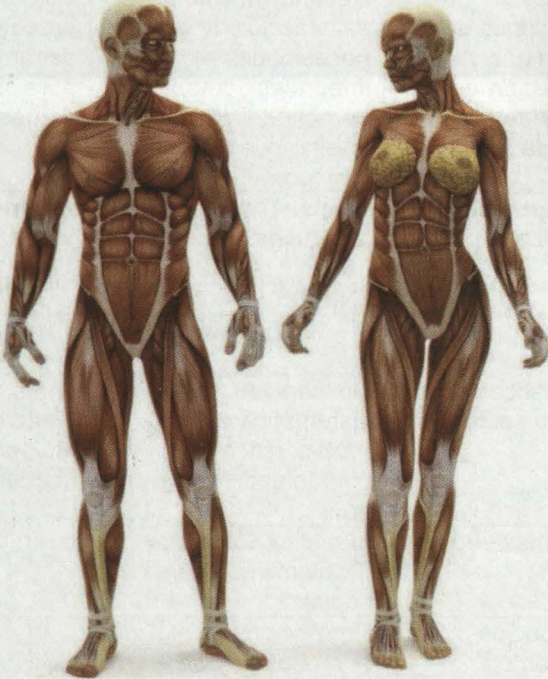
Dimensión  
Espiritual



Dimensión  
Emocional



Dimensión  
intelectual



Dimensión  
Física

## Competencias en base a la Formación Holística y su relación con la competencia del CNB

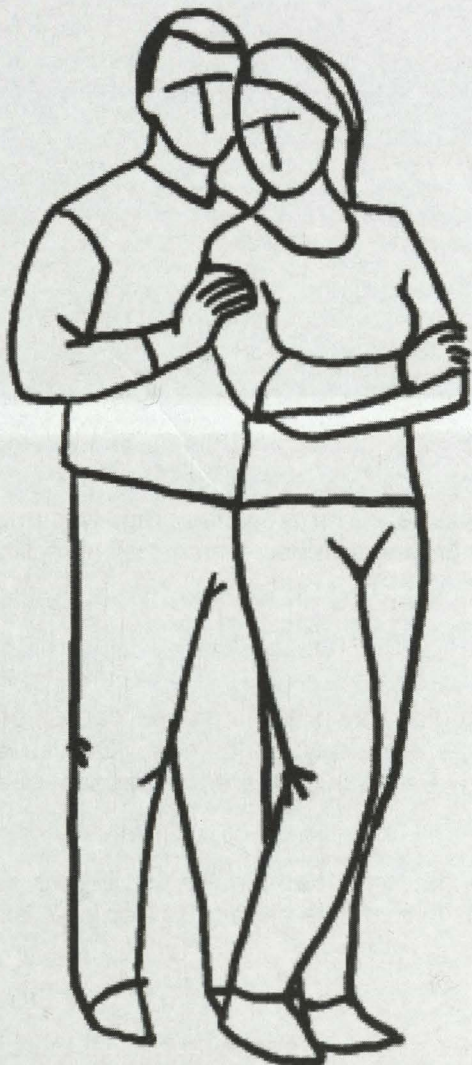
<b>Formación Holística</b>				
<b>Competencia:</b> Identifica las cuatro dimensiones y necesidades del Ser Humano Integral y las reconoce como derechos para sí y para los otros				
<b>CONTENIDOS</b>				<b>Indicadores de logro</b>
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>I. La imagen de los jóvenes hoy en día</b>	Existe una falsa imagen de los jóvenes para la actual sociedad	Comparación de la falsa imagen del joven y el auténtico ser que posee todo el potencial necesario para realizarse plenamente	Disposición para descubrir y fortalecer al auténtico ser que lleva dentro de si	Practica conductas y acciones encaminadas a promover la comprensión y tolerancia hacia sí mismo y hacia los demás desde la integralidad del ser humano
<b>II. Todos somos Perfectos, Maravillosos Únicos e Irrepetibles</b>	Desde el momento de la concepción existe la promesa de un ser humano perfecto, maravilloso, único e irrepetible	Identificación del perfecto, maravilloso, único e irrepetible Ser, que se manifiesta en toda su plenitud, desde la autenticidad personal.	Valoración de las cuatro dimensiones del ser humano integral y la necesidad de atención a las mismas	
<b>III Las cuatro dimensiones del Ser Humano</b>	Las cuatro dimensiones del ser humano y la satisfacción integral de sus necesidades	Reconocimiento de la satisfacción de las necesidades integrales como derechos universales que no pueden ser negados.	Valoración de los procesos de desarrollo integral para si mismo y los demás	
<b>Área: Ciencias Sociales y Formación Ciudadana. Tercer Grado, Ciclo Básico</b>				
<b>Competencia 4 del CNB:</b> Aplica el proceso de la investigación social y otros saberes en la formulación de un proyecto				
<b>CONTENIDOS</b>				<b>Indicadores de logro</b>
<b>Actividad</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>V. la corresponsabilidad en el desarrollo Integral de todos y todas</b>	Diagnósticos de su realidad social.	Descripción sistemática de problemática de comunidad, región y país	Muestra preocupación por los problemas de su comunidad y país.	4.1 Identifica problemas y desafíos en su vida y su entorno y reflexiona sobre las diferentes opciones que tiene para profundizar en el problema identificado
	Problemas sociales	Identificación de un problema de interés social		
	Participación ciudadana	Promoción de solución al problema y/o desafío de investigación de Política Pública seleccionado.		

Currículo Nacional Base Tercer Grado Nivel de Educación Media, Ciclo Básico Pág. 57

## Actividad I

### La Imagen de los jóvenes hoy en día

1º. ¿Cómo crees tú que debe ser el joven o la joven ideal hoy en día?



#### Siluetas

➤ Copiar esta silueta y las indicaciones en la pizarra para que los alumnos la copien en su cuaderno.

➤ Las mujeres escribirán su nombre en la silueta de la mujer y el hombre en la silueta del hombre y pondrán dentro de la silueta, las características que según el o ella, debe tener el joven o la joven ideal.

➤ Una vez que terminen van leyendo las características que escribieron, mientras que el facilitador las va anotando en una silueta grande dibujada en papelógrafo.

➤ Mientras tanto cada uno conserva su propia silueta.

## 2°. ¿Qué presentan los medios de comunicación social a los jóvenes hoy en día?

### El Mural

- Dividir la clase en grupos de no más de 6 para que elaboren un mural
- Entregarles un periódico a cada grupo y pedirles que recorten fotografías de jóvenes y que escriban ¿Qué características representan estos jóvenes en los periódicos?
- Después en plenaria colocaran estos murales a los lados de la silueta y el grupo comentara lo que ven



## 3°. ¿Cómo se expresan los adultos de los jóvenes?



### Que dice la gente

- Repartir tiras de papel o cartulina y explicarles que se les harán varias preguntas que escriban su parecer en las tiras de papel y después de cada pregunta deben entregarlas al facilitador
- Preguntas

#### Caso 1 (los maestros)

Supongamos que en nuestro centro de estudios hay una reunión de padres de familia y el profesor está dando un informe del comportamiento de los alumnos. ¿Qué es lo que dice el profesor? ¿Cómo se expresa de los jóvenes? Escribanlo en tiras de papel

#### Caso 2 (los Padres)

Supongamos que un joven tuvo problemas de comportamiento en su centro de estudios, y la Mamá le entrega la nota al Papá ¿Qué es lo que dice el papá? ¿Cómo se expresa de los jóvenes? Escribanlo en tiras de papel

#### Caso 3 (las Madres)

Supongamos que dos Madres de hijos adolescentes se encuentran en el mercado y hablan entre ellas del comportamiento de los jóvenes hoy en día ¿Qué es lo que dicen las mamás? ¿Cómo se expresan de los jóvenes? Escribanlo en tiras de papel.

#### Caso 4 (la Autoridad)

Supongamos que en el noticiero de la televisión sale una entrevista con el Ministro de gobernación y el director de la policía y les preguntan qué opinan del comportamiento de los jóvenes hoy en día ¿Qué es lo que dice el funcionario? ¿Cómo se expresa de los jóvenes? Escríbanlo en tiras de papel

- Después de cada pregunta el facilitador va pegando las tiras de papel fuera de la silueta.

#### 4º. Recuperando mi autenticidad

##### Entre todos descubramos la autentica imagen de los jóvenes

- Primero comentar las imágenes falsas y negativas que hay en los murales
- La sociedad nos presenta un joven consumista a través del tener el poder y el placer que la publicidad promueve
- También debemos resaltar que algunos adultos generalizan y señalan negativamente las características que ellos creen poseen los jóvenes, sin tomar en cuenta que lo que ellos les repiten constantemente a los jóvenes, termina por ser reproducido pues sus palabras quedan en la mente de los jóvenes e inconscientemente estarán validando conductas inapropiadas.
- Pedir a los jóvenes que lean las características que están escritas adentro de la silueta grande que está en el centro
- Ahora que cada uno lea las características que escribieron en su propia silueta

Hacerles ver que si ellos anotaron estas cualidades es porque ya las tienen porque si no las tuvieran no podrán mencionarlas, cada uno de ellos en realidad es el joven o la joven ideal que describieron, solo necesitan conocerse a sí mismos pues este o esta joven ideal es su verdadero Yo que los habita internamente

*Para cambiar tu vida por fuera, debes primero cambiar tú por dentro.  
En el momento en que te dispones a cambiar, es asombroso cómo el universo comienza ayudarte, y te trae lo que necesitas.*

*Louise Hay*

5°. Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

**Tarea**

Copiar en la pizarra esta matriz para la tarea y pedirles que observen los murales y lo que dicen los adultos y anoten en su cuaderno algunas de las características negativas que consciente o inconscientemente ha estado reproduciendo y en su casa, que observen su silueta y vean las cualidades que ellos o ellas anotaron y llenen la hoja de tarea

<b>HOJA DE TAREA</b>	
<b>Actividad 1</b>	
Escribo 3 actitudes o comportamientos inapropiados que no son míos y ahora estoy reproduciendo	¿Qué fruto espero en el futuro si continuo reproduciéndolos?
Escojo una de las tres actitudes o comportamientos inapropiados y hago un plan para desinstalarlo de mi vida	
Escribo 3 cualidades que escribí en mi silueta porque las poseo internamente	¿Qué fruto espero en el futuro si las desarrollo y favorezco en mi diario vivir?
Escojo aquella cualidad que más deseo desarrollar y hago un plan para lograrlo	
Finalmente ¿Qué descubrí?	

Finalmente los alumnos compartirán en el aula lo que descubrió sobre sus comportamientos inapropiados y sus cualidades internas antes del próximo tema

**Evaluación del aprendizaje:**

- ❖ Realiza y entrega su hoja de tarea
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## **Actividad II**

### **Somos Seres Perfectos, Maravillosos, Únicos e Irrepetibles**

#### **1º. Todos y todas somos ganadores**

- Leer y reflexionar sobre la siguiente lectura

*¿Sabes que se necesita para ser mamá? Bueno podrías darme argumentos como: Para ser mamá primero se necesita ser responsable, tener tanto madurez física como emocional, intelectual y espiritual y saber cuándo es el momento; bien... Pero en verdad básicamente lo que se necesita para ser mamá es un "papá" ¿Cierto? Bien ahora que ya sabemos que se necesita para ser mamá dime, ¿cómo se hace un bebé? Bueno para nadie es un secreto que para engendrar un bebé ambos padres aportan células importantes. ¿Cuáles son?, ¡Correcto! La madre aporta algo que se llama óvulo y el papá aporta algo que se llama espermia, en el cual viajan los espermatozoides.*

*Ahora bien, luego de esta introducción... ¿podrías decirme cuántos espermatozoides compiten para llegar al óvulo de la madre?... uno, dos, diez... ¿Cuántos crees tú? ¡Correcto!... millones tras millones, tras millones. ¿Hasta aquí estamos de acuerdo? Ahora dime... de esos millones que compiten, ¿Cuántos fecundan el óvulo, medio millón, diez, doce, cinco?... dime ¿Cuántos? Permíteme recordártelo, solamente Uno... El más capaz, el más rápido, el más fuerte, el que le ganó a esos millones. Y en esta carrera no hay premio para el segundo lugar... Es decir de millones sólo uno alcanza el premio de la vida, y este es el campeón o la campeona.*

*Es decir... desde el momento en que estas aquí, tú eres un campeón o una campeona. Y desde el momento en que eres concebido en el vientre de tu madre ya traes la casta de campeón, ya eres un ganado, porque nuestro Creador no patrocina fracasos. Si el Creador de la vida quiso darte ese don, no es por un azar de la vida, tampoco por el fallo de un anticonceptivo. Es porque Tú tienes una maravillosa misión que cumplir. Por eso si tú dices yo no sirvo para nada, yo no sé porque nací, yo soy un tonto, yo no valgo nada... Estás ofendiendo al Creador porque Él te hizo perfecto, maravilloso, único e irrepetible, Él solo hace obras maravillosas Y TU ERES UNA DE ELLAS. Recuerda. TODOS Y TODAS SOMOS GANADORES*

- Reflexionar con los jóvenes sobre el milagro de la vida

#### **2º la autenticidad del ser humano**

##### **Cada ser humano es perfecto, maravilloso, único e irrepetible**

Desde el momento de la concepción, ya existe la promesa de un Ser Humano perfecto que posee: una dimensión física, una dimensión intelectual, una dimensión emocional y una dimensión espiritual.

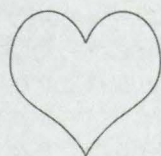
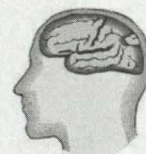
##### ➤ **Trabajo grupal**

Formar cuatro grupos y pedir que cada grupo describa según entiendan una de las cuatro dimensiones del ser humano integral. Una vez que expongan pasar la siguiente información para aclarar los conceptos expresados por los grupos.



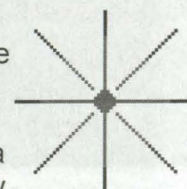
La dimensión **FÍSICA**, que podríamos llamar **CUERPO** es la que **ACTÚA**. Es una maquinaria perfecta que como maravilloso vehículo nos proporciona la oportunidad para que nuestro autentico YO exprese la máxima concretización de sus intenciones en la materia

La dimensión **INTELLECTUAL**, que podríamos llamar **MENTE** es la que **PIENSA** ella posee la sabiduría, guarda los conocimientos, la cultura, los recuerdos y genera lo que creemos, pensamos y razonamos. Nos permite analizar, organizar, resolver problemas y sacar conclusiones sobre las situaciones que se nos presentan en la vida.



La dimensión **EMOCIONAL**, que podríamos llamar **CORAZÓN** es la que **SIENTE** fue creada para expresar el caudal de amor incondicional que posee nuestro autentico Yo. Es la sede de nuestras emociones y sentimientos Desde allí manejamos lo que sentimos y expresamos a través de nuestros propios comportamientos y reacciones.

La dimensión **ESPIRITUAL**, que podríamos llamar **LA ESENCIA DEL SER** es la que contiene al auténtico **SER**. Es la fuerza activa del Creador que nos habita como la fuente y origen de todo. Nos permite sentir el vínculo que pasa a través de todos los seres, interconectándonos y constituyéndonos en un Todo con la creación. Se expresa en toda actitud y actividad amorosa que favorecen las relaciones, la vida, la comunión y la trascendencia.



Para tener clara la dimensión espiritual leer el siguiente texto

*Cuando hablamos de espiritualidad y del espíritu, no nos referimos al concepto occidental que los ve como algo que está fuera de la materia o como algo contrario a la materia. Acerquémonos al sentido de las culturas indígenas, afro e incluso al concepto original de la biblia, que nos recuerdan que "el espíritu de una persona es lo más hondo de su propio ser; sus motivaciones últimas su ideal, su utopía, su pasión la mística por la que vive y lucha y con la cual contagia a los demás. Ahora bien no nos estamos refiriendo a religión. La espiritualidad es algo natural en el ser humano y podríamos decir que la religión es una forma de expresión de la propia espiritualidad. En la total libertad de que goza el ser humano se puede vivir una espiritualidad desde la religión o también se puede vivir una espiritualidad sin religión. Si no vivimos nuestra espiritualidad no estamos viviendo plenamente ya sea en una religión o fuera de ella. Eso significa que **Vivir nuestra propia espiritualidad o sea vivir desde el espíritu significa ser "AUTENTICAMENTE NOSOTROS MISMOS"***

Por esta razón para que cada Ser humano se desarrolle tal y como fue pensado, se deben satisfacer plenamente:

**1. Las necesidades físicas:** respeto a su integridad física, alimentación sana, vestido, vivienda, salud integral, medio ambiente sano y espacios de recreación

**2. Las necesidades emocionales:** el respeto a su integridad emocional, relaciones estables y respetuosas, expresiones sinceras de afecto, ser escuchado, aceptado y reconocido.

**3. Las necesidades intelectuales:** respeto a su integridad intelectual, educación constructivista, crítica y significativa, participación, opinión y disenso, reconocimiento y apertura a las diversidades culturales.

**4. Las necesidades espirituales:** respeto a su integridad espiritual desde la libertad religiosa, el tiempo y los espacios propicios para la expresión de su propia espiritualidad. El tiempo y los espacios para entrar en contacto con su expresión artística.

### Trabajo grupal

Leer la Declaración Universal de los Derechos Humanos y buscar la relación que tienen con las necesidades integrales del ser humano. Presentarlo en plenaria

Entonces podemos llegar a la siguiente conclusión:

**Una vez hayan sido atendidas las cuatro dimensiones, el Ser Humano posee:**

- Una plenitud Física que le permitirá **Saber Hacer**
- Una plenitud intelectual que le permitirá expresar su sabiduría desde **El Saber**
- Una plenitud emocional que le permitirá **Saber Convivir**
- Una plenitud espiritual que le permitirá **Saber Ser Autentico**

Entonces las personas que desde el respeto a los **Derechos Humanos** se desarrollan integralmente

- Son capaces de resolver los problemas.
- No se desaniman
- Disfrutan de la vida.
- Respetan los derechos de los demás.
- Comparten la vida con otros.
- No se dejan manipular.
- Saben que vale la pena promover la justicia, la verdad y la paz.
- Viven la armonía, la amistad y la solidaridad, en todas sus relaciones familiares, sociales y de trabajo
- En sus actividades económicas tienen éxito y alcanzan sus metas.
- No hacen juicios sobre sí mismos ni sobre los demás.
- Y sobre todo son capaces **AMAR INCONDICIONALMENTE** a sí mismos y a los demás.



Recordemos siempre que todos y todas hemos sido creados para la vida plena y en la interioridad poseemos todo el potencial necesario. Este perfecto, maravillosos, único e irrepetible Ser, que somos, se manifiesta en toda su plenitud, cuando somos auténticamente nosotros mismos. Por eso es tan importante el conocimiento y respeto absoluto a los Derechos Humanos de todos y todas.

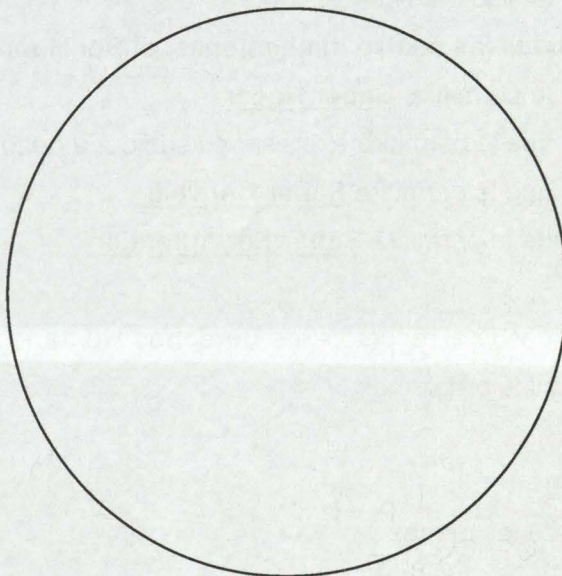
### 3º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### Tarea

##### **Dinámica del pastel**

Copiar el siguiente esquema en la pizarra para que los alumnos lo copien en su cuaderno y pedirles que en su casa hagan el siguiente ejercicio

1. Haz un listado de las actividades que haces durante una semana
2. A cada actividad ponle las horas que tú le dedicas a cada actividad
3. Ahora en este círculo, como si fuera pastel, divídelo en tajadas. Y en cada tajada pondrás el nombre de la actividad que realizas. El tamaño de cada porción depende del tiempo que tú le dedicas.



Ahora observa tu pastel y respóndete a ti mismo

¿En qué estoy invirtiendo mis energías y mi tiempo?

¿Estoy satisfecho o satisfecha con esta distribución de mi tiempo?

¿Qué descubrí?

Finalmente compartirá en el aula lo que descubrió sobre la forma en que administra su tiempo antes del próximo tema

#### **Evaluación del aprendizaje:**

- ❖ Realiza y entrega su hoja de tarea
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad III

### Las cuatro Dimensiones del Ser Humano

#### 1º. ¿Cómo están distribuyendo su tiempo?

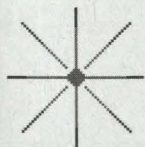
Los jóvenes comparten la tarea anterior y después de ver cómo están distribuyendo su tiempo, deberán revisar cuidadosamente cuál de sus cuatro dimensiones no están atendiendo adecuadamente, para esto pídales que lean estas actividades y de cada dimensión deben escoger una que no estén haciendo para practicarla durante 21 días

FISICA	MENTAL	EMOCIONAL	ESPIRITUAL
1. Hare 30 minutos de ejercicio diario	1. Hare mis tareas en una hora fija	1. Les diré a mis seres queridos cuanto los quiero	1. Al despertar por la mañana hare una oración
2. Desayunaré sanamente todos los días	2. No chateare ni hablare por teléfono mientras esté haciendo mis tareas	2. Durante los tiempos de comida, compartiré alegremente con mi familia	2. Por las noches daré gracias por el día que he vivido
3. No consumiré dulces, gaseosas ni frituras	3. Leeré durante al menos 30 minutos cosas edificantes	3. Por la mañana el salir de casa, me despediré de mi familia con un abrazo	3. Tendré 10 minutos diarios observando en silencio la naturaleza
4. Dormiré siete horas	4. Escuchare atentamente a los demás antes de opinar	4. No criticare a los demás	4. Escuchare música relajante durante una hora
5. No veré televisión mientras estoy comiendo	5. Tratare de ver solo el lado positivo de las cosas	5. No participare en chismes	5. Practicare alguna expresión artística (pintura, música, baile etc.

Veamos ahora como sus dimensiones no atendidas pueden estar afectando sus vidas

#### 2º Revisando nuestras cuatro dimensiones

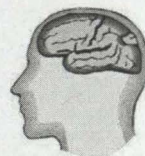
##### La dimensión espiritual (El Espíritu) nos permite expresar el YO SOY



Como dijimos antes la dimensión espiritual, es la fuerza activa que nos habita como la fuente y origen de todo, y cuando la manifestamos desde el amor incondicional, nos permite sentir la "conexión" que pasa a través de todos los seres, interconectándonos y constituyéndonos a nosotros y al cosmos en un TODO. Esta conexión se expresa cuando todas nuestras actitudes y actividades favorecen las relaciones, la vida, la comunión y el respeto. La dimensión espiritual es la única que es permanente, mientras que las otras tres mental, emocional, y física pasan por el proceso de desintegración. Eso significa que el cuerpo, la mente y el corazón viviendo en función al Espíritu, nos dan la plenitud de vida, porque **Somos Seres Espirituales Viviendo Una Experiencia Humana.**

### La dimensión intelectual (la mente) nos permite expresar el YO PIENSO

Fue creada para expresar toda la sabiduría que poseemos, aquí se acumulan los conocimientos, la cultura y un conjunto de datos. Es el lugar en donde se forma lo que creemos, pensamos y razonamos es, de hecho, una herramienta muy poderosa que utilizamos para analizar y organizar información para resolver problemas y sacar conclusiones sobre infinidad de situaciones que se nos presentan en la vida. Es aquí donde formamos las imágenes mentales de las cosas específicas que deseamos hacer en el mundo material y nos dice cómo lograrlas. Esta imagen mental estará basada en tu sentido de identidad (quien soy) y define los límites de lo que crees que puedes hacer o no hacer. Por consiguiente, si te identificas a ti mismo como un ser humano imperfecto limitarás lo que piensas que puedes hacer.



### La dimensión emocional (el corazón) nos permite expresar el YO SIENTO



Es la sede de nuestras emociones, la palabra emoción significa energía en movimiento y desde allí se maneja todo lo que se siente y se expresa, desde los propios sentimientos, comportamientos y acciones que filtrándose desde los propios sistemas de creencias ejercen un impacto sobre el cuerpo físico e intelectual. Esta dimensión fue creada para expresar el caudal de amor que posee todo nuestro YO real. Cuando esta dimensión está en plena sintonía con la dimensión espiritual, actúa desde la bondad, la misericordia, la compasión, la fe, la esperanza y la determinación para expandir a través de todo el Cosmos la libertad, la verdad, la paz y el poder del Amor. Por el contrario cuando se ve bloqueado, las emociones serán a menudo el miedo, la frustración, el odio, el resentimiento, la envidia etc. pues como no está equilibrado para amar, este desequilibrio se manifestaran en acciones y comportamientos desfavorables.

### La dimensión física (todo nuestro organismo) nos permite expresar el YO ACTUÓ

El cuerpo humano es una maquinaria perfecta, es el vehículo que nos permite manifestar y expresar plenamente la mente, el corazón y el espíritu. Este cuerpo, que es el único que vemos, nos proporciona la oportunidad para que el espíritu exprese la máxima concretización de sus intenciones en la materia. Imaginen su cuerpo físico como la manifestación de todos sus pensamientos, sentimientos, lo que comen, lo que beben, las cosas a las que exponen su cuerpo en ambientes negativos o positivos. Todo eso influye sobre lo que manifiestan físicamente, pues su cuerpo físico también se convierte en el depósito de pensamientos imperfectos y emociones negativas. Todas las imperfecciones que llamamos enfermedades se deben a la discordia que hay en las otras tres dimensiones.



### 3º ¿Como se dan las reacciones desfavorables?

Los sentimientos puros como estar cansado, alerta ante un peligro, hambriento o saciado o haber experimentado una pérdida, un beneficio, un rechazo o una buena recepción, son sensaciones reales de experiencias reales. Estos sentimientos dejan de ser puros cuando se filtran a través de una creencia falsa y se vuelven emociones desfavorables.

Las emociones surgen de una creencia que hemos instalado, esta pueden ser favorables o desfavorables, dentro de las emociones favorables tenemos el deseo, el respeto, la amistad, la comprensión, la alegría, etc. Y dentro de las desfavorables se cuenta la tristeza, la inseguridad, el

miedo, el desamparo, la ira, la envidia, el juzgar, el señalar etc. Según sea la emoción que estamos sintiendo podríamos llegar a la una **acción asertiva** o bien a una **reacción impulsiva**

**¿Que es la reacción impulsiva?** La reacción impulsiva es una acción inmediata y rapidísima que no se reflexiona pues viene marcada por las creencias y experiencias que se han ido acumulando. Es cuando decimos que actuamos sin pensarlo y puede traer consecuencias negativas.

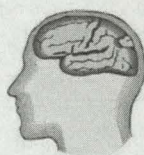
**¿Qué es la acción asertiva?** La acción es una decisión propia tomada en un momento de reflexión y de serenidad. Significa actuar de una forma debida y correcta, ante un hecho que se te presente, puede ser que estés defendiendo una postura o argumento, apoyándote en la confianza en ti mismo, expresando tus opiniones de forma abierta y sin temor, al mismo tiempo respetando a los demás y resolviendo de una forma adecuada los problemas

Por ejemplo: alguien nos rechaza y nosotros lo sentimos. El sentimiento es puro porque realmente nos están rechazando, ahora bien según sea nuestra creencia, la emoción puede que sea favorable o desfavorable, entonces podemos reaccionar impulsivamente ante el rechazo o bien decidimos que vamos a accionar asertivamente. Por ejemplo:

Sentimiento puro	La emoción que pueden estar sintiendo	La creencia que puede estar instalada	La actitud que puede adoptarse
Me están rechazando	Desfavorable "enojo o rabia"	Negativa "Ninguno tiene porque rechazarme"	Reacción impulsiva: <i>atacas, criticándole, señalándole y condenándole</i>
	Desfavorable <i>Tristeza, depresión</i>	Negativa "Yo no valgo nada por eso todo mundo me rechaza"	Reacción impulsiva <i>Lloras, te victimizas y deprimes</i>
	Favorable: <i>te sientes cuestionado y te cuestionas a ti mismo</i>	Positiva: "A veces se comenten errores que deben irse rectificando"	Acción asertiva: <i>preguntas a la persona que te está rechazando o a otras personas de tu confianza si estás haciendo algo incorrecto para corregirlo</i>
	Favorable: <i>Te sientes seguro de ti mismo y no te dejas afectar</i>	Positiva "Me acepto tal y como soy y acepto que no siempre me aprobaran"	Acción asertiva: <i>te quedas sin reaccionar o bien tranquilamente te alejas</i>

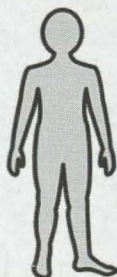
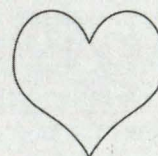
Cuando un sentimiento puro, no es atravesado por una creencia negativa la actitud adoptada será favorable. Y entendiendo el modo en el que, las emociones gobiernan el comportamiento; se comprenden y equilibran mejor los mecanismos de todo el SER en sus niveles físico, emocional, mental y espiritual.

#### 4º tengamos presente que:



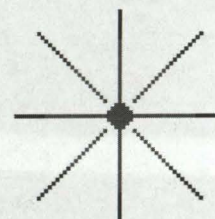
Cuando la **dimensión intelectual** queda al mando, la persona podrá tener muchos conocimientos, pero su accionar será frío y calculador porque no tendrá la sabiduría para guiar sus pensamientos, razonamientos y creencias desde el Amor incondicional,

Cuando la **dimensión emocional** queda al mando, la persona seguirá solo sus pasiones y sus deseos, reaccionará impulsivamente y es probable que tenga que satisfacer adicciones. Se sentirá desconectada de su familia, de sus amigos y del mundo en general, volviéndose cada vez más aislada y su relación con el mundo externo se manifestará en forma de conflicto, confusión, frustración, enojo y desconfianza.



Cuando la **dimensión física** queda "bajo" el mando ya sea de la dimensión intelectual o emocional, el cuerpo físico guardará toda la energía bloqueada que se manifestará en diversas enfermedades que poco a poco van deteriorando el organismo hasta terminar con él

Cuando la **dimensión espiritual** sintoniza con los otros tres cuerpos, todos los pensamientos, sentimientos y acciones de esta persona, irán en función de la vivencia plena del Amor incondicional, el cual se expresará en toda actitud y actividad amorosa que favorecerá las relaciones, la vida, la comunión y la trascendencia del **SER**.



### 5° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### Tarea

Copiar el siguiente esquema en la pizarra y pedir a los alumnos que lo copien en sus cuadernos.

SENTIMIENTO PURO	LA EMOCIÓN QUE SIENTÓ	LA CREENCIA INSTALADA	LA ACTITUD QUE ADOPTÓ
Cuando me... (Critican, agreden, rechazan etc.)	<u>Negativa</u>	<u>Desfavorable</u>	<u>Reacción</u>
	<u>Positiva</u>	<u>Favorable</u>	<u>Acción</u>
Que descubriste			

Finalmente los alumnos comparten en el aula antes del siguiente tema

#### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Realiza y entrega su hoja de tarea
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## **Actividad VI**

### **Las cuatro Dimensiones del Ser Humano**

#### **1º Comprobando el conocimiento adquirido**

Para cerrar este primer tema se deberá comprobar el nivel de conocimiento adquirido por los alumnos/as y para esto haremos con ellos el siguiente ejercicio

- Poner en tres papelografos o en la pizarra, los títulos de cada actividad:
  1. La Imagen de los jóvenes hoy en día
  2. Todos somos Seres perfectos, maravillosos únicos e irrepetibles
  3. Las cuatro dimensiones del Ser humano.
- Hacer 4 grupos en el aula
- Pedir a cada grupo que uno a uno vaya pasando y escriba en cada papelografo lo que recuerdan sobre este tema
- Y así sucesivamente hasta que todos los grupos hayan escrito en los tres temas
- Cuando los 4 grupos hayan terminado de escribir en los tres papelografos, se hará la plenaria en la cual los grupos leerán lo que escribieron
- El maestro/a podrá ir completando en cada tema lo que los alumnos no hayan dicho, de manera que los tres temas queden claros para pasar al siguiente punto.

#### **2º Diagnostico de necesidades en nuestra comunidad**

Los alumnos ya descubrieron que el proceso de desarrollo y crecimiento humano necesita la atención de las cuatro dimensiones y han comprendido que la no satisfacción de estas necesidades son flagrantes violaciones a los Derechos Humanos que tendrán consecuencias negativas en la convivencia familiar, comunitaria y nacional. Ahora ellos deben responder a la siguiente pregunta:

**¿Crees tú que en tu comunidad se están atendiendo satisfactoriamente todas las necesidades integrales?**

Para responder a esta pregunta vamos a pedirles que lleven a cabo una investigación que les permitirá hacer un diagnóstico de cómo estamos y cuáles de las cuatro dimensiones no están siendo atendidas en cuanto a sus necesidades.

**¿Qué es el diagnóstico?**

El diagnóstico es un estudio previo a toda planificación o proyecto. En este caso consistirá en analizar el sistema y comprender su funcionamiento, de tal manera que se pueda proponer cambios en el mismo y visualizar los resultados finales.

### ¿Para qué nos servirá este diagnóstico?

- Nos permitirá definir las necesidades integrales en la comunidad, analizar las mismas y establecer ordenes de importancia o prioridades.
- Así mismo nos permitirá también diseñar estrategias, identificar alternativas y decidir acerca de acciones a realizar.
- Servirá además como base para planificar desde la escuela actividades que les permitirán mejorar la satisfacción de las necesidades integrales en los alumnos y alumnas.

### ¿Cómo se lleva a cabo un diagnóstico?

En grupos con un mínimo de cuatro integrantes y un máximo de 7 integrantes, los y las alumnas harán el siguiente trabajo:

- a) Recolección de datos
- b) Ordenamiento, estudio y análisis de datos
- c) Conclusión

#### **a) Recolección de datos**

Para poder recolectar los datos los alumnos llevaran a cabo una investigación fuera del aula con personas cercanas (familia, maestros, iglesias, etc.) el maestro dispondrá cuantas personas serán entrevistadas

#### **Matriz para la recolección de datos**

<b>Necesidades Físicas</b>	<b>Mucho</b>	<b>Poco</b>	<b>Nada</b>
Existe violencia física en la familia			
Todos tienen una alimentación sana			
Todos tienen la posibilidad para la compra de ropa			
Todos poseen vivienda propia			
Todos tienen acceso a la atención en la salud			
Todos viven en un medio ambiente sano			
Todos tienen acceso a lugares de recreación			
<b>Necesidades Intelectuales</b>			
Todos tienen acceso a la educación de calidad			
Todos tienen oportunidad de participación en la comunidad			
Todos tienen la posibilidad de dar su opinión			
Todos tienen la libertad de no estar de acuerdo con el resto del grupo			
Todos valoran y respetan la diversidad cultural			
<b>Necesidades Emocionales</b>			
Existe un ambiente de paz y armonía en los hogares			
Se facilitan las relaciones estables y respetuosas			
Se dan fácil y respetuosamente las expresiones de afecto			
Todos son escuchados, aceptados y reconocidos			
<b>Necesidades Espirituales</b>			
Se valoran y respetan todas las religiones			
Todas las familias tienen el espacio y el tiempo para la expresión religiosa			
Todos tienen el acceso a las diversas formas del arte			

### 3º ¿Cuál es la necesidad menos satisfecha en mi comunidad?

#### **b) Ordenamiento, estudio y análisis de datos**

Una vez hayan terminado la recolección de datos los grupos procederán a ordenar los datos y al final presentaran en un papelografo los resultados haciendo notar cuales son las necesidades que si están siendo atendidas, las que se atienden poco y finalmente las que no están siendo atendidas en absoluto

### 4º ¿Cómo podría ser resuelta esta situación?

#### **c) Conclusión:**

Para finalizar en forma creativa (rota folios, presentación de power point, papelografos, carteles etc.) socializaran y presentaran las conclusiones de la siguiente manera:

##### **De las necesidades físicas**

1. Lo que no se está satisfaciendo es...
2. Lo que se está satisfaciendo poco es...
3. Lo que si se está satisfaciendo es...

Lo cual está provocando...

Por lo que recomendamos...

Para que podamos...

##### **De las necesidades intelectuales**

1. Lo que no se está satisfaciendo es...
2. Lo que se está satisfaciendo poco es...
3. Lo que si se está satisfaciendo es...

Lo cual está provocando...

Por lo que recomendamos...

Para que podamos...

##### **De las necesidades emocionales**

1. Lo que no se está satisfaciendo es...
2. Lo que se está satisfaciendo poco es...
3. Lo que si se está satisfaciendo es...

Lo cual está provocando...

Por lo que recomendamos...

Para que podamos...

##### **De las necesidades espirituales**

1. Lo que no se está satisfaciendo es...
2. Lo que se está satisfaciendo poco es...
3. Lo que si se está satisfaciendo es...

Lo cual está provocando...

Por lo que recomendamos...

Para que podamos...

5° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo:

**Elaboración del proyecto escolar**

**“EXPOSICIÓN DE DIBUJOS, TRANSFORMADO MI COMUNIDAD”**

**Contenidos Declarativos:**  
Descripción sistemática de la problemática de la comunidad, región o país

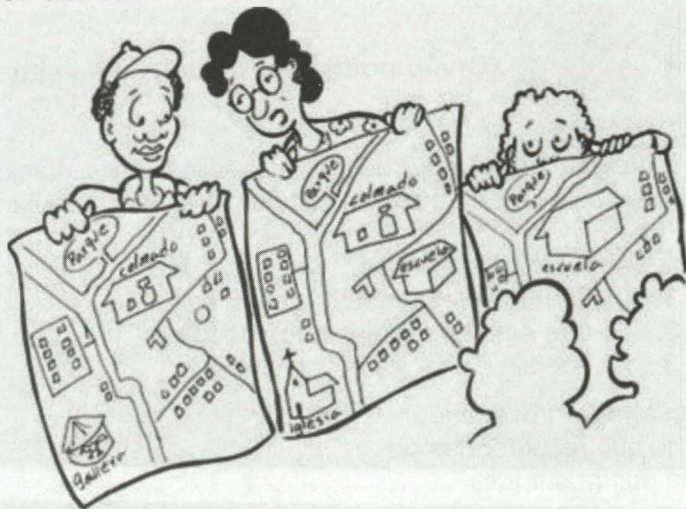
**Contenidos Actitudinales**  
Muestra preocupación por los problemas de su comunidad y país

**Indicadores de logro**  
Identifica problemas y desafíos en su vida y su entorno a la vez que reflexiona sobre las diferentes opciones que tiene para profundizar en el problema identificado

**Medios de verificación**  
Cada alumno:

1. participa con entusiasmo en la elaboración del dibujo
2. elabora el dibujo con creatividad
3. cada dibujo responde a lo solicitado

**Elaboración de dibujos sobre la realidad actual y la visión del futuro**



a) El docente dividirá la clase en cuatro grupos a cada grupo le dará una dimensión del Ser Humano (física, emocional, intelectual y espiritual)

b) Pedirá a cada alumno que en base a la dimensión que le tocó elabore un dibujo que representen la realidad actual respondiendo a la siguiente pregunta ¿Cómo se atienden actualmente estas necesidades (físicas, emocionales, intelectuales o espirituales) en nuestra comunidad?

c) Después harán un segundo dibujo en el cual se represente un futuro posible en base a la pregunta: ¿Cómo me gustaría que se atendieran esta necesidad (ya sea física, emocional, intelectual o espiritual) en nuestra comunidad dentro de 5 años?

Posteriormente los alumnos socializaran en la escuela, este tema con los padres de familia, y llevaran a cabo una exposición con todos los dibujos para presentar los hallazgos encontrados sobre la satisfacción de las necesidades integrales de los guatemaltecos y guatemaltecas según lo encontrado en el diagnóstico.

## C. EL SER HUMANO EQUILIBRADO



## Competencias en base a la Formación Holística y su relación con la competencia del CNB

<b>Formación Holística</b>				<b>Indicador de logro</b>
<b>CONTENIDOS</b>				
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>I. los dos rostros de la humanidad</b>	Hombre y mujer tiene en su interior la energía masculina y la energía femenina	Reconocimiento de la energía femenina y energía masculina, que están presentes en todas las personas.	Busca el equilibrio entre sus dos energías para sentirse plenamente realizado/a	Formula propuestas orientadas a propiciar la equidad de género y lleva a cabo acciones concretas para erradicar la violencia hacia la mujer
<b>II. Descubriendo la dicha de ser plenamente Mujer y plenamente Hombre</b>	La mujer equilibrada y el hombre equilibrado significan una nueva sociedad más humana y justa	Explicación de cómo ambas energías femenina y masculina actúan en el Ser Humano Equilibrado	Valora la diferencia y complementariedad entre hombre y mujer como parte del enriquecimiento colectivo.	
<b>III. sexualidad, noviazgo y familia en relaciones igualitarias</b>	La ética sexual constituye un factor indispensable para la equidad de género y la erradicación de la violencia contra la mujer.	Explicación del significado de una relación con ética sexual, la cual requiere de una madurez física, emocional, intelectual y espiritual para garantizar el goce pleno.	Valora las relaciones de pareja desde la ética sexual que significa el respeto y la complacencia mutua	

### Área: Ciencias Sociales y Formación Ciudadana. Tercer Grado, Ciclo Básico

**Competencia 4 del CNB:** Aplica el proceso de la investigación social y otros saberes en la formulación de un proyecto

<b>CONTENIDOS</b>				<b>Indicadores de logro</b>
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>IV. Erradicación de la violencia contra la mujer</b>	Valores: solidaridad, cooperación, bien común. Entrevistados clave	Acercamiento a personas e instituciones responsables pertinentes susceptibles de colaborar en la solución del problema identificado.	Valoración de la cooperación y solidaridad social	4.2 Distingue la acción conjunta de diversos actores sociales, como necesaria en la resolución de problemas
	Coordinación de acciones entre actores sociales	Relación de coordinación de acciones con finalidad de resolver problemas.	Apreciación de la diversidad de aportes de los miembros de la comunidad educativa y de sus compañeros y compañeras.	

. Currículo Nacional Base Tercer Grado Nivel de Educación Media, Ciclo Básico Pág. 57

## Actividad I

### Los Dos Rostros de la Humanidad

#### 1º Conceptos erróneos que existen de hombre/mujer

##### Dinámica: “Cierto o falso”.

Se colocan sillas de ambos lados del salón y a cada lado se coloca un cartel en donde diga “falso” de un lado y “cierto” del otro, se pide a los participantes que cuando se diga una frase, si ellos consideran que es falsa vayan hacia donde está el cartel con la palabra falso. O bien si creen que es cierta vayan del otro lado. Pero una vez estén de un lado deben argumentar por qué creen que es falsa o cierta.

Preguntas:

**¿Deben las niñas jugar fútbol?**

**¿Pueden los niños jugar a las muñecas y a la comida?**

Durante el debate, el facilitador, solo observara y escuchara los argumentos que los participantes proporcionen, sin intervenir. Finalmente se les pedirá que expongan las conclusiones respecto al debate.

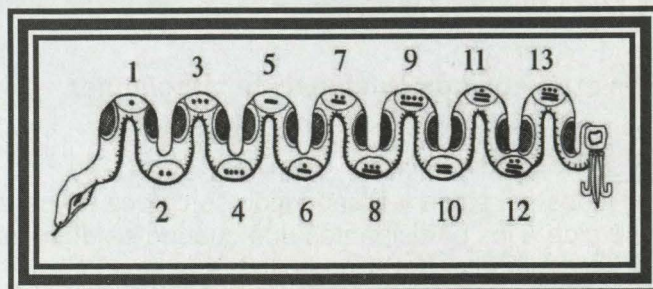
Cuando esta dinámica se realiza es posible que la mayoría termine aceptando que las mujeres juegan fútbol porque tienen la misma condición física que los hombres. Sin embargo en cuanto a la segunda pregunta, algunas personas, sobre todo los hombres, no aceptaran que los niños puedan jugar con muñecas. Argumentando que un hombre puede colaborar con las tareas de la casa, pero no es conveniente que pueda jugar con una muñeca porque las demás personas lo verían como un homosexual. Este argumento viene de la idea de que los hombres deben evitar expresiones de afecto y ternura, lo cual le hace reprimir sus sentimientos. Si no se permite que el niño al jugar con muñecas experimente la ternura, cuando sea adulto no sabrá cómo ser padre, porque no sabrá cómo expresar amor a sus hijos.

#### 2º para comprender mejor la relación hombre/mujer desde la cosmovisión Maya

*Para la Cosmovisión Maya no hay femenino sin masculino, no hay día sin noche, no hay unidad sin colectividad, no hay madre tierra sin padre sol. De tal manera que hombres y mujeres fueron creados para complementarse o ser interdependientes y no para oprimirse unos a otros. Por eso las actitudes y prácticas de supremacía y superioridad sobre otras y otros nos dañan a nosotros y a nosotras mismas, porque en la visión maya hombres y mujeres guardan su integridad y su propia especificidad y como seres humanos guardan su relación con la naturaleza, con los otros seres que la habitan y con el cosmos, de allí que el bienestar de cualquier ser viviente es indispensable para el equilibrio universal (Álvarez Medrano, Carmen, 2006, “Cosmovisión maya y feminismo. ¿Caminos que se unen?)*



La visión del deshilar o transcurrir de la vida y el tiempo, no sólo en el ser humano sino en el cosmos y microcosmos se refleja en el kumatz'in, la culebra en movimiento, símbolo de la dualidad y complementariedad en las energías.



En el enfoque de género desde la perspectiva del Pueblo Maya, WINÄQ es entendido como género mujer-hombre. En la filosofía maya, la palabra WINÄQ significa dos conceptos en uno, (femenino y masculino.) en forma plural. Estos dos conceptos están ligados, es decir, que la lógica de la palabra WINÄQ tiene una relación del uno con el otro. Es el concepto de la dualidad y complementariedad, en la que existe una interdependencia al decir WINÄQ. El patriarcado como paradigma dominante, que también ha contaminado las culturas ancestrales, ha favorecido un proceso de distorsión que dificulta la convivencia armónica entre género, haciendo que el equilibrio de estas dos armonías se pierda, a nivel personal, de grupos y de sociedades. Según la tradición oral o el libro de Los Creadores, Tepeu y Gukumat, femenino y masculino, que son una parte del Todo, intercambian criterios, conceptos e ideas, se ponen de acuerdo y finalmente se aman, para después iniciar la obra de la Creación en total equilibrio. Para la espiritualidad maya no existen los más ni los menos aptos, ni menos el dominio de unos sobre otros. De lo que se trata es de la búsqueda y mantenimiento constante del equilibrio entre los diferentes aunque sea a largo plazo

**Pregunta para reflexionar:** Según la cosmovisión maya: *¿Cómo debería ser la relación de la pareja, como base de la sociedad?*

### 3º El Ser Humano Equilibrado

José Carlos Correa Pedroso Fraile Franciscano, señala, que las antiguas culturas en su lenguaje simbólico ya se referían, hace muchos siglos, al misterio de lo masculino-femenino como una boda del Sol con la Luna, y según menciona, estas dos figuras simbolizan, desde ya, el equilibrio del ser humano plenamente integrado. Veamos las características de cada uno de ellos y utilizando la imaginación, de acuerdo a tus actitudes *¿Con quién te identificas más, con el Sol o con la Luna?*

EL SOL	LA LUNA
La luz del sol es brillante, concentrada y tan fuerte que puede quemar y hasta calcinar	La luz de la luna es suave, difusa y tan delicada que nunca hiere.
La luz del sol es tan esclarecedora que puede compararse con la razón	La luz de la luna sin herir la oscuridad, es tan acogedora que puede compararse con la relación
El sol recuerda la energía creativa que fecunda la naturaleza y hace crecer la vida	La luna recuerda a la madre tierra que deja fecundar, que acoge las aguas del cielo y se abre para que nazca la vida.
El sol es de una creatividad activa, transformadora	La luna es de una creatividad receptiva, que se transforma.
El sol es agresivo y tiene que ser controlado a	La luna es comprensiva, acogedora y cambia

diario	paulatinamente en el decurso del mes
El sol es firme, como tiene que ser la psicología de un padre	La luna es hábil como la psicología de la madre que acoge y nutre la vida
El sol es símbolo de los luchadores que establecen metas y las alcanzan a hierro y fuego.	La luna es el símbolo de los pacientes, que llegan a las metas dando rodeos, sin herir a nadie.
El sol quema los obstáculos	La luna los rodea con paciencia
A la luz del sol todo es nítido, pero si miramos el sol detenidamente y fijamos nuestra mirada en el disco de fuego nos destruirá la vista.	La luna es mucho menos clara, pero podemos mirar con calma todos los detalles alrededor, y complementar directa y sosegadamente.

No podemos afirmar que todos los hombres son sol y que todas las mujeres son luna, como tampoco podríamos decir de ninguna persona siempre es sol o siempre es luna respectivamente. Cada uno de nosotros es una mezcla muy personal de actitudes solares y de actitudes lunares, aunque tal vez se pueda decir que los varones comúnmente son un poco más solares y las mujeres un poco más lunares.

Si una persona ya sea hombre o mujer, fuese únicamente solar, sin noche y sin luna tendría probablemente un intelecto brillante pero académico y estéril. Podría tener ideas muy claras pero sería ajena al mundo de las realidades. Sería más obstinada que firme, más cabeza dura que razonable.

Si una persona, ya sea hombre o mujer, fuese únicamente lunar, sin día ni sol, tendría probablemente un corazón grande pero devastador. Más que receptiva sería débil, más que capaz de una relación profunda sería más bien hipersensible. Un exceso de luna la haría más caprichosa que comprensible, más mezquina que atenta a los demás.

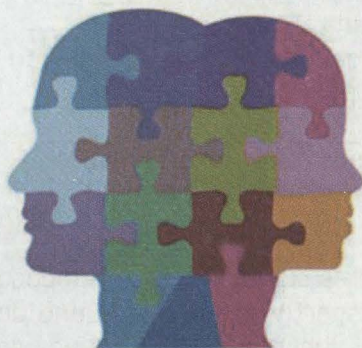
### Hombre y Mujer tienen que vivir el día y la noche, ser sol y ser luna a la vez.



El ser humano es un ser dual: dos cerebros (dos hemisferios cerebrales), dos lados (masculino, femenino) por lo tanto aun cuando el hombre es primordialmente un canal masculino, mientras la mujer es primordialmente un canal femenino, toda su energía y fisiología son un reflejo de ambas energías, por lo tanto cuando hablamos del ser humano equilibrado nos estamos refiriendo a las dos energías que están presentes en menor o mayor grado tanto en los hombres como en las mujeres.

**La energía Femenina nos vuelve, tanto a hombres como a mujeres:** Personas sensibles y emocionales, perceptivas, cálidas y amorosas. Con empatía y entendimiento hacia los demás. Nos pone en contacto con el poder interior. Personas de gran fortaleza, colaboradoras, enfocadas al grupo, enfocadas a las relaciones, que cuidan, protegen, mantienen, sostienen, conserva y nutren. De relaciones profundas con los demás, en contacto con sus sentimientos y que valoran estos sentimientos

**La energía Masculina nos vuelve, tanto a hombre como mujeres.** Personas racionales y analíticas, lógicas, objetivas, basadas en los hechos, con fuerza física, que dan seguridad. con capacidad de acción, enfocadas a la acción, con claridad de las necesidades personales. Autoafirmadas, que inician, provocan, impulsan, construyen, definen y proveen. Aptas para la política el trabajo y el deporte.



Pero debemos admitir que hoy en día, aun cuando lo femenino está despertando y poniendo su presencia en todos los sitios, no todas las mujeres están manifestando su verdadero poder femenino, porque siguen viviendo en una civilización completamente masculina, asumiendo los patrones masculinos creyendo así obtener su propia liberación a través del poder. El hombre, por su parte, está aferrándose como puede a los viejos patrones y paradigmas, sin querer mirar a otro lado, aun sabiendo que éstos ya no sirven y que nos llevan al dolor y a la destrucción. Esta lógica de la civilización masculina nos sigue llevando cada vez más, tanto a hombres como a mujeres, a un ser humano esclavizado, con su mente domesticada, sus emociones reprimidas y su cuerpo afectado por el desequilibrio.

### 5° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### **Tarea**

Revisa ambas energías y observa a través de tus propias actitudes ¿Cuál energía debes fortalecer para equilibrarte? Disponte a fortalecerla

Energía masculina	Energía femenina
<p>La energía masculina nos vuelve personas racionales y analíticas, lógicas, objetivas, que se basan en los hechos, nos da fuerza física, nos da seguridad y capacidad de acción. Enfocadas a la acción y con claridad de las necesidades personales. Somos personas autoafirmadas por lo tanto iniciamos, estimulamos, impulsamos, construimos, definimos y proveemos. Somos personas aptas para la política, el trabajo y el deporte</p>	<p>La energía femenina nos vuelve personas sensibles y emocionales, perceptivas cálidas y amorosas. Con empatía y entendimiento hacia los demás., en contacto con el poder interior y de gran fortaleza. Nos vuelve colaboradoras, enfocadas al grupo, enfocadas a las relaciones. Somos una persona que cuida, protege, mantiene, sostiene, conserva y nutre. Nos ayuda a tener relaciones profundas con los demás y nos pone en contacto con nuestros sentimientos a la vez que valoramos esos sentimientos en los demás.</p>
<p><b>Para fortalecer la energía masculina</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» No tengas miedo de hacer preguntas</li> <li>» Mantén la curiosidad de saber cómo y por qué de las cosas de este mundo.</li> <li>» Fíjate algunas metas para tus logros, aun los espirituales</li> <li>» No permitas que nada te desvíe de tu camino.</li> <li>» Ten grandes sueños pero nunca desdeñes de trabajar en cosas pequeñas.</li> <li>» Haz deporte.</li> <li>» Atrévete a opinar aun cuando los demás no pienses como tú</li> </ul>	<p><b>Para fortalecer la energía femenina</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Prueba comunicarte usando menos ideas y mensajes, poniendo más hechos y compromisos, que es el camino femenino.</li> <li>» No quieras verte más allá de las situaciones, sino dentro de ellas.</li> <li>» No pienses en "situaciones" piensa en las personas que están involucradas.</li> <li>» Abraza y expresa tus sentimientos</li> <li>» Ponte en el lugar de los demás antes de actuar</li> <li>» Ten momentos de interioridad y oración</li> </ul>
<p>Comparte lo que descubriste antes del próximo tema</p>	

#### Indicadores de logro

- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad II

### Descubriendo la dicha de ser una mujer plena y un hombre pleno

#### 1º “la guerra de los sexos”

Se formaran dos grupos, las mujeres se situarán en un lado de la clase y los hombres en el otro lado. Cada uno de los dos grupos elaborará, entre todos sus integrantes, una lista sobre lo que piensan, los hombres de las mujeres y las mujeres sobre los hombres. Una vez terminadas ambas listas, habrá dos portavoces uno el de las mujeres y otro el de los hombres. Estas dos personas serán los encargados de exponer las ideas reflejadas en la lista

Entre todos los integrantes del grupo, comentaremos la actividad, reflexionaremos sobre cómo nos hemos sentido, si nos ha gustado, si nos pareció divertida, e intentaremos hallar el porqué.

#### 2º Educados para la desigualdad



En cada instante de la vida cotidiana, privada o pública, se prepara a las mujeres para asumir unas identidades de voz omitida; de sumisas, conquistada, débil, temerosa, servidoras, necesitadas de protección, aspirantes a la maternidad y al matrimonio. Salirse de este esquema significaría entrar en la frontera de la ofrecida, la histérica, la machorra y la mojjigata. Las mujeres son vistas como sexo; se les expropia de su sexualidad y se les educa a cultivar su cuerpo para los otros

Los hombres son formados como los poseedores de voz, servidos, osados, fuertes, seguros, agresivos, conquistadores, triunfadores, capaces de proteger y decidir. Salirse de este esquema significaría entrar en la frontera del afeminado, el nagüilón, el cobarde, el don nadie. Son formados como seres lógicos, con plena voluntad y con un “yo” (apellido, herencia, poder) que los identifica frente al mundo.



Debido a esta historia de desigualdad, ambos han atrofiado sus emociones, su capacidad de dar y apoyar al otro, y han perjudicado su autoestima, unos envaneciéndola o las otras degradándola. Las instituciones como la familia, el matrimonio, la escuela, las iglesias, el trabajo y más recientemente los medios de comunicación son los lugares principales en los que se retroalimenta las relaciones patriarcales.

Hombres y mujeres por lo tanto están siendo educados para comportarse como seres desiguales, no como seres diversos o diferentes. La inequidad que deriva de los privilegios de los hombres y las carencias de las mujeres provoca en ambos un impacto destructivo en su condición humana.

### 3º Necesitamos una Nueva Humanidad

Leer las siguientes frases y pedir a los alumnos que vayan escribiendo en su cuaderno las frases que los impresionaron.

- ❖ Por cada mujer fuerte cansada de aparentar debilidad, hay un hombre débil cansado de parecer fuerte.
- ❖ Por cada mujer cansada de tener que actuar como una tonta, hay un hombre agobiado por tener que aparentar saberlo todo
- ❖ Por cada mujer cansada de ser calificada como "hembra emocional, hay un hombre a quien se le ha negado el derecho a llorar y a ser "delicado".
- ❖ Por cada mujer catalogada como poco femenina cuando compite e deportes, hay un hombre obligado a competir para que no se dude de su masculinidad.
- ❖ Por cada mujer cansada de ser un objeto sexual, hay un hombre preocupado por su potencia sexual
- ❖ Por cada mujer que no ha tenido acceso a un trabajo o a un salario satisfactorio, hay un hombre que debe asumir la responsabilidad económica de otro ser humano
- ❖ Por cada mujer que desconoce los mecanismos del automóvil, hay un hombre que no ha aprendido los secretos del arte de cocinar.

Cuando hayan terminado las frases y compartido sus experiencias, se lee el siguiente texto para recordarles que afortunadamente por cada mujer que da un paso hacia su propia liberación, hay un hombre que redescubre el camino hacia la libertad



**La humanidad posee dos alas: una es la mujer, la otra el hombre, hasta que las dos alas no estén igualmente desarrolladas, la humanidad no podrá volar**

**“Necesitamos una Nueva Humanidad, necesitamos volar”**

*Todas las personas necesitan del aspecto masculino desbrozador, que abre caminos y nunca abandona la búsqueda del infinito. Hombres y mujeres necesitan la luz meridiana de la razón, porque necesitan saber distinguir y dividir. Pero también todos, hombre y mujer, necesitan la renovación constante que sólo lo femenino puede aportar, porque lo femenino se sumerge en el seno de la Madre Tierra interior, acogiendo plenamente toda la experiencia de vida.*

Esencialmente, la energía femenina es guiadora e inspiradora, mientras que la energía masculina es servicial y protectora. La energía femenina es la inspiración detrás de la creación; el aspecto masculino se encarga de la manifestación en la forma y en la acción. Ambas energías trabajan juntas a través de cada ser humano, a través de cada individuo, ya sea masculino o femenino. Que ustedes sean un hombre o una mujer no es lo que realmente viene al caso; lo que cuenta es el equilibrio y la relación entre ambas energías dentro de ustedes.

#### 4º Lo que significa ser plenamente hombre y plenamente mujer

Pedir a los alumnos que lean este texto primero lo relacionado con su sexo y después con el otro, una vez hayan terminado que compartan lo que descubrieron de si mismos y del otro sexo.

##### PLENAMENTE MUJER

La mujer posee un potencial enorme en la interioridad. Lo masculino interior no es represor, sino estimulante de lo femenino, a través del cual va a poder buscar su esencia y el recogimiento de la interioridad y transformarse por dentro para saborear la vida. Sin embargo la mujer muchas veces es víctima de los principales vicios propios de nuestras culturas. Lo que más perjudica a las mujeres es un mundo exterior dominado por el patriarcado, donde no logran ser auténticamente femeninas porque tienen que adaptarse al estereotipo masculino para poder sobrevivir.

Sí, tu como mujer en lugar de ser moldeada por lo masculino exterior, logras trabajar la energía masculina interior -que te pertenece-, serás una nueva criatura. Lo masculino interior, en lugar de ser una fuerza opresora, se presentara como un polo de equilibrio, que genera energía y aporta nueva vida a los dones de la feminidad. Entonces en lugar de querer asemejarte a los hombres, y lejos de ambicionar eso, verás tu feminidad como un valor. Ya no te verás reducida a un ser menor, a una niña, a una esclava, ni te someterás a los dictados impuestos por la sociedad, según los cuales todos los hombres deben ser conquistadores, dominadores, vencedores. Solo así vas a poder acoger con cariño, afirmar y dinamizar tus dones femeninos de comunicar vida, involucrándote con las personas y las cosas; aportarás al mundo una contribución femenina, hasta hoy negada, que ayudará al nacimiento de una sociedad nueva más humana y más justa.



##### PLENAMENTE HOMBRE

El hombre posee un potencial enorme en la interioridad. Una de sus fuerzas es la energía femenina que ha sido reprimida, y debe ser liberada. La mayor grandeza del hombre no consiste en dominar y conducir. Consiste en integrarse y buscar. Sin embargo el hombre tiene miedo de ser dominado por la energía femenina exterior. Quiere escapar pronto del hogar en busca de éxito, amor, alegría, gloria. Su sueño es conquistar, ser señor, sin oposición. Conoce la fuerza de su razón y tiende a refugiarse en ella, desentendiéndose de los sentimientos, lo concreto y lo real.



Si tu como hombre logras descubrir y liberar lo femenino interior, fortaleciendo la polaridad que te proporciona, puedes aprender a convivir tanto con el miedo como con el arrojo, tanto con la sumisión como con la dominación, tanto con el éxito como con la destrucción y la muerte. Y no solamente en tu cabeza, sino también en tu corazón. Libre del miedo de lo femenino exterior, puedes encontrar en lo interior la capacidad de saborear la vida, de entender y comprender tu relación de pareja y la maternidad, de recogerse y de ser más concreto y más objetivo. Puedes equilibrar el deseo de dominar, con el de buscar y descubrir. Entonces lograrás equilibrar la racionalidad

y el compromiso con las personas. Descubrirás el valor de servir cortésmente. Solo así, reconociendo y liberando lo femenino, transformarás al mundo dejando de lado el rígido sistema patriarcal y haciendo nuevos descubrimientos descartarás las imposiciones y las prohibiciones.

## 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

### Tarea

#### ¿Cómo se puede contribuir para cambiar esta realidad

En el siguiente cuadro vemos algunas de las creencias que promueven la desigualdad desde la familia y las consecuencias de estas creencias en los comportamientos de hombres y mujeres en la sociedad.

CUANDO SE EDUCA PARA LA DESIGUALDAD		
<b>Enseñamos a la niña que:</b> Las mujeres nacieron para servir al hombre por eso no deben estudiar. Sólo sirven para parir hijos	<b>Como consecuencia la mujer será:</b> tímida, débil, cohibida, sumisa, miedosa y resignada	<b>Las consecuencias familiares serán:</b> Violencia, abusos familiares, alcoholismo drogadicción, delincuencia, enfermedades deserción escolar, embarazos no deseados
<b>Enseñamos a los niños que:</b> Los hombres son la cabeza de la casa y si la mujer les levanta la voz deben castigarla para que sepan quién manda	<b>Cómo consecuencia el hombre será:</b> prepotente, violento, agresivo, altanero, arrogante, grosero e insolente	

Ahora pedir a los alumnos que llenen el siguiente cuadro con una propuesta de educar para la igualdad y lo compartan en el aula

SI EDUCAMOS PARA LA IGUALDAD		
<b>Debemos enseñar a la niña que:</b>	<b>Como consecuencia la mujer será:</b>	<b>Las consecuencias familiares serán:</b>
<b>Debemos enseñar a los niños que:</b>	<b>Consecuencia el hombre será:</b>	

#### Indicadores de logro

- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## **Actividad III**

### **Sexualidad, noviazgo y familia en relaciones igualitarias**

#### **1º Conceptos que existen sobre la sexualidad**

##### **Dinámica: “Cierto o falso”.**

Se colocan sillas de ambos lados del salón y a cada lado se coloca un cartel en donde diga “falso” de un lado y “cierto” del otro, se pide a los participantes que cuando se diga una frase, si ellos consideran que es falsa vayan hacia donde está el cartel con la palabra falso. O bien si creen que es cierta vayan del otro lado. Pero una vez estén de un lado deben argumentar porque creen que es falsa o cierta.

##### **Frases**

- Los novios deben tener relaciones sexuales siempre y cuando la mujer no quede embarazada
- El hombre una vez lo provocan, no puede evitar tener relaciones sexuales
- Los hombre deben tener su primera relación sexual a los 14 años
- Hoy en día la mujer puede iniciar a tener relaciones sexuales en cuanto su cuerpo esté listo
- Hoy en día llegar virgen al matrimonio es ridículo
- Es mejor tener relaciones sexuales antes del matrimonio para probar si funciona o no
- Si la mujer llega a los 25 sin haberse casado, debe pedir a alguien que le haga el favor para tener un hijo y no quedarse sola
- Ver pornografía es sano tanto para los hombres como para las mujeres

Todas estas frases son falsas pues reducen las relaciones sexuales a una satisfacción personal sin ver a la otra persona, estas falsas creencia son validadas por el actual sistema y están causando graves problemas en la juventud haciéndoles creer que tener relaciones sexuales son necesidades que deben ser satisfechas sin importar como, por eso queremos en el siguiente tema demostrar que son falsas.

#### **2º ¿Cómo está siendo experimentada hoy en día la sexualidad, por los jóvenes?**

Ante la creciente información sobre sexualidad que ahora reciben los niños/as y jóvenes. ¿En dónde está quedando la Ética Sexual? Este no es un tema fácil, por un lado los sectores conservadores insisten en cargar la sexualidad con muchos juicios, miedos y emociones, ante esto una gran mayoría se llena de miedo y de tensión cuando debe expresarse sexualmente.

Y por otro lado algunos sectores más liberales a través del derecho a la educación sexual, transmiten el paradigma que si no se satisface la necesidad sexual en la dimensión física, pueden haber problemas psicológicos, con lo cual están propiciando que el otro o la otra busquen parejas con el fin de que sean el necesario objeto satisfactor, lo cual podría estar provocando que se den las relaciones sexuales prematuras y sin responsabilidad.



Pedir a los alumnos que recordando las frases, respondan en sus cuadernos la siguiente pregunta:

**¿Estas creencias sobre las relaciones sexuales, están ayudando a los y las jóvenes, a tener un noviazgo agradable, cómodo, satisfactorio y placentero?**

Presentar las respuestas de cada uno y realizar un debate sobre lo que dicen las mujeres y lo que dicen los hombres

### 3º La ética sexual



En principio, la sexualidad es más que un acto físico. La sexualidad es como una danza en la cual participan todos los niveles o aspectos de la pareja. Una relación sexual plena requiere de una madurez física, emocional, intelectual y espiritual solo así se garantiza el pleno goce desde una ética sexual.

Vamos a hablar nuevamente de las cuatro dimensiones que juegan un rol en esta danza de energías.

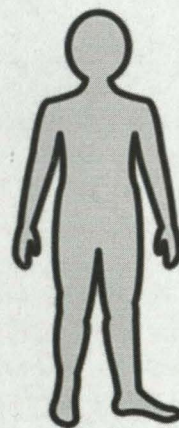
En principio, la expresión de la sexualidad en pareja es más que un acto físico, y realizada en forma responsable, se convierte en una danza mutua de las energías masculina y femenina, en la cual participan las dimensiones; física, mental, emocional y espiritual de la pareja.

Por lo tanto una relación sexual plena requiere de una madurez física, emocional, intelectual y espiritual, pues solo así se garantiza el pleno goce desde una ética sexual, que se constituye en un factor indispensable para la equidad de género y la erradicación de la violencia contra la mujer.

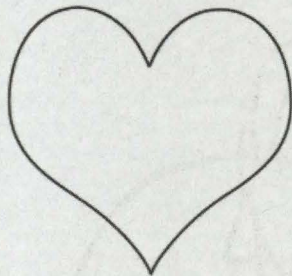
#### La madurez física

Nos referimos a la madurez física para la sexualidad como el momento en que el organismo ha alcanzado su plenitud vital como consecuencia de la maduración de los órganos reproductivos. Cuando el cuerpo aún no se desarrollado bien como en el caso de los adolescentes, las relaciones sexuales pueden traer traumas hormonales, psicológicos y físicos.

Todos sabemos que el cuerpo es inocente, conoce el deseo sexual y no hay nada malo en esto, porque es una fuente de regocijo, juego y placer que está presente espontáneamente dentro del cuerpo, por eso el cuerpo busca la satisfacción de sus deseos. Pero es el ser humano, o la conciencia del alma en el ser humano, el que determina el modo en el que el deseo sexual será utilizado y manifestado, porque el cuerpo no puede elegir por el mismo de qué modo se va a expresar su energía sexual. Son los seres humanos, quienes están a cargo, y el cuerpo necesita su dirección, por eso se debe estar consciente de las consecuencias que tendrá la iniciación sexual prematura en los jóvenes.



## La madurez emocional

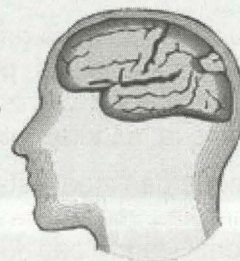


Para experimentar la sexualidad del modo más amoroso, el punto de conexión reside en el corazón, cuando dejan que su corazón conecte con su energía sexual, ésta encontrará su expresión más gozosa. Por eso el segundo aspecto de la danza sexual que se debe distinguir es la madurez emocional porque la unión sexual lleva consigo un acto profundamente emocional.

Cuando ignoran este aspecto, las personas no están completamente presentes en el acto y se separan del verdadero significado de la sexualidad y las poderosas energías de miedo, cólera y tristeza pueden sacarlos de su centro causando reacciones psicológicas de resistencia o de encierro y el cuerpo puede ser incapaz de sentir deseo o excitación. Por el contrario cuando existe madurez emocional entre parejas, hay verdad, amor y seguridad entre ellos porque no esconden sus emociones, hablan abiertamente sobre ellas y al surgir algún viejo temor es aceptado como tal. Ambos se sienten aceptados como son y conectan su energía del corazón con su energía sexual.

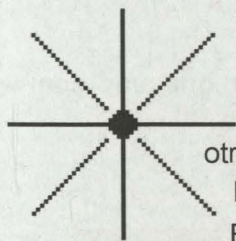
## La madurez intelectual

Cuando no hay madurez intelectual, las creencias y dogmas morales pueden impedir disfrutar de la sexualidad, Muchas veces estas creencias hacen sentir que el cuerpo físico es algo pecaminoso y la creencia de que la sexualidad es un instrumento de procreación, pecaminosa o a un mal necesario, puede crear miedo o aversión a la intimidad. O bien la creencia instalada puede ser que el ser humano necesita satisfacer sus necesidades sexuales sin importar lo que la otra persona sienta.



Por el contrario cuando sin creencias erróneas dos personas están en intimidad física de una manera amorosa, todas las células en sus cuerpos responden amorosamente, por esto es necesario que la mente este consciente de lo que significa la entrega hacia el otro y de que la satisfacción debe ser mutua. No se puede pretender sentir placer sin importar lo que el otro siente.

## La madurez espiritual



La madurez espiritual consiste en estar en sintonía consigo mismo, saber que soy tan valioso (a) que no puedo permitir que me utilicen o me hagan daño. Una vez que me amo y me acepto tal y como soy, tengo la disponibilidad interior para ser uno con el otro, esto significa que no puedo ni siquiera imaginar "utilizar" al otro u otra para satisfacer mis deseos, más bien cuido de mi pareja y nunca hare algo que pueda incomodar al otro u otra.

Entonces ambos se sentirán plenos y después de la unión sexual en la cual participa todo lo que ellos son, cuerpo, corazón y mente y espíritu, se sentirán serenos y regocijados y al mismo tiempo hay un tranquilo éxtasis. Las células de ambos han probado la energía del amor y en ese momento trajeron la realidad del Amor un poco más cerca de ellos, porque canalizaron la energía del Amor que tan profundamente desea fluir a través de sus cuerpos y que tiene el mayor respeto por su naturaleza sexual.

#### 4° La violencia es la peor consejera, la paciencia y el amor son esenciales.

Si en una unión sexual la energía fluye al mismo tiempo en todos los cuatro niveles, es un acto de creación divina.

Cuando la danza de lo masculino y de lo femenino es llevada a cabo de tal manera alegre, sólo lo bueno y dulce puede venir de eso. Que los niños nazcan de semejante acto, es lo natural.

Si un niño es concebido de tal modo, entonces viene al mundo en un alud de luz y amor. Es la bienvenida más amorosa que un alma puede tener en la tierra. Esto significa que las energías sexuales son tan preciosas, que debemos tratar con nuestra sexualidad respetuosamente.



Aun cuando haya problemas, miedos o tensiones alrededor, no se debe juzgar a la sexualidad misma, ni renunciar a ella, porque es una parte natural del ser humano, y una parte sagrada. El camino hacia una completa y gozosa experiencia de la sexualidad puede ser largo y sinuoso. Pero si en la pareja existe la madurez integral (cuerpo, mente, corazón y alma) la experiencia será plena.

Recuerden que estamos sanando una historia antigua de lucha entre el hombre y la mujer. Las energías masculinas y femeninas quieren juntarse otra vez y unirse en una danza de alegría y creatividad. Todo lo que cada uno de nosotros logre contribuir en un nivel individual, tiene una influencia positiva en el alma colectiva del hombre y de la mujer. Su transformación hace que las energías de paciencia y amor estén disponibles para crear una Nueva Humanidad.

#### 5° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

##### Tarea

Pedir a los alumnos que como tarea respondan lo siguiente:

**¿Piensas que estas falsas creencias con respecto a la sexualidad, tienen que ver con la violencia hacia las mujeres?**

Compartir en el aula antes del próximo tema

##### Indicadores de logro

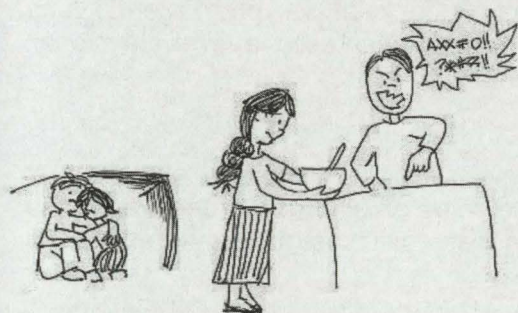
- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad VI

### La Erradicación de la violencia hacia la Mujer

#### 1º Situación que viven las mujeres víctimas de la violencia

##### Primera fase acumulación de tensión:



En este momento se dan:  
Palabras ofensivas (estúpida, bruta, idiota)  
Desvalorización personal y del hogar (Esta comida no sirve para nada, la casa está hecha un asco, ni para eso servís)

La persona afectada, para no hacer las cosas más grandes y calmar al agresor:  
Le tolera todo y se anticipa a sus deseos  
Se aleja y trata de comprender la vida difícil que tuvo el violentador, siguiéndole la corriente.

En esta fase la persona afectada no se da cuenta de la realidad del problema, y por lo general existe:

Negación del problema (yo lo provoqué)

Racionalización (tuvo una niñez muy difícil, está nervioso)

Minimización del problema. (A los niños no les pega, solo a mí)

Evita la confrontación y aleja a los hijos e hijas de cualquier provocación. (Cuando su papá llegue se acuestan y no hagan bulla)

Esto puede durar mucho tiempo y es desgastante. Como el agresor a veces está tranquilo, se cree que el problema no es grave pero las relaciones familiares son como una bomba y cualquier chispa puede hacerla estallar.

##### Segunda fase explosión o momento agudo:

En esta segunda fase, es cuando el agresor, desarrolla una fuerte e incontrolable descarga de violencia sobre su víctima, pudiendo causar hasta la muerte.

El agresor está convencido de que debe darle una lección a la persona agredida.

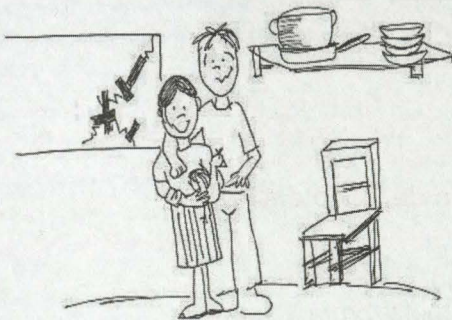
Este momento provoca en la persona que sufra además de los golpes: también ansiedad, depresión, dificultad para dormir, falta de hambre o deseo de comer mucho y un gran cansancio.



Esta fase en el círculo de violencia, es la más breve, pero la más peligrosa para la integridad física de la persona; puede durar de sólo segundos a una hora.

Después de la agresión, se da un distanciamiento entre la persona agredida y el agresor, que puede ser utilizado para que la víctima de violencia tome la decisión de buscar ayuda o irse de la casa, pero sin apoyo se corre el riesgo de que se aisle, se suicide o mate al agresor.

### Tercera fase: reconciliación o luna de miel

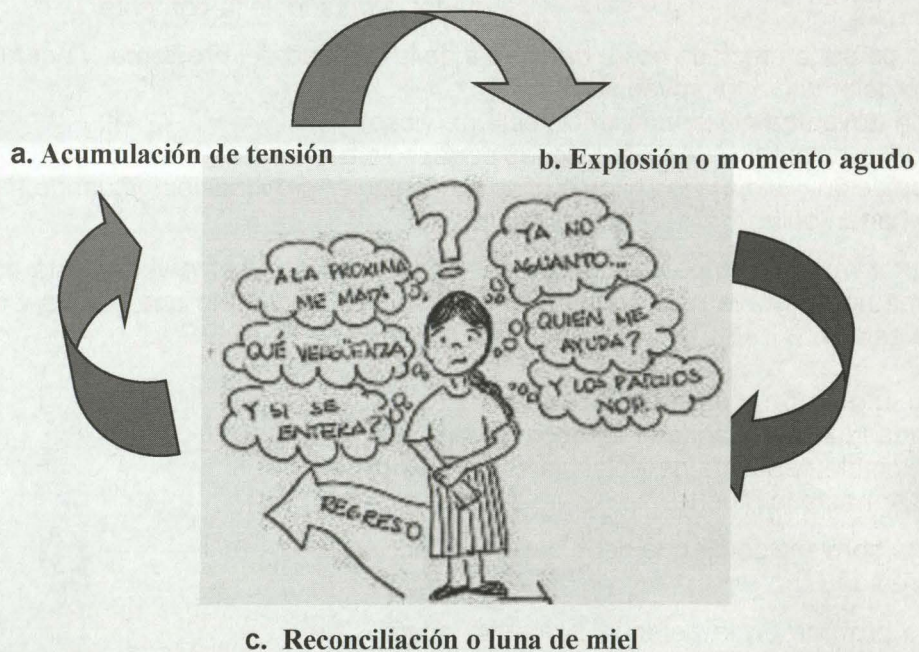


Esta fase es un período de calma en el cual el agresor cambia totalmente convirtiéndose en un ser cariñoso, tierno, conquistador.

Él sabe que se le fue la mano y teme que lo dejen de querer o lo abandonen, por esa razón tratará de convencer a la sobreviviente, que está arrepentido, que no lo volverá a hacer y que va a cambiar, aunque estos cambios son temporales.

En esta fase la persona agredida cree que debe acceder ante las promesas del agresor lo cual va promoviendo una dependencia de la víctima con el agresor, a nivel emocional, psicológico, sexual, económico, etc.

Este círculo de la violencia de género, se repite constantemente, sin poder identificar el inicio o el final. Es como un círculo que se repite constante y periódico que se da en el mismo orden y en forma repetitiva, aparentemente sin salida, desarrollándose en las tres fases distintas que varían en tiempo e intensidad.



### 2º Ruta crítica de la mujer

La mujer afectada, debe recorrer un largo camino, tomar decisiones y acciones para liberarse de la violencia, y dependerá en parte del apoyo que el grupo o las personas indicadas le den durante el proceso. La ruta que debe recorrer se podría describir de la siguiente manera. El siguiente juego nos ayudará a ver los obstáculos que encuentran las mujeres, para salir del círculo de la violencia.

En grupo con la ayuda de un dado júguenlo y vayan comentando las alternativas que se van dando durante el recorrido

<p><b>1</b> →</p> <p>La mujer agredida sabe que debe terminar con esta violencia</p>	<p><b>2</b> →</p> <p>Decide actuar y terminar con esta situación</p> <p><b>Avance 6</b></p>	<p><b>3</b> →</p>	<p><b>4</b></p> <p>Pero aun no busca ayuda, teme que ninguno la ayude</p> <p><b>Retroceda 3</b></p>	<p><b>5</b></p> <p>Busca a una persona cercana, para que le apoye</p> <p>↓</p> <p><b>Avance 2</b></p>
<p>↓</p> <p><b>10</b></p> <p>Ya tiene conocimiento sobre posibles ayudas</p> <p><b>Avance 3</b></p>	<p><b>9</b> ←</p> <p>Rompe el silencio y divulga detalles antes ocultos</p>	<p><b>8</b></p> <p>Nadie quiere comprometerse a ayudarla</p> <p><b>Retroceda 6</b></p>	<p><b>7</b> ←</p>	<p>← <b>6</b></p> <p>Encuentra a una persona dispuesta a ayudarla</p> <p><b>Avance 3</b></p>
<p><b>11</b> →</p> <p>busca información sobre lugares que le presten ayuda</p>	<p><b>12</b></p> <p>Va a la Asamblea comunitaria y no la atienden</p> <p><b>Retroceda 4</b></p>	<p><b>13</b> →</p>	<p><b>14</b> →</p> <p>Va al juzgado y no la atienden porque no hay traductor</p> <p><b>Retroceda 6</b></p>	<p><b>15</b></p> <p>Va a la PNC y pone la denuncia</p> <p>↓</p>
<p>↓</p> <p><b>20</b></p> <p>con asesoría decide iniciar acciones informales<sup>1</sup></p> <p><b>Avance 4</b></p>	<p>← <b>19</b></p>	<p>← <b>18</b></p> <p>Acude a la Defensoría Indígena y le dan asesoría y apoyo</p>	<p><b>17</b> ←</p>	<p><b>16</b></p> <p>El agresor la amenaza y ella retira la denuncia</p> <p><b>Retroceda 15</b></p>
<p><b>21</b> →</p> <p>El agresor no acepta el dialogo con la familia</p>	<p><b>22</b></p> <p>el agresor la amenaza y ella por miedo decide no continuar</p> <p><b>Retroceda 4</b></p>	<p><b>23</b> →</p>	<p><b>24</b> →</p> <p>Decide iniciar acciones formales<sup>2</sup> con la ley maya</p>	<p><b>25</b></p> <p>El agresor se compromete a reparar el daño</p> <p>↓</p> <p><b>Avance 6</b></p>
<p><b>30</b></p> <p><b>La usuaria y su familia por fin están fuera del círculo de violencia</b></p>	<p><b>29</b> ←</p> <p>Resolución final a favor de la usuaria</p>	<p>← <b>28</b></p> <p>la defensoría indígena le proporciona traductor y asesoría Jurídica</p> <p><b>Avance 2</b></p>	<p><b>27</b></p> <p>En el juzgado no se cuenta con traductor</p> <p><b>Retroceda 9</b></p>	<p><b>26</b> ←</p> <p>Decide iniciar acciones formales con el sistema oficial</p>

<sup>1</sup> Lo informal sería retomar una sanción adecuada desde su convicción de vida e intervención de familiares u otras personas

<sup>2</sup> Lo formal sería entonces el elaborar un documento interno o externo que avale la sanción realizada así como también puede ser un proceso oficial o de la ley maya que conlleve un documento de amparo.



**Lo que necesitamos saber es:**

**¿Cómo las mujeres podemos salir de este círculo de violencia que parece sin salida?**

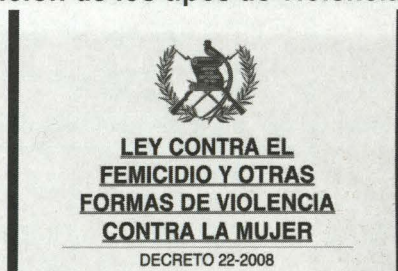
**¿Cómo se nos puede ayudar, para que sepamos qué hacer y a quién acudir?**

### **3º Erradicando la violencia contra la mujer**

Ninguno sabe en realidad cuanta violencia contra las mujeres se está dando porque la mayoría de casos no se denuncian. La ley dice que es obligatorio que las instituciones estatales lleven un registro de los casos de violencia contra la mujer, para poder disponer de datos que digan qué cantidad de estos casos se están dando. Muy pocas instituciones lo están haciendo, porque la mayoría de casos son anotados como: «violencia» en general, o «violencia intrafamiliar» esto hace difícil saber la cantidad exacta de los casos de violencia contra la mujer.

Por esto es importante conocer la legislación para la erradicación de la violencia contra la mujer.

#### **Definición de los tipos de violencia, según la**



#### **- Violencia física**

Cuando se utiliza la fuerza del cuerpo directa o con cualquier objeto, arma o sustancia con la que se cause daño, para lastimar o causar sufrimiento físico, lesiones o enfermedad a una mujer.

**La persona responsable de este delito será castigada con prisión de cinco a doce años**

#### **- Violencia sexual**

Cuando un hombre utiliza la violencia física o psicológica para que la mujer pierda la libertad de decidir sobre su intimidad sexual, esto incluye: la humillación sexual, la prostitución forzada, negarle el derecho de hacer uso de métodos de planificación familiar, tanto naturales como artificiales, negarle el derecho a adoptar medidas de protección contra enfermedades de transmisión sexual.

**La persona responsable de este delito será sancionada con prisión de cinco a doce años.**

### - **Violencia económica**

Cuando un hombre hace algo o deja de hacer que no le permite a la mujer gozar o disponer de los bienes materiales que le pertenecen: Por derecho, por relación matrimonial o por unión de hecho, por capacidad o por herencia; Causándole daño, deterioro, transformación, sustracción, destrucción, retención o pérdida de objetos o bienes materiales propios o del grupo familiar, así como la retención de instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o recursos económicos.

**La persona responsable de este delito será sancionada con prisión de cinco a ocho años.**

### - **Violencia Psicológica o emocional**

Cuando un hombre hace algo que puede producir daño o sufrimiento psicológico o emocional a una mujer, a sus hijas, a sus hijos u otros familiares hasta el cuarto grado de consanguinidad y segundo de afinidad de la víctima. En ambos casos con el objeto de intimidarla, herir su autoestima o mantenerla controlada, hasta quebrantarle el espíritu.

**La persona responsable de este delito será sancionada con prisión de cinco a doce años.**

### - **Femicidio**

Cuando un hombre mata violentamente a una mujer, valiéndose de las creencias de relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres, y en ejercicio del poder de género en contra de las mujeres, (Art. 3 Definiciones. Inciso E.)

**La persona responsable de este delito será sancionada con prisión de veinticinco a cincuenta años.**

Los delitos quedarán sin castigo en la medida en que estos no se denuncien, por eso vale la pena hacerte las siguientes preguntas:

**¿Has sido víctima de maltrato, golpes o abusos?**

**¿Conoces a alguna mujer que haya sido víctima de maltrato, golpes o abusos?**

**En tu familia o en otra que tú conozcas**

**¿Las mujeres sufren de algún tipo de maltrato, golpes o abusos?**



Recuerden que:

*Lo más terrible de las cosas malas que hace la gente mala es el silencio de la gente buena. (Ghandi)*

Si tú has sido víctima no te quedes callada. Si conoces a alguien que ha sido víctima, no te quedes indiferente ante lo que ha ocurrido, apoya y acompaña para que se haga justicia.

#### 4° Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

##### **Elaboración del proyecto escolar**

##### **“PERIODICO INFORMATIVO”**

##### **Contenidos Procedimentales:**

Acercamiento a personas e instituciones responsables, pertinentes y susceptibles a colaborar con la solución del problema identificado

##### **Contenidos Actitudinales**

Apreciación de la diversidad de aportes de los miembros de la comunidad educativa y de sus compañeros y compañeras

##### **Indicadores de logro**

Distingue la acción conjunta de diversos actores sociales, como necesaria en la resolución de los problemas

##### **Medios de verificación**

Cada alumno:

1. participa con entusiasmo en la elaboración del periódico
2. participa con creatividad y entusiasmo
3. comparte y aporta sus propias experiencias con respecto al tema

Los alumnos elaboraran un periódico escolar que se pueda distribuir en la escuela, con los amigos y la familia en este caso será de “la violencia hacia la mujer en mi comunidad”. Éste a su vez servirá de síntesis y como punto de referencia para los mismos alumnos

Para esto es necesario:

1°) hacer un listado de los lugares de recopilación de datos:

Instituciones como la policía, hospitales, organizaciones de DD.HH, organizaciones de mujeres, etc.

Comunidad educativa: alumnos, familias, docentes

Comunidad en general: vecinos, líderes religiosos, mercados etc.

2°) establecer y repartir funciones: quienes harán los reportajes, quienes redactaran, quienes elaboraran el editorial, quienes revisaran y corregirán el texto, quienes harán la diagramación, quienes imprimirán etc.

3°) una vez el periódico esté listo se socializara con toda la comunidad educativa distribuyéndolo. Se puede hacer una reunión de socialización en la escuela para que los asistentes a la misma den sus opiniones sobre esta situación de la violencia hacia la mujer

4°) una vez la actividad concluya, se hará la evolución en clase y se puede proponer continuar elaborando este periódico en forma mensual o bimensual con temas de actualidad

**D. CONSTRUYENDO UNA NUEVA FORMA DE CONVIVENCIA**

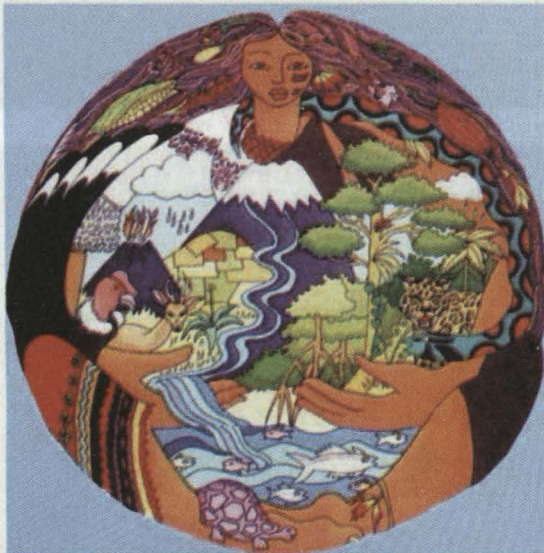
**SOLIDARIDAD**

**EQUIDAD**

**INCULTURALIDAD**



**PAZ**



**PARTICIPACIÓN**



**INCLUSIÓN**

## Competencias en base a la Formación Holística y su relación con la competencia del CNB

<b>Formación Holística</b>				<b>Indicador de logro</b>
<b>CONTENIDOS</b>				
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>I. El significado del 13 baktúm</b>	El 13 baktum es el fin de una era y el inicio de una nueva forma de relacionarse	Explicación sobre el 13 baktun que marca la llegada de una nueva forma de convivencia para la humanidad	Predisposición hacia una transformación personal que le permitirá dejar de ser parte del problema para ser, desde ya parte de la solución	Aporta propuestas de solución de problemas y desafíos para lograr el desarrollo sostenible para todos y todas
<b>II La alternativa de la no violencia activa</b>	Existe una diferencia de energías cuando se va a favor o cuando se va en contra	Diferenciación de estar en contra de la violencia que trabajar a favor de la paz	Preferencia por los movimientos que están trabajando a favor de la paz y no están actuando con violencia	
<b>III La familia como el pilar básico del proyecto de nación</b>	La familia es la célula de la sociedad y la raíz de todas las formas de convivencia	Reconocimiento de que el cambio solo se podrá efectuar propiciando nuevas formas de relaciones desde la familia.	Conciencia de que la familia es el pilar básico de la sociedad	
<b>Área: Ciencias Sociales y Formación Ciudadana. Tercer Grado, Ciclo Básico</b>				
<b>Competencia 1 del CNB:</b> Interrelaciona elementos con factores y procesos en espacios geográficos y socioculturales de países desarrollados y en vías de desarrollo, que le permitan actuar en forma responsable, en el marco del desarrollo sustentable				
<b>CONTENIDOS</b>				<b>Indicadores de logro</b>
<b>Actividad</b>	<b>Declarativos</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>	
<b>IV. Desarrollo y Vida Plena de todos y todas</b>	Identificación de las actividades humanas que contribuyen al aumento de riesgo y de vulnerabilidad del medio ambiente	Reconocimiento de las amenazas naturales y socio naturales	Muestra interés por al preservación del ambiente sano y ecológicamente equilibrado	Practica conductas y acciones encaminadas a la protección del medio ambiente

## Actividad I

### El Despertar del 13 B'aktun

#### 1º ¿Qué fue lo que paso el 21 de diciembre del 2012?

##### Dinámica de las tarjetas

Entregar a cada alumno dos tarjetas, en una escribirá ¿Qué oíste decir del 21 de diciembre del 2012?

Y en la otra escribirá ¿Y tú qué crees que realmente paso?

Colocar todas las tarjetas en un muro y hacer una reflexión sobre lo que se dice y lo que creemos  
Seguramente la mayor parte de creencias estarán incompletas o equivocadas

Por eso será necesario aclarar que significa realmente el 21 de diciembre de 2012

#### 2º Significado del 13 Baktúm



El año 2012 según la cosmovisión Maya hemos cerrado un ciclo de 13 B'aktunes, que hace un total de 5,200 años, con lo cual concluye una era.

Las eras son los distintos espacios de tiempo cíclico de evolución del mundo y el ser humano, y según la cultura Maya ya han transcurrido varias eras cósmicas desde que apareció la vida sobre la tierra.

El Popol Wuj, nos dice que este acontecimiento es muy importante para la regeneración natural de la madre tierra y también para nuestras civilizaciones porque hemos finalizando la cuarta era a partir de la cuarta creación en que se creó al hombre de maíz.

Siendo Guatemala el corazón de esta gran civilización maya, estamos siendo partícipes del inicio de esta nueva era, que nos presenta la oportunidad para crear una nueva forma de relaciones hacia una vida equilibrada y en armonía, tanto entre seres humanos como con la naturaleza y el universo.

Finalizar el 13 b'aktun por lo tanto, nos está ofreciendo una oportunidad de profundos cambios para la humanidad, una oportunidad para llegar a un nuevo amanecer, siendo el punto de encuentro para iniciar una armonización material y espiritual, que nos prepara para transitar por el cambio de ciclo del tiempo, a través del legado de la cosmovisión maya.

Preguntar a los alumnos.

**¿Cuál es la nueva forma de relaciones que se está generando?**

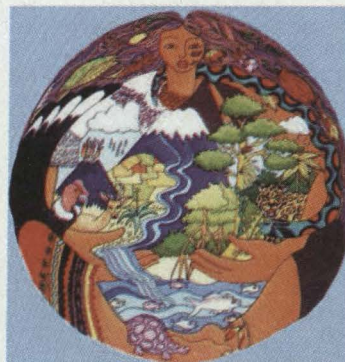
### Los medios de comunicación social ante el cambio de era

La prensa, televisión, radio e incluso el internet a través de mensajes de profecías sobre el fin del mundo, la llegada de los extraterrestres, varios días de oscuridad y muchas cosas más, se dieron a la tarea de atemorizar a la población sobre el 21 de diciembre del 2012, porque el miedo mantiene a la población fuera de la realidad, y nos mantiene alienados en este SRD (sistema relacional de dominación) que todos hemos reproducido en algún momento. Pero en ningún momento se dieron a la tarea de explicar los cambios atmosféricos, climáticos y sociales que si están ocurriendo. La humanidad está cambiando y tanto los jóvenes como los niños son las generaciones que irán propiciando una nueva forma de relaciones que nos permitirá habitar en un mundo más humano y justo.

**Trabajo grupal:** pedir a los alumnos que en el periódico, busquen noticias que hablen del mal que nos afecta como sociedad y noticias de cosas positivas. Después que expongan cuales noticias encontraron en su mayoría.

### 3º Creando una nueva forma de convivencia

Una parte fundamental de esta nueva forma de convivencia es el Desarrollo Sostenible, que está centrado en el logro de una mejor calidad de vida para el ser humano a nivel individual y social, potenciando la equidad, el protagonismo, la solidaridad, la democracia, la protección de la biodiversidad y los recursos naturales del planeta; el respeto a la diversidad cultural y étnica, de manera que no se comprometa el desarrollo de las generaciones futuras.



#### PRINCIPIOS DEL DESARROLLO SOSTENIBLE

(Tomado del libro de consulta "Educación para el Desarrollo Sostenible" UNESCO 2012)

- ❖ Los seres humanos tienen derecho a una vida saludable y productiva en armonía con la naturaleza.
- ❖ El derecho al desarrollo debe ejercerse en forma tal que responda equitativamente a las necesidades ambientales y de desarrollo de las generaciones actuales y futuras.
- ❖ Erradicar la pobreza y reducir las disparidades en los niveles de vida en los distintos pueblos del mundo es indispensable para el desarrollo sostenible.
- ❖ La protección del medio ambiente constituye parte integrante del proceso de desarrollo y no puede considerarse en forma aislada.
- ❖ Para alcanzar el desarrollo sostenible y una mejor calidad de vida para todas las personas, los Estados deberán reducir y eliminar las modalidades de producción y consumo insostenibles y fomentar políticas demográficas apropiadas.
- ❖ Las mujeres desempeñan un papel fundamental en la gestión ambiental y el desarrollo. Por lo tanto, es imprescindible contar con su plena participación para lograr el desarrollo sostenible.
- ❖ La guerra es intrínsecamente destructiva para el desarrollo sostenible. La paz, el desarrollo y la protección del medio ambiente son interdependientes e inseparables.

Todos los países miembros de las Naciones Unidas deberían promover, fomentar y garantizar estos principios a sus ciudadanos. Sin embargo aún estamos lejos de ver que esto se dé.

Pregunta: **¿Por qué será que esto aún no se logra?**

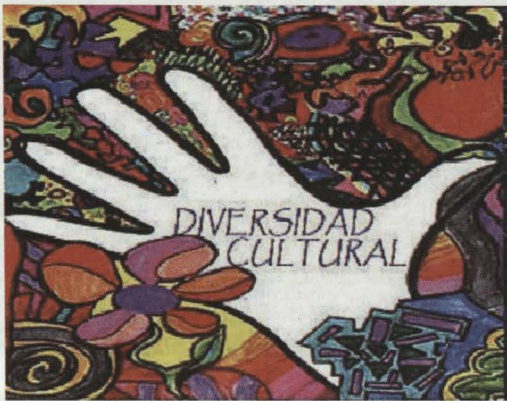
## Una nueva forma de relaciones es posible

Aun cuando hemos sido domesticados por el actual sistema y aun cuando hemos sido educados para la desigualdad, el antagonismo y la división, podemos empezar la búsqueda de nuevas formas de relaciones, porque todos y todas seguimos siendo seres humanos capaces de amar; y dignos de ser amados y todos y todas poseemos una naturaleza sensible al amor, solo necesitamos experimentarlo.

Hemos heredado el dolor, la división por la codicia y el individualismo, la desconfianza, la frustración, el terror y la impotencia, pero ahora tenemos la alternativa que nos da el poder de la transformación hacia una realidad más justa y humana.



### 4º Es el tiempo de unificar



#### DESPIERTA

*Como consecuencia de la finalización del 13 B'aktun, se nos está presentando un momento de profundos cambios para la humanidad.*

*Estamos iniciando una armonización, que nos prepara para transitar por el cambio de ciclo del tiempo, a través del legado de nuestras raíces ancestrales.*

*Ahora es el momento de unificar e integrar nuestras energías, para que dejemos de ser seres individuales y formar un todo. Debemos recuperar nuestro auténtico Ser poniendo nuestra sabiduría y nuestra luz al servicio del universo.*

*Transmutando aquellos aspectos de nuestra vida que nos enganchan y aun nos mantienen, en el sistema relacional de dominación que ya no funciona. Ya no podemos permitir que la mente, ni sus delirios ególatras, se transformen en reacciones insensatas, porque eso, no es lo verdaderamente nuestro.*

*En lo personal debemos preguntarnos  
¿En qué situaciones de altercados y conflictos aún estoy involucrado?  
¿Cómo puedo empezar a transformar esa situación?*

*Ya es hora, terminemos con esos lastres que pesan en nuestro corazón. El camino está trazado, sólo hay que tener valor de soltar las angustias que nos envejecen, los resentimientos que nos agobian y los egoísmos que nos limitan,*

*Para gozar la eterna alegría del que comprende. La infinita riqueza del que no se apropia de nada y la felicidad absoluta del que todo lo comparte. Si quieres empezar a ser parte de la transformación ahora puedes decidir, pues tú eres una persona dueña de tu destino.*

*Recuerda tú eres un Ser Espiritual haciendo una experiencia Humana*



Por eso debemos transmutar nuestros sentimientos negativos, debemos brillar y vibrar desde el corazón porque nuestro corazón no conoce maldad, nuestro corazón sólo conoce el bien y la paz. No permitamos que la mente desde sus egos y sus delirios se transformen en palabras hirientes y ofensivas porque eso no es lo que verdaderamente sentimos.

Debemos confiar en nuestro poder, debemos creer en nosotros mismos pero sobre todo debemos aceptar y respetar la evolución de los demás. Somos acompañantes, somos camaradas de viaje, nada más, debemos respetar el camino que, los que nos acompañan decidan tomar.

Son momentos trascendentales, momentos en los que debemos trabajar la paz de espíritu. Debemos ser conscientes de que nuestra paz, tranquilidad y sosiego interior trascienden y esa energía llega a los que nos rodean.

Debemos cultivar nuestros valores de respeto, gratitud y perdón. Debemos trabajar el perdón desde las tres vertientes: **perdonar, pedir perdón y perdonarnos**. Es extremadamente importante que trabajemos el perdón para poder seguir adelante, para deshacernos de esos lastres que pesan en nuestro corazón. Recordemos que todo lo que nos sucede ahora es el resultado de nuestras decisiones, ya sea que hayan sido acertadas o no.



### 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

#### Tarea

Pedir a los alumnos que como tarea respondan lo siguiente:

¿Qué situaciones conflictivas tengo en mi casa?

¿Cómo puedo empezar a cambiar esta situación?

¿Qué situaciones de violencia se viven en las aulas?

Como estudiante ¿Cómo puedo erradicar la violencia a en el aula?

Compartir en el aula antes del próximo tema

#### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad II

### La alternativa de la no violencia activa

#### 1º lectura de reflexión

#### Tengo un corazón, una voz y una vida

(Fragmento tomado del libro "Inteligencia Emocional" de Robert K. Cooper)

*Yo visitaba el Tíbet por primera vez y estaba contemplando un proyecto de investigación sobre el aspecto interno del liderazgo. Ese día, además del guía, nos acompañaba un hombre que cuando lo conocí me pareció muy viejo. Llevaba en la mano un largo cayado de madera dura, que él mismo había alisado quitándole las espinas y aceitándolo a mano hasta dejarlo brillante.*

*Al pie de la montaña donde nos encontrábamos y centenares de metros abajo, alcance a ver lo que parecía un apilamiento circular de grandes piedras. El viejo lo miraba y noté que los brazos le temblaban, y vi que las lágrimas empezaban a rodarle por las mejillas. El guía también tenía los ojos enrojecidos, visiblemente conmovido por algo que yo no comprendía.*

*-Toda mi familia fue enterrada aquí... antes de que se llevaran los cadáveres a otro sitio- dijo el viejo con una voz que casi no se oía.*

*-¿Qué pasó?- pregunté pensando en algún accidente de montañismo.*

*-¿Sabe usted lo que significa este signo?- Me preguntó el viejo juntando las manos palma con palma sobre el pecho y con los dedos extendidos hacia el cielo. En 1959 el ejército chino nos prohibió la oración en cualquier forma. Antes de la invasión china yo había sido elegido por los ancianos como uno de los futuros conductores de la aldea. Eso fue antes de que el Ejército Chino viniera a destruir nuestras casas, nuestros negocios, nuestras bibliotecas y templos, y violaran a nuestras mujeres y niños, y nos prohibieran orar. -Y agregó,- Un día, hace ya muchos años, iba yo por el camino cuando me encontré con un viejo amigo y lo saludé a nuestro modo tradicional diciéndole: "Tachshi deley", que quiere decir, "Honro la grandeza que hay en ti".*



*Un oficial del ejército chino me vio hacer esto y ordenó: "Prendan a este hombre, está rezando y propagando la religión, ha violado la ley y hay que darle un escarmiento. Al día siguiente mandaron traer a toda mi familia: hermanos, padres, abuelos, tíos, hijos y nietos. Nos obligaron a cavar un gran hueco y a los vecinos a presenciar la escena. Los soldados dijeron que yo era un enemigo del gobierno y del pueblo, y anunciaron mi castigo mientras cuatro soldados me retenían por los brazos. Les supliqué que me castigaran a mí, que solo a mí me hicieran sufrir, no a los demás. No hicieron caso de mis protestas, les introdujeron en la garganta trozos de tela con gasolina, les prendieron fuego a todos y los arrojaron al hueco, enterrándolos cuando algunos todavía estaban vivos.*

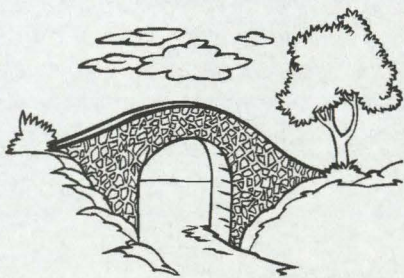
*Quise comentar pero él me interrumpió y me dijo: Robert, aquello fue la cosa más dura de mi vida, yo quería que usted lo supiera, algo aprenderá de ella. Además, sin saber eso, usted no me conocería. **Ahora soy realmente yo, no tan solo un nombre; tengo un corazón, una voz, una vida.***

*Se preguntara qué cómo puedo contarle una experiencia tan horrible, es por usted, porque usted está vivo, está aquí, ahora. Mi familia ha muerto porque es el camino de todos. Aprender a hacerle frente a esto es difícil, pero yo estoy vivo. Todos los días me lo digo a mí mismo...Y usted está aquí, yo puedo aprender algo de usted porque todavía me queda trabajo por hacer.*

*Situándome en mi contexto real, muy lejos de aquellas majestuosas montañas, pregunté al viejo: ¡Qué pasa cuando tratando de superar un obstáculo se amontonan otros tantos obstáculos? ¿Debemos dejarlos para después para que no nos aturdan?*

-No,- respondió tras un momento de reflexión. -No, tenemos que hacerle frente a lo que se presente.- El mismo día que perdí a mi familia, el ejército chino destruyó uno de los puentes sobre el río, para castigarnos más, para que todo el pueblo sufriera. Los oficiales decían: "Reconstrúyanlo si pueden, nosotros no los vamos a ayudar." El viejo explicó que a él lo llevaron desde lugar de la matanza, junto con los demás aldeanos, a la orilla del río cerca del puente destruido. Los aldeanos lloraban. El comprendió que tenía que decidirse, entre atacar a los soldados y perder inmediatamente la vida, o reaccionar en otra forma. En medio de su dolor y la angustia de la circunstancias, observó las ruinas humeantes y se dejó llevar por la intuición.

Alzó una gran piedra y con angustia que le oprimía el pecho y la cara bañada de lágrimas apretó los dientes y, a la vista del batallón armado que se mofaba de él, entró en el agua helada del río hasta uno de los puntales sumergidos del viejo puente, apenas visible en el agua; y depositó allí la piedra. Los oficiales enemigos sabían que lo tibetanos por larga tradición tenían miedo al agua profunda, y daban por sentado que no querrían ni podrían reconstruir el puente; pero subestimaron el valor emocional y el carácter de un hombre, que antes de 1959 había sido elegido para conducir a su pueblo. La invasión lo había privado de su destino hasta ese día de terror y explosiones. Un día que pondría a prueba a cualquier líder, a cualquier ser humano.



"Yo llevaré cien piedras y maderos por cada uno de mis parientes; ¿cuántos llevarán ustedes?" -dijo el viejo a los aldeanos echando llamas por los ojos.- Nadie contestó, nadie se movió. Lo miraban, sintiendo su presencia al responder a su destino y a la llamada del compromiso de liderazgo. Él supo entonces que no podía darse por vencido, que no podía dejar de entrar en el agua profunda, o todos perecerían; los centenares de aldeanos se darían por vencidos, no sólo él. Poco a poco otros empezaron a alzar pesadas piedras y meterse en el río.

En los meses siguientes rehicieron el puente a mano con un elevado arco a la vieja manera tibetana. Allí está hoy, como bello símbolo,... más bello y útil que antes.

El resto de aquella larga tarde el viejo, el guía y yo hablamos de la vida y de lo que significa tener un propósito y un destino. Pero comprendía claramente que el viejo tibetano estaba demostrando lo que yo trataba de aprender: **la capacidad de ser un auténtico ser humano de hondo sentimiento, cualquiera que sea la suerte que nos depare la vida, cualesquiera los retos y las oportunidades que se nos presente.**

## 2º Reflexión grupal

En grupos los jóvenes respondan en un papelógrafo las siguientes preguntas.

- ¿Qué fue lo que más les impresionó de esta historia?
- ¿El líder tibetano, hizo lo correcto al sobreponerse a su dolor y empezar a reconstruir el puente?
- ¿Los soldados hicieron lo correcto al castigar a quien no obedeció las leyes decretadas?
- ¿Qué sienten al escuchar esta historia?

En plenaria presentaran las conclusiones

## 3º ¿Es lo mismo estar contra la violencia que ir a favor de la paz?

Existe una diferencia de comportamientos cuando vamos en "contra" de la violencia, que cuando vamos a "favor" de la paz, por lo tanto también habrá una diferencia en cuanto a los resultados que se obtienen. Para comprender esto primero veamos cómo se comportan las energías del conflicto, recordemos que el conflicto se puede manifestar de una manera constructiva para que produzca cambios personales sociales y políticos; o de una manera destructiva que trae todas las características y daños de las guerras violentas.

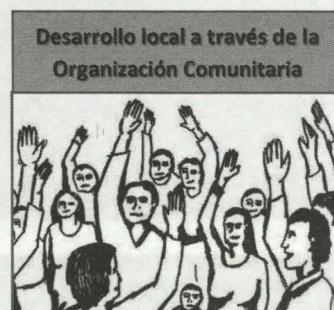
## Existen tres tipos de energías en un conflicto.

1) **La energía negativa:** es destructiva para todas las personas involucrada porque hay violencia entre las partes y el conflicto y sufrimiento continúan, como consecuencia los sentimientos negativos crecen y es posible que se forme un círculo de violencia, odio y resentimiento a medida que la injusticia se incrementa. La palabra “**contra**” debido a la connotación que tiene, lleva una gran carga de energía destructiva. El estar en contra significa “atacar” para defendernos y destruir aquello que nos está causando un mal. No podemos propiciar la verdadera paz mientras estemos en contra de algo o de alguien y pretendamos destruirlo porque entonces la energía será destructiva.



2) **La energía neutra:** se reprime el sentimiento y se niega el conflicto, se pierde la oportunidad de un buen resultado y hace más probable una manifestación destructiva. La **inacción** ante el conflicto o sea no hacer nada, no contiene ninguna energía por lo tanto el conflicto no se resuelve y va creciendo hasta llegar a consecuencias lamentables para todos los involucrados.

3) **La energía positiva:** es constructiva, hay dialogo, hay un cambio positivo en las personas y los grupos, todas las partes que deciden optar por esta energía ganan, se logra la armonía y bienestar en forma conjunta. La palabra “**a favor**” debido a la connotación que tiene lleva una carga positiva y significa fortalecer, promover o apoyar aquello que es contrario a la violencia y esto nos causara un bien. A través de tomar actitudes contrarias de quienes están causando el mal, ya estamos dando la medicina contra el mal que algunos pueden estar causando.



Veamos ahora, con esta nueva perspectiva, la historia anterior y sin dar las respuestas, demos el filtro del conflicto a los grupos anteriores y pidamos que lo llenen.

### Filtro del conflicto

Protagonistas	Actitud que tomaron	Energía	Resultado que se dio
Ejército chino	<i>Ejercieron la violencia, el autoritarismo, la humillación, el crimen;</i>	<i>Respuesta: Negativa</i>	<i>provocaron dolor, sufrimiento, cólera, resentimiento y miedo</i>
Líder tibetano	<i>Cuando el puente fue destruido él supo que no podía darse por vencido, que no podía dejar de entrar en el agua profunda, o todos perecerían y sobreponiéndose a su dolor, dijo a la población “Yo llevaré cien piedras y maderos por cada uno de mis parientes; ¿cuántos llevarán ustedes?”</i>	<i>Respuesta: Positiva</i>	<i>Más que el puente reconstruyeron la dignidad del pueblo que se unió por el bienestar común y allí está hoy es puente, como bello símbolo de aquel día que vencieron el miedo, ... más bello y útil que antes.</i>

Plenaria: en plenaria los grupos presentaran sus papelografos y el docente completara las respuestas si fuera necesario.

#### 4º en conclusión

<b>CUANDO VAMOS EN “CONTRA”</b> <i>El que a hierro mata a hierro muere</i>	<b>CUANDO VAMOS A “FAVOR”</b> <i>La paz nace desde adentro</i>
Actúan desde “desde las heridas”, queremos destruir lo que nos esta causando daño y nos incomoda, pretendiendo obtener la razón por la fuerza	Actuamos desde “nuestro auténtico ser interior” deseamos construir a favor de la vida y vamos obteniendo la fuerza a través de la razón.
El resentimiento, el odio y el deseo de venganza no nos permite razonar, al no escuchar la voz interna hacemos las cosas de forma agresiva.	Sin heridas, ni resentimientos ni afanes propios, razonamos lógicamente, pues escuchando nuestro ser auténtico, nos dejamos conducir por nuestro ser Espiritual.
Nos sentimos agredidos y surge el odio y este odio nos lleva a la intolerancia y a la vez nuestro oponente también se siente agredido y se defiende	Al no agredir a nadie, ninguno se siente obligado a defenderse, no hay enfrentamiento y va surgiendo la unidad o cuando menos la tolerancia.
Surge la separación definitiva, pues no se escuchan razones; ninguna de las partes reconoce sus errores dando lugar a luchas estériles, cada uno por su lado solo defienden su postura, gastando energías inútilmente.	No gastamos energías inútilmente pues a través de actitudes contrarias a las actitudes de los que causan el mal, con el ejemplo vamos apoyando, fortaleciendo, y promoviendo todo aquello que ayuda a una convivencia pacífica
Hay una sensación de frustración que nos pide un desahogo a través de la agresividad, debido a esto surge la división entrando en él círculo vicioso de la violencia ojo por ojo, diente por diente.	No hay frustración más bien todos salimos fortalecidos porque actuamos sin agresión, al no haber agresividad, juntos vamos haciendo camino dando fruto y ganancia para todos.
Nos llega la amargura y lo vemos todo en forma negativa, hasta el punto que nos alegramos al saber que el contrario sigue haciendo daño, porque de esta forma tenemos pruebas de lo que estamos denunciando y ganamos simpatizantes.	Nos alegramos cuando las personas que nos afectaron rectifican sus caminos, y aceptamos también nuestros errores. Vamos construyendo la solidaridad siendo mensajeros de paz y esperanza.
También aparecen nuestros intereses personales que se imponen en forma egoísta y queriendo tener siempre la razón y la aceptación de los demás seguimos agitando las aguas	Vamos propiciando el diálogo, actuando a favor del bien común sin la contaminación de intereses personales, ya no se defienden las posturas personales, sino que se actúa para que los demás vean el ejemplo.
<b>RESULTADO</b> Todo movimiento violento y destructivo, causa división y obstaculiza la conciliación, dando como fruto la separación y el antagonismo. “Aquí nadie gana todos pierden”	<b>RESULTADO</b> Todo movimiento pacífico, reconstruye y causa unidad, promueve la reconciliación, dando como fruto la comunión y la solidaridad “Aquí todos ganan”

#### 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

##### Tarea:

Pedir a los alumnos que como tarea respondan lo siguiente:

¿Qué situaciones conflictivas tengo en mi casa?

Aplicar el filtro del conflicto y compartir en el aula ¿Qué descubrí?

##### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad III

### La Familia como el pilar básico de la sociedad

#### 1º El maltrato infantil en Guatemala, “un secreto a voces”



*Jorgito tiene 6 años, él y su hermanita Karina de 4 años, sabían que si mamá venía de buen humor tendrían cena y se irían a dormir. Pero si como de costumbre le había ido mal en el trabajo, seguro que no les daría de cenar y los maltrataría y como siempre les gritaría que ellos fueron su peor error y que nunca debería haberlos traído al mundo.*

*Matilde la mamá tenía 17 años cuando por exigencias de sus padres, se juntó con el padre de los niños porque resulto embarazada cuando ambos estaban estudiando en la escuela nocturna y no hubo más que hacerle frente al “problema” dejando de estudiar y asumiendo la tarea de ser madre. Enrique que es el padre de los niños tenía 18 años cuando embarazo a Matilde, él quería ser ingeniero en sistemas pero Matilde la dio la noticia del embarazo indeseado y para que no lo denunciaran porque Matilde era menor de edad, tuvo que dejar de estudiar para hacerle frente al “problema”.*

*El matrimonio nunca funciono, Enrique maltrataba a su esposa y a los niños, los abuelos decían que ese era un problema de ellos que para eso habían formado una familia”. Por consejos de su madre Matilde procuraba que Enrique no se enojara y lo complacía en todo para que no se fuera, sin embargo dos años después del nacimiento de Karina, Enrique se “canso” de trabajar para sostener a la familia y los dejó, para poder seguir estudiando para lograr su sueño de ser ingeniero en sistemas.*

*Matilde no recibió el apoyo de sus padres y tuvo que salir a trabajar, para esto dejaba a los niños bajo llave y Jorgito era el encargado de darle de comer a su hermanita y tener todo limpio de lo contrario Matilde como de costumbre lo golpeaba y le gritaba que lo odiaba porque se parecía a su papá e igual que él, era un bueno para nada. Ella cuando estaba de buen humor que eran muy pocas veces, jugaba con su hija pero a Jorgito no lo soportaba porque le recordaba al hombre que según ella decía, “le destrozó la vida”. Matilde empezó a salir con Felipe, un compañero de trabajo más joven que ella y pensó que se viniera a vivir con ella para que le ayudara con los niños. La primera vez que Felipe vino a la casa maltrato a Jorgito porque no le calentó café, pero a la niña la cargaba y la acariciaba y a ella no le gustaba porque lloraba cuando lo veía, Matilde la madre regañaba a la niña porque le decía que fuera cariñosa con él porque ahora él era su papá.*

*Unos meses después que Felipe llegó a la casa los vecinos oyeron gritos y llanto de los niños pero como de costumbre pensaron que eso era una cosa privada en la que no tenían que meterse. Al día siguiente vieron que Felipe y Matilde salían con maletas pero no llevaban a los niños, cuando ellos se fueron los vecinos entraron a la casa y encontraron a Karina y Jorgito terriblemente golpeados, llamaron a la policía quienes dijeron que tanto Karina como Jorgito fueron violados y golpeados y ambos están muy mal. Los vecinos indignados piden castigo para los autores de esto, pero no hicieron nada cuando vieron que los niños sufrían de maltrato. Si Jorgito y Karina se salvan serán llevados a una casa de asistencia porque los abuelos no se hacen cargo de ellos y difícilmente serán adoptados pues todos creen que el maltrato dejara secuelas en sus vidas. Por otro lado algunos aseguran haber visto a Matilde en compañía de Felipe y está embarazada otra vez, mientras tanto Enrique tendrá que dejar de estudiar porque está por casarse con otra joven a la que embarazo.*

En grupos responder:

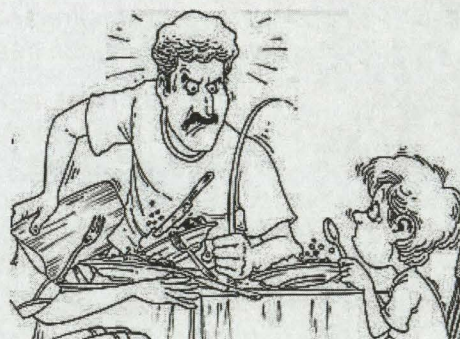
¿Qué clase de ciudadano será Jorgito?

¿Qué clase de ciudadana será Karina?

¿Quiénes son los culpables de esta triste historia?

¿Conoces otros casos similares?

## 2º el maltrato infantil en Guatemala



### **Según denuncias ante PDH, mayoría de casos de maltrato infantil se dan en el hogar**

*La Defensora de la Niñez de la Procuraduría de los Derechos Humanos, dijo que la mayoría de casos de maltrato infantil se dan en el hogar. Aseguró que al año se reciben de 3 mil a 3 mil 500 denuncias de maltrato contra niños, en diferentes casos. El segundo lugar donde más se cometen esos hechos es en las escuelas, explicó que una cosa es disciplinar, poner límites o castigos, a los niños pero otra distinta es tomar acciones como el reportado en Retalhuleu, donde una madre que puso las manos de su hijo en un comal para castigarlo. La Defensora de la Niñez dijo que quienes ven un caso de maltrato infantil y no lo denuncia se convierten en cómplices. Asimismo, indicó que hay penas de dos a cinco años de cárcel contra las madres que cometen un hecho grave*

Los delitos quedarán sin castigo en la medida en que estos no se denuncien, por eso vale la pena hacerte las siguientes preguntas:

¿Has sido víctima de maltrato, golpes o abusos?

¿Conoces a algún niño o niña que este siendo víctima de maltrato, golpes o abusos?

En tu familia o en otra que tú conozcas

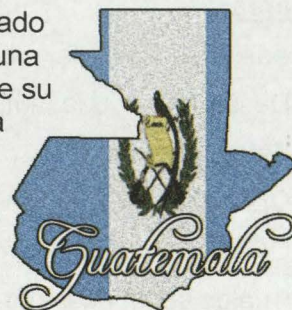
¿Sufren los niños de algún tipo de maltrato, golpes o abusos?

Recuerda que:

Si tú has sido víctima no te debes quedar callada o callado. Si conoces a alguien que ha sido víctima, no te quedes indiferente ante lo que ha ocurrido, apoya y acompaña para que se haga justicia.

### 3º Visión de Nación en el CNB

El diseño de Reforma Educativa establece que Guatemala es un Estado multiétnico, multicultural y multilingüe, que se está desarrollando como una nación justa, democrática, pluralista y pacifista. Está cimentada en la riqueza de su diversidad natural, social, étnica, cultural y lingüística y en la vivencia permanente de valores para la convivencia y la consolidación de la cultura de paz, en función del desarrollo equitativo y del bienestar personal y colectivo de todas las guatemaltecas y guatemaltecos.



Esta nación se organiza en el marco del Estado de Derecho que promueve políticas y acciones orientadas a erradicar todos los estereotipos y prácticas culturales que han favorecido la discriminación. Para el efecto se han derogado todas las leyes que tienen implicaciones discriminatorias. *Siendo una nación en la cual todas las personas gozan plenamente de los derechos humanos y del ejercicio de la libertad; se respeta y fomenta el pluralismo; se impulsa el desarrollo sostenible utilizando, adecuadamente, la ciencia y la tecnología. El imperio de la equidad favorece el bienestar de sus habitantes y se reconoce a la educación como uno de los medios fundamentales para alcanzar esos objetivos.*

Pregunta para el dialogo reflexivo

### ¿La Educación actual está propiciando esta visión de nación desde la familia?

#### 4º La familia como un proyecto de vida en común



Se habla de la vocación específica de cada persona y podríamos decir sin lugar a dudas que nuestra vocación como personas es la vivencia del amor, porque nadie nace con la vocación para odiar, el odio se instala en el ser humano cuando en algún momento de su vida, generalmente en la niñez, se vulnera de alguna forma su proceso de desarrollo integral.

Pero esta vocación para la vivencia del amor, se ha de concretar en diversas formas y estados pues no todas las personas tienen vocación para formar una familia, sin embargo la sociedad presiona sobre todo a las mujeres diciéndoles que si no son esposas y madres no se realizan como mujeres y desperdician su vida. Y a los hombres se les insiste que deben

formar una familia a la que deberán proveer y mantener, cuando en realidad no todos los hombres desean tener una familia.

Por otro lado aun cuando las parejas tengan la vocación para formar una familia es necesario que ambos cuenten ya con la madurez física, intelectual, emocional y espiritual para iniciar su proyecto en común, pues una familia no puede surgir debido a un descuido del embarazo no deseado o de la necesidad de reparar el daño de las relaciones sexuales antes del matrimonio. Por eso es tan importante la madurez plena al iniciar tu vida sexual.

Puede ser que este proyecto común exista ya subyacente en el interior y en el actuar de la pareja; sin embargo, es necesario que en las aulas se concientice a los y las jóvenes a llevar a cabo un plan común perfectamente explicitado que será la base desde la cual se partirá para elaborar el proyecto de vida familiar es el proyecto de vida conyugal.

## 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

### Tarea

Pedir a los alumnos que como tarea respondan lo siguiente:

- ¿Deseo formar una familia?
- ¿Estoy preparado?
- ¿Qué modelo de familia deseo?
- ¿Qué es lo que quiero por encima de todo para mi familia?
- ¿Cuáles serán nuestros deberes como padres?
- ¿Cómo los vamos a vivir en nuestra familia?
- ¿A qué valores vamos a dar especial relevancia?
- ¿Qué educación moral, intelectual, social queremos dar a nuestros hijos?
- ¿Qué talentos tenemos?
- ¿Cómo los podemos "reproducir" en bien de la familia y de los demás?
- ¿Cuáles son nuestras expectativas en términos de ser, hacer y tener?
- ¿Qué descubrí?



Si lo pudieran hacer las parejas de novios, estas respuestas serán de utilidad para la elaboración del proyecto de vida familiar y la elaboración del mismo les servirá como guía en la hermosa tarea de construir el edificio de la familia día con día.



#### Evaluación del aprendizaje:

- ❖ Comparte con confianza lo que descubrió
- ❖ Escucha atentamente y respetuosamente lo que comparten los demás

## Actividad VI

### Desarrollo y vida plena para todos y todas

#### 1º Valorando nuestros cuatro pueblos

##### Dinámica

- Trabajo grupal  
En grupos responder la pregunta ¿Cómo esta afectando el cambio climático a nuestras comunidades?  
Presentar las respuestas en plenaria

- Ahora leer o dramatizar con ayuda de los alumnos esta historia

##### **¿Ese no es mi problema?**



Un ratón, mirando por un agujero en la pared ve a un granjero y su esposa abriendo un paquete. Pensó, qué tipo de comida podía haber allí. Quedó aterrorizado cuando descubrió que era una trampa para ratones.

Fue corriendo al patio de la Granja a advertir a todos: ¡"Hay una ratonera en la casa, una ratonera en la casa!" La gallina, que estaba cacareando y escarbando, levantó la cabeza y dijo: "Discúlpeme Sr. Ratón, yo entiendo que es un gran problema para usted, más a mí no me perjudica en nada, por lo tanto no me incomoda."

El ratón fue hasta el cordero y le dice: "Hay una ratonera en la casa, una ratonera!" "Discúlpeme Sr. Ratón, mas no hay nada que yo pueda hacer, solamente pedir por usted. Quédese tranquilo que será recordado en mis oraciones."

El ratón se dirigió entonces a la vaca, y la vaca le dijo: "Pero acaso, estoy en peligro? Pienso que no" dijo la vaca.

Entonces el ratón volvió a la casa, preocupado y abatido, para encarar a la ratonera del granjero.

Aquella noche se oyó un gran barullo, como el de una ratonera Atrapando su víctima. La mujer del granjero corrió para ver lo que había atrapado. En la oscuridad, ella no vio que la ratonera atrapó la cola de una serpiente venenosa. La serpiente picó a la mujer. El granjero la llevó inmediatamente al hospital. Ella volvió con fiebre.

Todo el mundo sabe que para alimentar alguien con fiebre, nada mejor que una sopa. El granjero agarró su cuchillo y fue a buscar el ingrediente principal: la gallina. Como la enfermedad de la mujer continuaba, los amigos y vecinos fueron a visitarla. Para alimentarlos, el granjero mató el cordero. La mujer no mejoró y acabó muriendo. El granjero entonces vendió la vaca al matadero para cubrir los gastos del funeral.

"La próxima vez que escuches que alguien tiene un problema y creas que como no es tuyo, no le prestas atención... piénsalo dos veces".

***"El que no vive para servir, no sirve para vivir"***

Comentar la historia

## 2º Guatemala creando un sueño en común

(Propuesta de desarrollo sostenible para Guatemala desde la cultura. Plan Nacional de desarrollo cultural a largo plazo 02 PNDCLP)

*La falta de participación, tan común en nuestra sociedad, la apatía cultural y política en las conciencias y corazones, socava proyectos y esperanzas. La falta de conocimiento sobre la dimensión cultural y sus manifestaciones no es casual. Es algo históricamente provocado o, por lo menos, consentido. Un pueblo sin información verdadera y suficiente y sin pensamiento crítico, es un pueblo domesticado y desarmado; estancado y sin capacidad de organización ni interés por expresarse, está condenado al servilismo, a complacer deseos materiales y de poder y a sumergirse en el consumismo y en el vacío que éste produce.*



**No hay una sola cultura sino varias coexistiendo**

*El trabajo por la cultura es imposible sin una dosis de utopía: la confianza en un futuro distinto y posible es indispensable. La realidad guatemalteca, definida como un Estado multiétnico, pluricultural y multilingüe, exige reflexionar sobre la cultura de la unidad en la diversidad; es indispensable crear un sueño en común para todos los guatemaltecos. Para esto es necesario interesarse, documentarse y reflexionar sobre lo que significa esa diversidad cultural, sobre "lo que hemos sido", "lo que somos" y "lo que podemos y queremos ser". La diversidad de nuestra realidad, reconocida en los Acuerdos de Paz, marca la importancia y trascendencia de una labor de profunda investigación en el campo cultural que permita esbozar un plan estratégico general, pero incluyente, que genere políticas culturales consecuentes con esa realidad.*

*Es preciso y urgente redimensionar el universo cultural para comprender su importancia en el momento histórico cuando, luego de treinta y seis años de conflicto armado, se firman los Documentos de la Paz en 1996. La letra escrita aún debe tomar vida en las conciencias de los guatemaltecos; cuando la situación de extrema pobreza y limitación de unos es prácticamente ignorada por los otros; cuando la crisis de valores enfrenta a hermanos contra hermanos en la violenta lucha por la sobrevivencia; cuando Guatemala se debe enfrentar a los retos de la globalización mundial y para hacerlo con dignidad y orgullo debe volver la cabeza a los rasgos que la distinguen del mundo y que la hacen especial.*



¿Qué sienten los jóvenes al leer este texto?

**No tenemos que ser rivales dentro de un mismo camino, si podemos ayudarnos a transitar el mismo, de manera que este se convierta en algo más liviano para cada quien.**

(Dra. Ana Cristina Morales Modenesi. Diario la Hora. Julio/201)

### 3º Los Cuatro pueblos en Guatemala: Xinca, Garífuna, Mestizo y Maya

Guatemala es un país multilingüe, multiétnico y pluricultural, lo forman lo que llamamos los cuatro pueblos que ahora la habitan

#### El Pueblo Xinca.

La Historia del Pueblo Xinca se remonta en el año de 1575, de hecho el escriba Bernal Díaz del Castillo, relató en uno de sus escritos que el Pueblo Xinca fue uno de los que más resistencia opuso en contra de la Conquista Española, de hecho los Xincas no son descendientes de los mayas, se cree, que son meros inmigrantes que tienen su origen en la cultura andina, recientes excavaciones apuntan haber encontrado barcos fabricados de Junco. Hoy por hoy el pueblo Xinca es una cultura, cuyo idioma aún se trata de preservar, gracias al Consejo del Pueblo Xinca, quien es el que mayormente está trabajando en el rescate de esta cultura,

#### El Pueblo Garífuna.

La Historia de los Garífunas se remonta desde tiempos de la conquista, en un principio eran conocidos como Caribes Negros que fueron traídos por embarcaciones españolas, en el año de 1635, llevados a la India Occidental, en el viaje varios escaparon y naufragaron a la Isla de San Vicente, en donde fueron recibidos amablemente por los nativos de la isla. Más adelante el cruce de etnias fue creando una nueva etnia en fusión de los esclavos y los aborígenes. Dando como resultado una nueva etnia llamada Garinagu conocido hoy por hoy como Garífunas. Las prácticas y Danzas Garífunas fueron consideradas como patrimonio de la humanidad en el año de 1981. La mayoría de Garífunas habla su propio idioma materno, a la vez que hablan inglés en Belice, y español en Livingston.

#### El pueblo Mestizo

Mestizo es uno de los términos más usado en Centro América para referirse a la población hispanizada, para referirse a aquellas personas que no eran indígenas ni españolas. La población mestiza ha sido caracterizada como una población heterogénea que se expresa en idioma español como idioma materno, que posee determinadas características culturales de arraigo hispano matizadas con elementos culturales indígenas y viste a la usanza comúnmente llamada occidental. El Mestizaje no es más que la mezcla de dos culturas, provocando una transculturación, de un europeo con un Indígena, ahora en Latinoamérica la cifra de mestizaje es alta, en Guatemala el porcentaje arroja a un dato del 59%. Es decir que el 59% de la población total es mestiza.

#### Pueblo Maya.

El Pueblo Maya en todo su esplendor es la representación máxima de los orígenes de nuestros pueblos, tales como Quiche, Kaqchiquel, Mam, Poco Man, Tzutuhil, etc. Algo que fue la primicia maya fue el hecho que en un principio lo mayas eran Nómadas es decir que vagaban de región en región. Poco después fueron asentando sus ciudades tales como Tikal o la ciudad de Zaculeu; describiéndola ya como una civilización sedentaria. A lo largo de la historia los mayas tuvieron su mayor auge durante el período clásico, en donde crearon las grandes construcciones arquitectónicas que hoy son la delicia y el atractivo más llamativo para el Turismo, la cuna de la civilización maya fue en la nación guatemalteca y sus vecinos próximos tales como México, Belice, El Salvador y Honduras.

#### Dinámica

Pedir a los alumnos que en grupos de cuatro se sienten en el suelo y pedirles que se levanten sin usar las manos, después de muchos intentos descubrirán que la única manera es ponerse las cuatro personas espalda con espalda y levantarse todos a la vez apoyándose unos en otros sin usar las manos. Las cuatros personas representan a los cuatro pueblos y el aprendizaje es: ***“mientras estemos divididos y no nos apoyemos unos a otros, no podemos ponernos de pie”***



## Tarea

Pedir a los alumnos que realicen la siguiente tarea:

### **“CONSTRUYENDO LA PAZ”**

Escriban una carta ya sea a una víctima o a un victimario del conflicto armado, dándole un mensaje de esperanza, mediante la propuesta de estrategias de convivencia entre los cuatro pueblos, que permitan la construcción de la paz.

### **Esquema para la carta**

1°. Decidan a quien va dirigida la carta a una víctima o a un victimario

2°. Díganle a esa persona como se sienten ante lo ocurrido

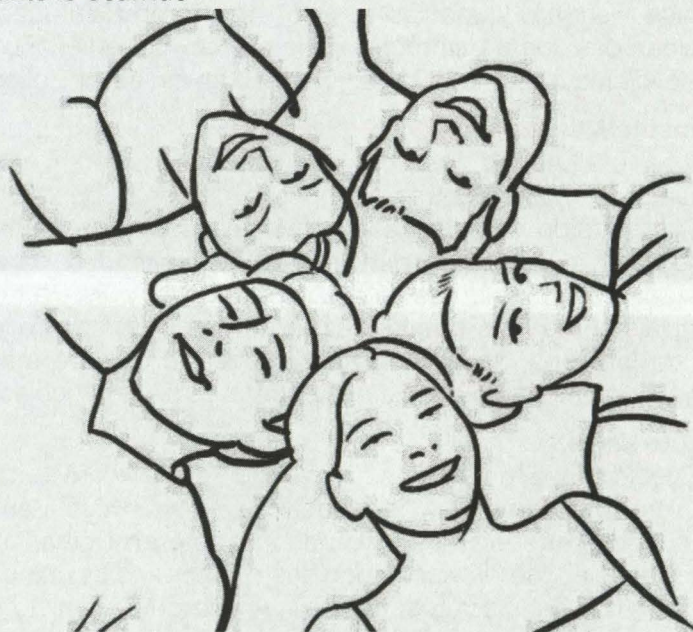
3°. Denle un mensaje de esperanza

4°. Háblenle de la riqueza de la multiculturalidad que tienen los cuatro pueblos

5°. Cuéntenle como jóvenes que son, como piensan ustedes cambiar las cosas de aquí en adelante

6°. Explíquenle que estrategias utilizaran para poder unir a los cuatro pueblos para la búsqueda del bienestar común

Comparten su carta con los demás compañeros



### **Evaluación del aprendizaje:**

- ❖ **Elaboran la carta con las indicaciones**
- ❖ **Comparten con confianza la carta**

## 5º Para que lo reflexionen y se dispongan a vivirlo

### Elaboración del proyecto escolar

#### “JORNADA DE LIMPIEZA Y MEJORAMIENTO DEL ENTORNO”

#### Contenidos

##### Procedimentales:

Reconocimiento de las amenazas naturales y socio naturales Reconocimiento de las amenazas naturales y socio naturales

##### Contenidos Actitudinales

Muestra interés por al preservación del ambiente sano y ecológicamente equilibrado

##### Indicadores de logro

Practica conductas y acciones encaminadas a la protección del medio ambiente

##### Medios de verificación

Cada alumno:

1. participa con entusiasmo en la actividad
2. realza y valora el trabajo en equipo
3. comparte y aporta sus propias experiencias con respecto al tema

Para que esta jornada de limpieza tenga éxito es necesario planificarla con los siguientes pasos:

**1º. Identificación de los focos de suciedad en la escuela:** los alumnos recorrerán todo el establecimiento, observando cual es la situación y cuáles son los lugares más urgentes de limpieza

**2º. Planificación:** una vez concluida la observación, se identificara cada situación como urgente, importante y tolerable. Para establecer cuáles será las áreas que se trabajaran como prioridad

**3º. Organización:** teniendo ya en cuenta las prioridades, se elaborará un listado con lo que se necesitara para la jornada de limpieza (escobas trapeadores, palas, cubetas, desinfectante, jabón etc.)

**4º. Búsqueda de recursos:** se procederá a buscar los recursos materiales y humanos necesarios

**5º. Ejecución:** se procederá a la jornada según planificación, cada persona debe saber que hacer, en donde y cuando para evitar pérdida de tiempo

**6º. Evaluación:** una vez concluida se evaluara lo que se logró y lo que quedo sin ejecutar para ver la posibilidad de posteriormente hacerlo

## 4. RECOMENDACIONES PARA LOS DOCENTES

### PARA UNA MEJOR IMPLEMENTACION DE LA ODEC

La intención de esta ODEC es facilitar el importante trabajo que ustedes llevan a cabo formando a las futuras generaciones de nuestro país y hemos considerado necesario poder darles algunas recomendaciones para que puedan disfrutar la tarea de atender, guiar, acompañar y orientar a los jóvenes y adolescentes en una forma más humana y pertinente.

El principio de aprendizaje socializado en las aulas y fuera de ellas, implica la promoción de la interacción en el grupo, como motor de aprendizajes y el impulso de las relaciones entre iguales que permita:

- ❖ El diálogo constructivo
- ❖ La coordinación de intereses
- ❖ La toma de decisiones colectivas
- ❖ La organización de grupos de trabajo
- ❖ La distribución de responsabilidades
- ❖ La puesta en práctica de estrategias positivas de resolución de conflictos y de dinámica grupal.

### En relación al proceso...

Corresponde a un re- encuentro con los valores, capacidades y potencialidades expresivas que pueden ayudar a superar miedos, desánimos y sufrimientos, que provienen de la ignorancia de sus posibilidades reales, para reconquistar el señorío de sí mismo, con el objetivo de saber vivir plenamente las facultades humanas que pueden conducirle a la autorrealización en miras al bienestar común. Este itinerario de **Formación Holística** lleva tres espacios simultáneos que van edificando conjuntamente, el proceso de transformación. Su objetivo no se centra únicamente en el desarrollo físico e intelectual de la persona, sino también en el emocional y espiritual, teniendo en todo momento el proceso de transformación como telón de fondo.

#### » Autoconocimiento e inteligencia emocional

Esto significa que los alumnos se conozcan bien a sí mismos, descubriendo dentro de sí, sus aptitudes, talentos y capacidades; aprendiendo a identificar los pensamientos y sentimientos, para ser conscientes de sus emociones y las consecuencias que estas pueden tener en su comportamiento. Para lo cual es necesario que se "den cuenta de su entorno y de la manera de estar en el mismo" y se interroguen continuamente buscando respuestas que los ayuden a entenderse mejor y así poder transformar las reacciones en acciones asertivas, siguiendo el camino hacia su autorrealización personal desde su propia vocación.

#### » Aprendizaje significativo

Nos referimos al aprendizaje significativo como la forma con la cual los alumnos relacionaran la información nueva con la que ya poseen, reajustando y reconstruyendo ambas informaciones para obtener las herramientas que los ayudaran a realizar su labor como ciudadanos conscientes y responsables.

#### » Acompañamiento

Es la proximidad inteligente y significativa de los maestros (as) para ayudarlos a abrirse y expresarse, así, el camino formativo no se convierte en rutina, sino que cada acontecimiento es un evento en el que continuamente se cuestionan así mismos, se evalúan, disciernen y deciden responsabilizándose así de su transformación.

## **Una constante evaluación cualitativa, formativa y sumativa**

Según la Reforma Educativa, en el Área de Formación Ciudadana tiene relevancia la evaluación cualitativa, formativa y sumativa, "no para ganar o perder el curso" sino como indicador de los procesos de desarrollo que las estrategias docentes propician para una convivencia democrática, responsable e intercultural.

Por lo tanto en esta evaluación se debe poner atención a las ideas y sentimientos que se refuerzan, a las connotaciones del lenguaje y de las actitudes y comportamientos, a las prácticas que se dejan hacer, a las justificaciones y estereotipos que se pretenden combatir. Se trata de corregir el currículo oculto, observando continuamente la modificación de actitudes y comportamientos explícitos o implícitos en las relaciones de convivencia, que deberán transformarse en prácticas democráticas, inclusivas, solidarias, respetuosas y de alta autoestima.

Cada dinámica está pensada para 45 minutos, sin embargo recordemos que todo aprendizaje en un proceso. Por lo tanto si los alumnos debido a la novedad de los temas pasan mas tiempo en cada dinámica se puede utilizar la creatividad y separar para dos periodos, todo depende de la evaluación que el maestro o la maestra vaya haciendo de cada aprendizaje

## **REFERENCIAS**

---

### **- Ministerio de Educación Guatemala C.A.**

Currículo Nacional Base. 3er Grado Básico

### **- UNESCO**

La Educación para el Desarrollo Sostenible en Acción Instrumentos de aprendizaje y formación #2 2010. Sector Educación

### **- MOVIMIENTO SOCIAL DE EDUCACIÓN PARA LA PAZ EN GUATEMALA**

Programa Educativo "Mediación de Conflictos"

### **- ACONANI**

**Asociación Comisión Nacional de Acción por la Niñez, la Juventud y la Familia**

"Diplomado Mediación de Conflictos en el Ámbito Escolar, Familiar y Comunitario"

### **- FHOPAZ**

**Formación Holística para la Paz**

"Las Cuatro Dimensiones del Ser Humano" Guatemala 2012

### **- PEDAGOOOGIA 3000**

2010. Paymal, Noemi. "Prácticas pedagógicas para el Tercer Milenio". Guía práctica para docentes, padres y uno mismo. Niño, niña, joven del Tercer milenio. Lima, Perú

### **- AFIDEPAZ**

**Asociación de Formación y Capacitación para el Desarrollo y la Paz**

"El actual Sistema Relacional de Dominación y sus consecuencias" Guatemala 2009 88

## BIBLIOGRAFIA

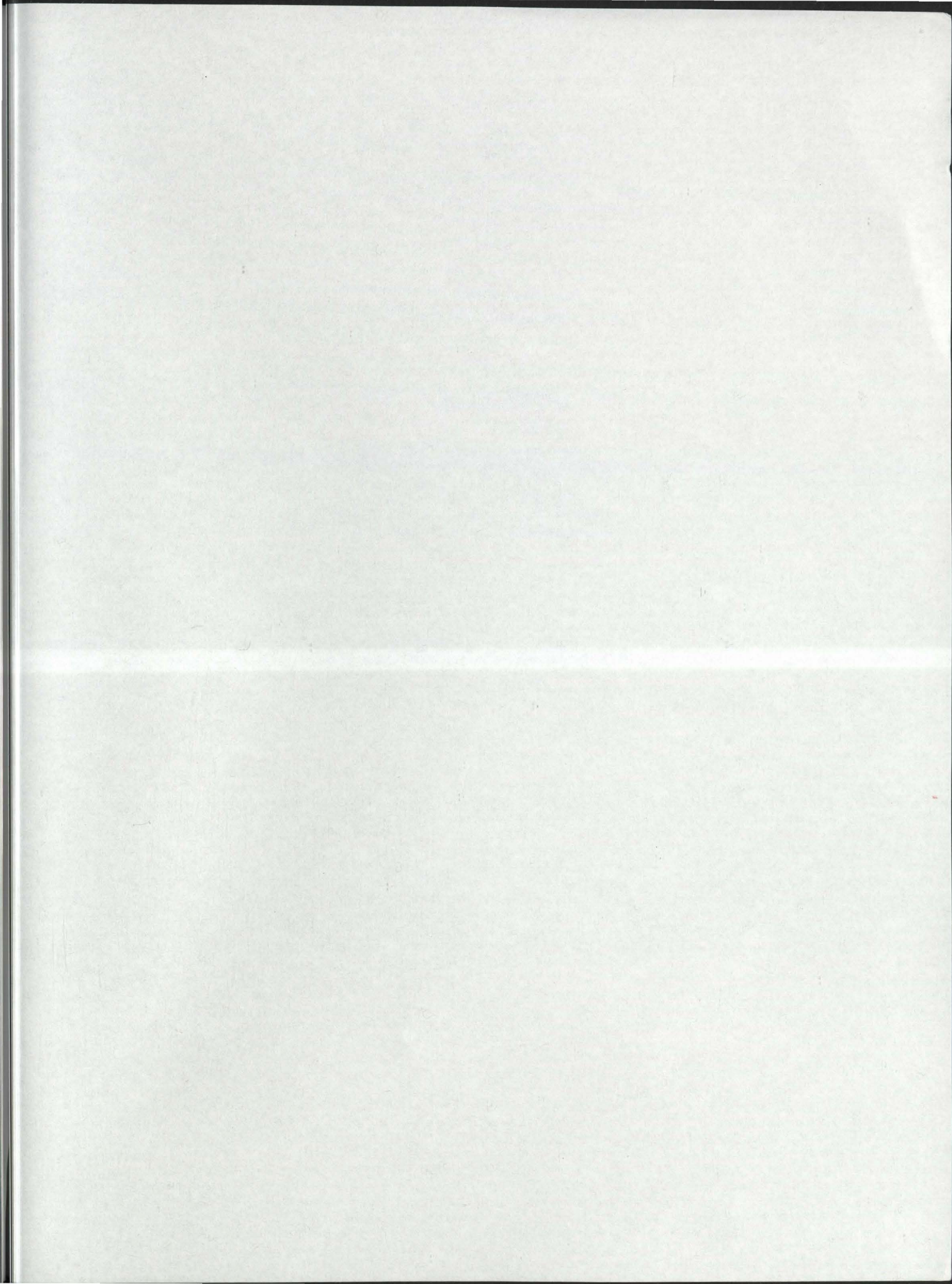
---

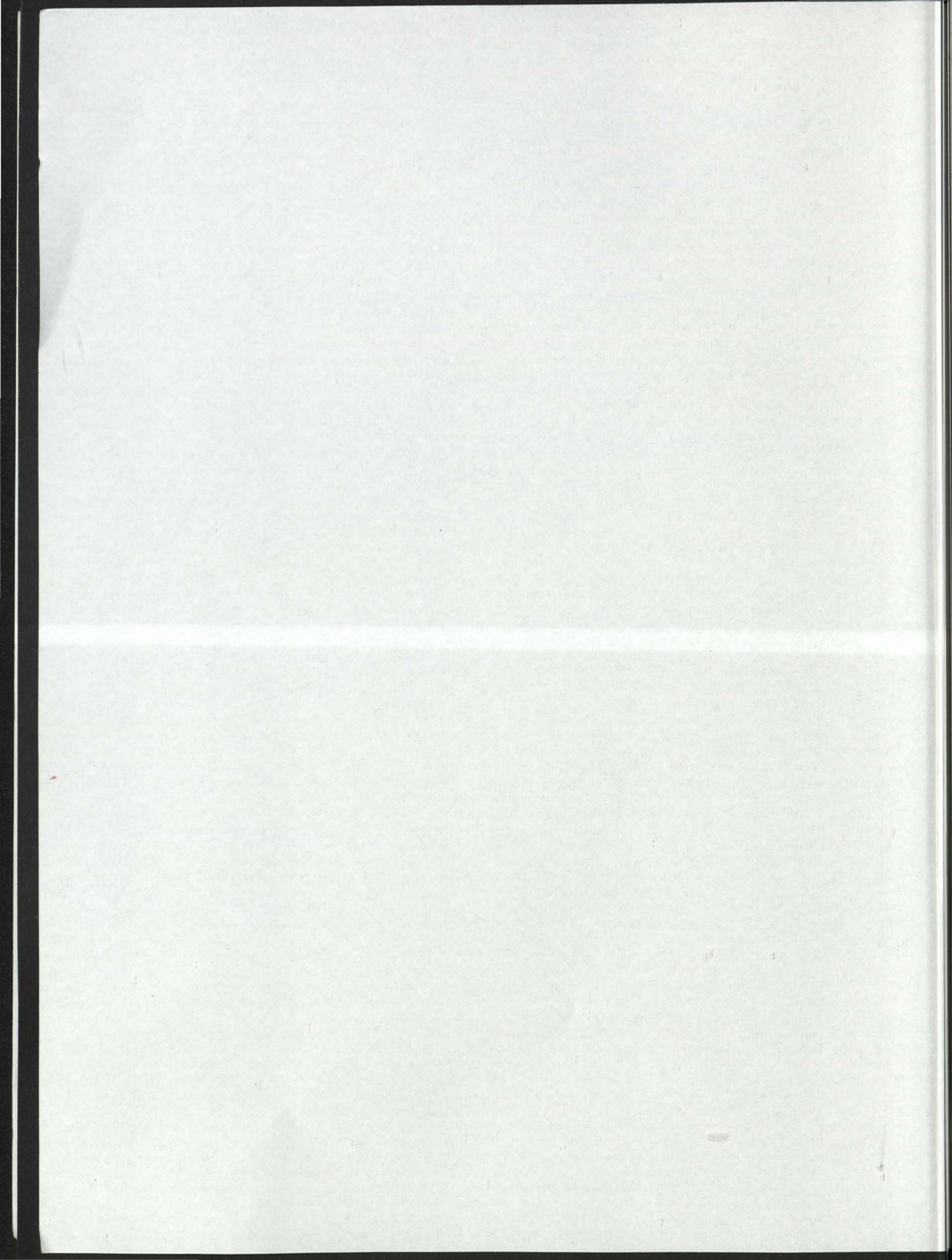
1. Raúl Zepeda López, María del Rosario Toj, Edgar Florencio Montufar. "Ciudadanía y Cultura de Paz en la reforma educativa" UNESCO, Guatemala, Abril 2005
2. Propuesta de desarrollo sostenible para Guatemala desde la cultura. Plan Nacional de desarrollo cultural a largo plazo 02 PNDCLP
3. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI presidida por Jacques Delors "La Educación encierra un Tesoro" Santillana ediciones UNESCO
4. Defensoría Indígena Wajxaquib Noj. "Metodología en atención a casos de violencia de género con pertinencia cultural maya en los departamentos de Quiché y Totonicapán". Guatemala 2010
5. Defensoría Indígena Wajxaquib Noj. "Hilando Redes Comunitarias para la Paz en los Departamentos de Quiché y Totonicapán" Guatemala 2009
6. Carlos Rafael Cabarrús SJ "Crecer bebiendo del propio pozo" Editorial DESCLEE DE BROUWER, Bilbao 1998
7. Deepak Chopra. "El Alma del Liderazgo" Santillana, México, 2007
8. John Ruskan "Auto Terapia Emocional" Ediciones RobinBook, Barcelona, 1998
9. Ann Wilson Schaef "Vivir en Proceso" GAIA Ediciones 2006
10. Fray Jose Carlos Correa Pedrosa Ofm Cap, "El Cristo de Clara" Ediciones Hermano Francisco. Brasil 1996
11. Asociación Pop Noj. Oxlajuj Baqtun, "Tejiendo ideas, conocimiento y sabiduría. Unidad de comunicación 2012.
12. "La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones" de Robert K Cooper. Editorial Norma, 200.

## E-GRAFIA (enlaces de internet)

---

- **EDUCAR PARA LO HUMANO.** Herramientas pedagógicas. [educarparalohumano.blogspot.com/2012/02/la-educacion-holistica.html](http://educarparalohumano.blogspot.com/2012/02/la-educacion-holistica.html)
- **HOLISTICA: UNA LUZ VERTEBRADORA PARA EL CAMBIO**  
Mingaonline.uach.cl/scielophp.pid=S0718-070519988000100010
- **EDUCACION HOLISTICA PARA EL SIGLO XXI.** Dr. Ramón Gallegos, Nava. Fragmento del libro "Una Visión Integral de la Educación" 2001 [www.ramongallegos.com](http://www.ramongallegos.com)
- **EDUCACIÓN HOLISTA.** Ramiro Espino de Lara. Instituto Mexicano de Estudios Pedagógicos. OEI-Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653) [www.buenastareas.com/.../revista-iberoamericana-de-educación-issn-168...](http://www.buenastareas.com/.../revista-iberoamericana-de-educación-issn-168...)
- **PDF John Ruskan Autoterapia emocional**  
[www.ignacioldarnaude.com/.../Ruskan,Autoterapia%20Emocional.pdf](http://www.ignacioldarnaude.com/.../Ruskan,Autoterapia%20Emocional.pdf)
- **PDF La educación encierra un tesoro** - Unesco [www.unesco.org/education/pdf/DELORS\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF)
- **PDF La Cultura, Motor del Desarrollo - Ministerio de Cultura y Deporte**  
[www.mcd.gob.gt/.../Plan%20Nacional%20de%20Desarrollo%20Cultural](http://www.mcd.gob.gt/.../Plan%20Nacional%20de%20Desarrollo%20Cultural)







Programa Educativo: "Mejora de la Formación Ciudadana y Educación para la Paz en la  
Comunidad Educativa de 5 Municipios del Departamento de Totonicapán"  
Proyecto 10360 apoyado por IBIS Guatemala 2012 – 2014



ASOCIACIÓN  
COMISIÓN NACIONAL DE ACCIÓN  
POR LA NIÑEZ, LA JUVENTUD  
Y LA FAMILIA



FORMACIÓN HOLÍSTICA PARA LA PAZ  
Transgeneración de Sabiduría del Ser Humano



Derechos, educación y desarrollo

