

ACOMPañANDO EL CRECIMIENTO AFECTIVO-SEXUAL

CRECER EN MI FORMA DE *querer*

7 AÑOS

Aprovecha nuestros
recursos digitales



JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER
MIRIAM CENOZ LARREA

Índice

Saludo	7
Introducción.....	9
Nota para el profesor	13

Los regalos se dan y se reciben	22
--	-----------

Objetivo: Conocer la dinámica del amor: amar y ser amados, entregarse y recibir a los demás.

Duración: Una sesión

¿Por qué he nacido yo en este mundo?	28
---	-----------

Objetivo: Profundizar en nuestro origen personal, vinculado al mundo y a las relaciones con los demás, para descubrir el sentido de nuestra vida.

Duración: Una sesión

¿Cuál es la mejor forma de querer a papá y mamá?	31
---	-----------

Objetivo: Aprender a expresar el cariño de distintas formas.

Duración: Una sesión

¿Cómo contar mis cosas en casa?	34
--	-----------

Objetivo: Aprender a compartir la interioridad con los padres.

Duración: Una sesión

¿Cómo queremos cuando obedecemos? 38

Objetivo: Conocerse a partir de los comportamientos, de obediencia y de desobediencia, para conectarlos con nuestra vocación al amor, favoreciendo la confianza y el cuidado entre mayores y pequeños.

Duración: Una sesión

¿Es bueno ser iguales? ¿Es bueno ser diferentes? 43

Objetivo: Profundizar en el sentido de las diferencias entre nosotros, especialmente en las diferencias sexuales, para favorecer el encuentro interpersonal y no la lucha o la separación.

Duración: Una sesión

¿Para qué sirve el cuerpo? 46

Objetivo: Aprender a querer, acoger y entregarse, con la realidad corporal de forma adecuada.

Duración: Una sesión

¿Cómo expresar mi cariño en la familia y fuera de ella? 49

Objetivo: Expresar el cariño en la familia y en otros ámbitos de forma adecuada, sincera y verdadera.

Duración: Una sesión

¿Prefiero jugar solo o con más personas? 51

Objetivo: Diferenciar la relación que uno tiene con las personas y con las cosas, y vivir los conflictos como una oportunidad para conocernos, agradecer y perdonar.

Duración: Una sesión

¿Para qué he nacido yo en este mundo? 54

Objetivo: Descubrir y concretar la vocación al amor a la que estamos llamadas todas las personas.

Duración: Una sesión

¿Por qué algunas cosas me dan vergüenza? 57

Objetivo: Valorar cuándo estamos cómodos o incómodos al exponer nuestra intimidad y vivir el pudor de una forma adecuada.

Duración: Una sesión

Mamá, ¿por qué se besan esos dos chicos? 59

Objetivo: Trabajar la expresión del cariño según la relación que se tenga con los demás y aprender de las cosas que no se entienden.

Duración: Una sesión

¿Ganar es salirme con la mía? 62

Objetivo: Saber jugar en equipo, saber ganar y saber perder con humildad y cooperación.

Duración: Una sesión

¿Cómo podemos cuidar a los demás? 66

Objetivo: Cuidar unas relaciones sanas en el trato con las demás personas.

Duración: Dos sesiones

¿Se puede querer cuando tomo decisiones? 69

Objetivo: Conocer qué estilo de vida y de relaciones tenemos cuando actuamos en el día a día, si estamos centrados en la tarea, en uno mismo o en las relaciones, y favorecer el encuentro y la convivencia en las acciones cotidianas.

Duración: Una sesión

¿Cómo querer cuando algo no me apetece o me aburre? 73

Objetivo: Aportar creatividad y alternativas para no dejarnos llevar por lo que sentimos o por nuestras ganas, educando una voluntad fuerte para poder decidir qué hacer, cómo vivir y cómo relacionarnos en cada momento.

Duración: Una sesión

¿Conozco mis debilidades y fortalezas? 79

Objetivo: Ayudar a los niños a reconocer sus fortalezas y debilidades sin juicios, comprendiendo que todo puede cambiar y mejorar cuando nos abrimos a los demás.

Duración: Una sesión

¿Qué tiene de bueno estar solo? 82

Objetivo: Conocer cómo se vive la soledad y aprovecharla como una experiencia compleja que nos puede ayudar a crecer.

Duración: Una sesión

¿Se puede querer estando enfadado? 87

Objetivo: Aprender a relacionarnos integrando el sufrimiento, superando el propio gusto o cuestionando el propio proyecto en favor del encuentro interpersonal.

Duración: Una sesión

¿Por qué me cuesta aprender? 90

Objetivo: Descubrir los distintos ritmos que tenemos de aprendizaje y crecimiento, sin compararnos entre nosotros, con paciencia y esperanza.

Duración: Una sesión

¿Cómo querer a quien ya no está conmigo? 92

Objetivo: Reflexionar sobre la muerte de seres queridos y abrir a la esperanza y el cuidado de las relaciones.

Duración: Una sesión

¿Cómo pido ayuda cuando la necesito? 95

Objetivo: Vivir una sana interdependencia con los demás, descubriendo qué significa ser hijo y favoreciendo el agradecimiento.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 98

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 100

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 102

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Preguntas finales 104

¿Cómo contar mis cosas en casa?

Objetivo: Aprender a compartir la interioridad con los padres.

Duración: Una sesión

1. Lo que pasa por dentro

Dialogamos en alto:

- **¿Qué cosas se nos ocurren que por fuera son iguales que por dentro?**
- **¿Qué cosas se nos ocurren que por fuera son de una forma y por dentro son de otra?**

Vamos a pensar ahora en las personas. Si un niño salta, sabemos qué está haciendo. Está saltando. Pero, **¿qué está haciendo por dentro?**

Dentro de nosotros hay más actividad que por fuera. Vamos a contar el cuento de Tomás y su jardín interior. El profesor va a ser el ayudante que dará voz al cuento:

El jardín secreto de Tomás

Había una vez un niño llamado Tomás, que vivía en una pequeña casa al borde del bosque. Tomás era un niño alegre y curioso, pero había algo especial en él: dentro de su corazón, había un jardín secreto. No era un jardín común, con flores y árboles que todos podían ver. Era un jardín que sólo Tomás conocía, lleno de colores, sonidos y criaturas que nadie más podía imaginar.

Cada vez que Tomás cerraba los ojos, podía entrar en su jardín interior. Había mariposas que brillaban como estrellas, ríos que cantaban canciones suaves y árboles que susurraban secretos antiguos. A Tomás le encantaba explorar este jardín, pero había algo que le preocupaba. No sabía cómo contarle a nadie lo maravilloso que era su jardín interior. “¿Cómo puedo explicar algo que vive solo dentro de mí?”, se preguntaba.

Un día Tomás decidió hablar con su abuelo, que era un hombre sabio y paciente. “Abuelo,” dijo Tomás, “dentro de mí hay un jardín muy bonito, pero no sé cómo hablar de él, no sé qué palabras usar.”

El abuelo sonrió y le puso una mano en el hombro. “Tomás,” dijo, “todos tenemos un jardín dentro de nosotros. Es un lugar especial donde viven nuestros pensamientos, sentimientos y sueños. A veces es difícil poner en palabras lo que hay dentro de ese jardín, pero no te preocupes.”

Tomás se sintió un poco mejor, pero insistió: “¿Cómo puedo mostrarle mi jardín a los demás?,” preguntó.

El abuelo pensó por un momento y luego dijo: “No siempre necesitas mostrar tu jardín con palabras. A veces puedes compartirlo a través de dibujos, canciones, o simplemente estando cerca de las personas que amas. También puedes hacer metáforas: estoy tan animado como un río que baja rápido; o estoy como una flor a la que le falta agua”.



Tras oír el cuento, dialogamos en clase:

- **¿Por qué crees que Tomás tenía dificultad para contarle a los demás sobre su jardín?**
- **¿Qué consejo le dio el abuelo a Tomás sobre cómo compartir su jardín interior?**

2. Nuestro jardín interior

Ahora vamos a cerrar todos los ojos y vamos a pensar en nuestro jardín interior. ¿Qué hay en ese jardín? ¿Qué plantas hay? ¿Qué animales hay? ¿Qué cosas hay? ¿Qué temperatura hace? ¿Y el clima?

¿Qué significan todas esas cosas?

¿Qué pensamientos tengo?

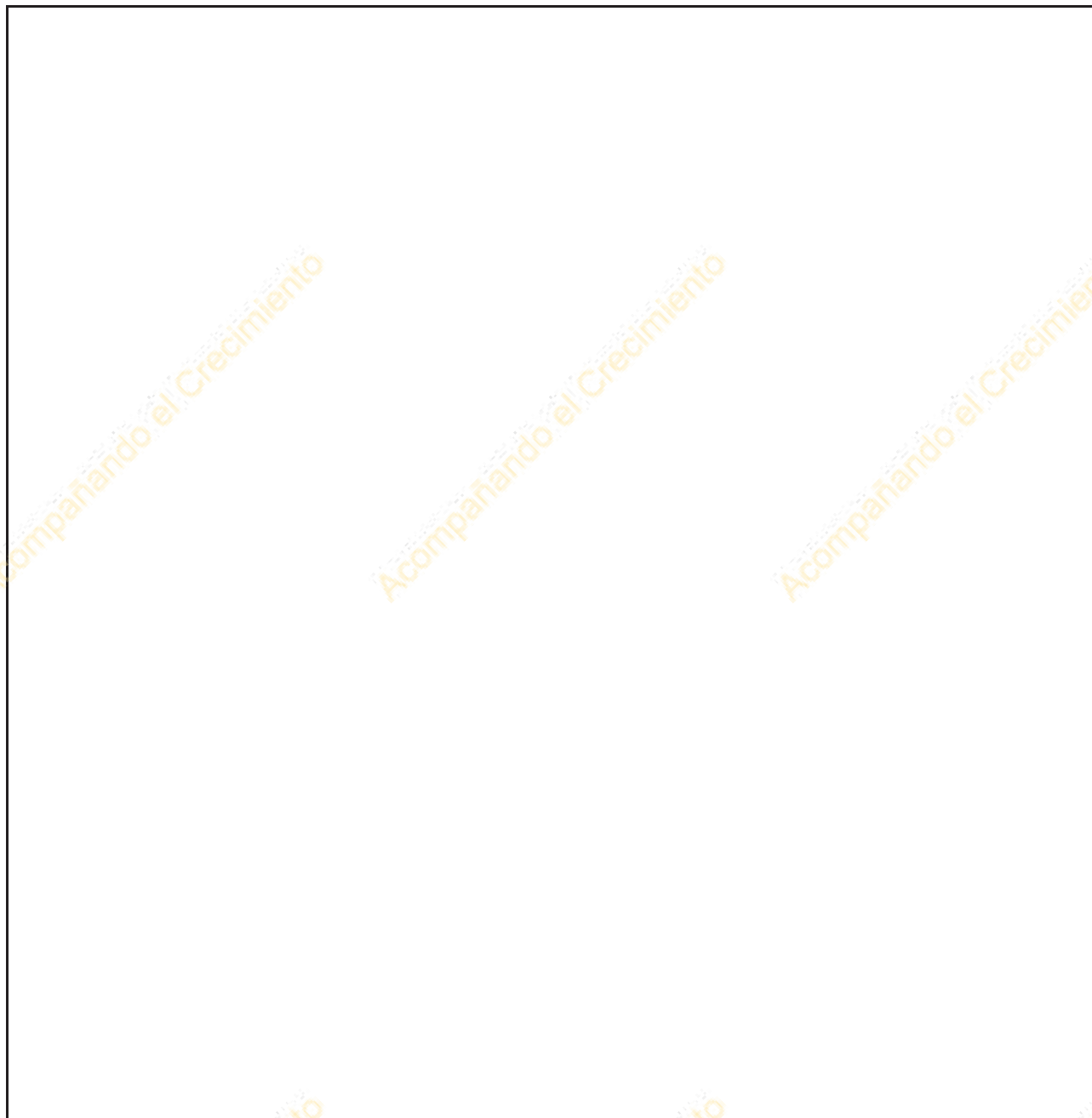
¿Qué personas hay?

¿Qué siento hacia ellas?

¿Qué cosas quiero o me gustaría?

En silencio pensamos unos minutos para saber qué hay en tu jardín interior.

Ahora pinta tu jardín interior.



3. Compartimos

En clase quien quiera comparte algo de su jardín interior.

Vamos a seguir el consejo del abuelo de Tomás y vamos a inventarnos metáforas. Me voy a inventar una frase y luego tú haces las tuyas con las cosas que vivimos cada día en el colegio, en el patio, en casa...



Cuando voy al colegio es como ir a la montaña: subir cuesta, pero bajar no.

Ahora tú:

Cuando voy al colegio es como

Cuando (piensa algo que te pase y quieras contar) es como

Cuando (piensa algo que te pase y quieras contar) es como

Esta tarde, cuando llegues a casa, enseña a tus papás y si quieres a alguien más el dibujo de tu jardín interior. Explícale los detalles que has dibujado, los colores que has elegido, qué hay... Si esa persona quiere, puede preguntarte cosas de tu jardín. Si tú quieres, pregúntale cómo es su jardín interior: las cosas que piensa, que sueña, que se imagina, que siente, que desea...

