

## EDUCACIÓN RELIGIOSA GRADO 10

### MI VIDA TIENE SENTIDO

#### ENFOQUE ANTROPOLÓGICO: SENTIDO DE LA VIDA EN LA EXPERIENCIA HUMANA

#### PROBLEMA

¿Cuál es el sentido que le están dando a la vida los jóvenes de hoy?

#### Proyecto de Investigación



#### REFERENTE EPISTEMOLÓGICO

El sentido de la existencia y el proyecto personal de vida.

#### APRENDIZAJES QUE DEBO DESARROLLAR

Saber comprender	Saber dar razón de la fe	Saber integrar fe y vida	Saber aplicar a la realidad
<ul style="list-style-type: none"><li>- Comprendo que cuando doy un sentido a mi existencia puedo elegir qué clase de persona quiero llegar a ser y cómo desarrollar esta elección en un proyecto de vida.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sé analizar los modelos de vida que se presentan en las culturas juveniles e identifico los aspectos positivos y negativos que hay en ellos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Manifiesto interés por conocerme y valorarme más para darle una orientación acertada a mi vida.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Inicio la construcción de mi proyecto de vida con la colaboración de personas de la comunidad.</li></ul>

## 1. Mirando la vida



#### Buscadores de sentido

Jóvenes de diferentes lugares de Ibero América, pertenecientes a las Juventudes Marianas se dieron cita en Agosto de 1998 en Armenia para participar en un Congreso Juvenil Mariano.

Allí se abordaron diferentes temas de gran interés para los jóvenes. "Personalidad y futuro" atrajo la atención de los participantes y los puso en sintonía por la realidad que estaban viendo y además por sus expectativas de cara hacia el futuro.

En una dinámica de sentido llamaron la atención estas "historias de vida, te las contamos:

1.

- He terminado el bachillerato, mi familia no me puede pagar universidad y no sé qué hacer. Como mujer me siento muy contenta, con grandes ilusiones, pero también con temores.

Pienso que la sociedad nos ha colocado a las mujeres desde los niveles más altos: como diosas, reinas, celebridades... hasta los niveles más bajos: como objetos de intercambio, de publicidad, sexualidad, de trabajos inhumanos.

Tengo miedo de enfrentar esta realidad, de no encontrar un camino acertado para realizarme como mujer y como profesional.

2.

- Yo he sido rebelde. Me volé de la casa, a los 14 años porque mi papá me castigaba cuando me portaba mal. Había oído hablar de los grupos alzados en armas y sabía dónde quedaba el campamento, así que me fui y me ofrecí.

Era tan dura la situación que intenté volarme, se dieron cuenta y me castigaron duramente.

Después de un tiempo y bien desesperado, intenté de nuevo la fuga, esta vez sí me funcionó. Hoy estoy libre, buscando mi identidad y un lugar en la sociedad.

3

Vivo con mis padres y soy la mayor de tres hermanos. Perteneczo a un voluntariado juvenil, donde tengo la oportunidad de interactuar con otros jóvenes para ayudar en la promoción de personas en necesidad.

Pertenecer al grupo, trabajar en equipo, ha despertado en mí las ganas de vivir y de hacer maravillas con mi vida.

➔ ¿Qué pasará si la joven del primer caso encontrara quién le ayude a descubrir el camino de su vida? \_\_\_\_\_

---

---

---

➔ ¿Sabes por qué hay jóvenes entre los grupos alzados en armas? \_\_\_\_\_

---

---

---

➔ ¿Qué crees, pasaría en Colombia, si más jóvenes pertenecieran a grupos constructivos donde puedan desarrollar sus talentos y ponerlos al servicio del progreso humano? \_\_\_\_\_

---

---

---

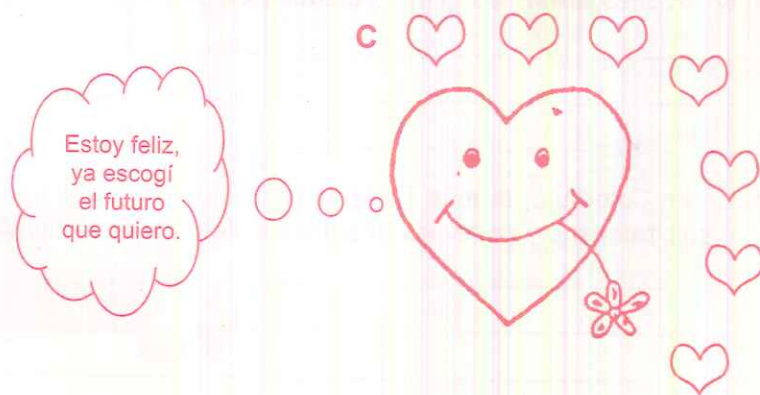
- ➔ Ahora aplicando tu psicología juvenil observa la fotografía e imagínate quién contó cada historia, al identificarlos traza una flecha hacia los lados, para colocarles creativamente el número que tienen en la narración y un nombre significativo. Al terminar, felicítate porque has acertado.

Según estas historias de vida, existe para las jóvenes situaciones que los orientan, desorientan, los atraen o los desmotivan, los hace sentirse sin sentido de futuro, con una postura, incierta o muy clara y optimista frente a la vida. Como esta etapa juvenil tan importante en la búsqueda del sentido de motivos para vivir, hay quienes se pueden preguntar

**¿Cuál es el sentido que le están dando a la vida, los jóvenes de hoy?**

## 2. Buscando caminos

- ➔ Te invitamos a mirar en la realidad distintas respuestas a este interrogante:



### ¿Necesitas orientación?

A

- Crea un personaje con el cual vas a entrar en diálogo acerca de las inquietudes o temores que tienen algunos jóvenes frente a la vida. Él **aconsejará** y orientará. Te invitamos a dibujar el personaje, ubícalo en los recuadros que están enumerados. No olvides darle un nombre.

#### Primer reto para el consejero:



A mis dieciséis años me encuentro rodeada de mucha gente y me siento sola. Tengo ante mí, muchos caminos pero no sé cuál de ellos seguir.

La planta interior de mi vida está a la espera de alguien que la cultive y la haga florecer. Aunque aspiro a encontrar un sentido a mi vida, de llegar a ser yo misma, unas preguntas se desplazan sin cesar de mi mente, a mi corazón y de mi corazón a mi mente:

¿Quién soy yo? ¿Hacia dónde voy? ¿Qué me gustaría hacer con mi vida?, y me repito sin cesar: ¿Quién me podrá orientar? ¿Mis amigos? ¿Un profesor? ¿Un sacerdote?

Quizás con mi familia no cuento porque rara vez estamos juntos y poco nos interesamos los unos por los otros, ¿será mi vida un laberinto como le ocurre a tantos jóvenes? **¿Qué me puedes aconsejar?**

Te sugiero que te conozcas más a ti misma. Comienza preguntándole al profesor de tu confianza, algo sobre ti, por ejemplo:

➔ Profe: ¿Quién soy yo para ti? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

➔ ¿Qué piensan mis compañeros de mí? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

➔ ¿Con las respuestas y con tu propio auto-concepto, escribe ¿quién crees que eres tú?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

➔ Ten presente que el auto-concepto se refiere a: lo que piensas de ti, lo que dices acerca de lo que eres. ¿Cómo te concibes a ti misma/o?

2.

Partiendo de lo que dices de ti, te animo a fortalecer tu auto-conocimiento que no es otra cosa que el **reconocimiento de tus capacidades, valores, potencialidades** y a aceptarte y quererte como eres.

El ejercicio que te propongo a continuación es una excelente manera de auto-motivarte y conocerte a ti misma.

- ➔ A partir de ahora, escribe diariamente por una semana antes de acostarte las cosas buenas que has realizado y te han **hecho sentir bien**.  
Si esta práctica te ayuda a mejorar como persona, repítelo cuantas veces quieras.

Hay también personas que repiten mentalmente, varias veces al día: "soy inteligente", "soy comprensivo/a", "me gusta lo que hago, porque lo hago bien" y "lo que me propongo, lo logro".



### Segundo reto para el consejero:

Soy Yonny, me describo como una persona tímida que no se sabe expresar, pienso que no soy capaz de emprender algo por mí mismo. Como vivo comparándome con los que sacan mejores notas, me siento inferior. Esto me hace sufrir porque me identifico con mis debilidades, olvidándome de mi identidad: talentos, valores y aptitudes.

Después de escucharte, pienso que tienes una imagen poco cariñosa hacia ti, que puede estar afectando la misma esencia de tu ser al desconocer todo lo bueno que hay en ti.

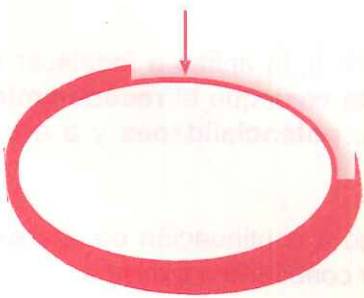
3.

- ➔ Te quiero ayudar a enriquecer tu auto-estima a través del siguiente ejercicio. Responde la pregunta y relaciona los círculos con la parte del cuerpo que más entra en acción. Tienes un ejemplo:

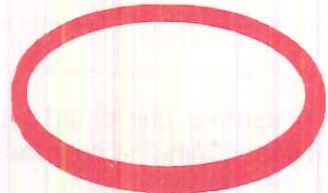
Escribe un pensamiento positivo que alegra tu vida



Identifica Algunas de tus habilidades que te hacen sentir útil.



Escribe el nombre de dos personas que amas y te aman.



Escribe el nombre de personas a quienes has ido a brindarles alegría, ayuda o compañía.

## ➔ ¿Cómo te sientes después de este ejercicio?

Te sugiero que sigas construyendo tu **autoestima** ya que ésta es fuente de energía y entusiasmo, de vitalidad y optimismo que enriquece **TU PERSONALIDAD**, y recuerda que: **TU NIVEL DE AUESTIMA ESTA RELACIONADO CON LA AUTO-VALORACIÓN DE TUS CAPACIDADES Y LA SEGURIDAD QUE SIENTES DE TI MISMO/A.**

Aceptarse a sí mismo/a, es paso fundamental para construir una buena autoestima.



### Tercer reto para el consejero:

Mi nombre es Laura, para mí es divertido usar palabras de moda, vestir ropa de marca, admirar personajes que atraen por su físico, su fortuna o su fama y caigo siempre en la tentación de querer ser como ellos y terminar imitándolos.

Mi hermana una vez me dijo que podía ser buena actriz, "porque me la paso aparentando lo que no soy, frase que me impactó y me llevó a descubrir que no me sirve pensar como los demás y menos sentir como ellos.

Mi querida Laura, eres el típico caso de adolescentes que imitan modelos, persiguen cantantes y actores para obtener su firma y su abrazo; tendrías que preguntarte ¿qué contribución te dan algunos de estos personajes para tu crecimiento personal?, porque para ciertos casos podrías aprovechar su ejemplo y su influencia, mientras que en otros sólo aportan vanidad y falsa ilusión. Tú podrías admirar **el estilo de vida caritativo de determinada persona, la tenacidad y motivación de otra, la capacidad de realización, la inventiva y la paciencia de alguien más.**

Infórmate de la vida de los grandes hombres y mujeres que contribuyeron al bienestar de los pueblos y naciones para que puedas seguir su ejemplo.

4.

Con este ejercicio de consultaría imaginaria, podemos llegar a esta conclusión que:

## ☞ Hay jóvenes desorientados que no saben para dónde van con su vida.

B

### ¿Sólo diversión?

