



APRENDIENDO A
SOÑAR

5TO DE SECUNDARIA
16-17 años de edad

PARA MAESTROS

APRENDIENDO A SOÑAR

ISBN: 978-9945-8852-5-5



Todos los derechos reservados.

Queda prohibida la reproducción parcial o total de este material por cualquier medio o método sin la autorización por escrito de los autores.

Editado y realizado por Piensa

Primera edición abril 2020.

ÍNDICE

Capítulo 1	Gratitud 2.0	2
Capítulo 2	Identidad 4.0	17
Capítulo 3	Enfrentando el miedo al rechazo	33
Capítulo 4	Aprendiendo sobre principios del éxito 4.0	46
Capítulo 5	Cultivando mi crecimiento espiritual	62
Capítulo 6	Conociendo y gestionando mis emociones 5.0	69
Capítulo 7	Iniciandome en el mercado laboral global	80
Capítulo 8	Legado	93
Capítulo 9	Los riesgos de compararme	102
Capítulo 10	Mi mapa de vida	108
Capítulo 11	Tecnologías Exponenciales 1.0	120
Capítulo 12	Emprendimiento y Liderazgo 2.0	130

Estimado maestr@:

Enseñar a soñar será el mejor legado que dejarás en la vida de cada estudiante, es por ello que este programa no sólo es para el estudiante, sino también para ti, para que aprendas a soñar y para qué, con tu ejemplo, e inspiración puedas tocar cada vida con amor.

Por ello, me he inspirado a escribir esta carta compromiso, que leeras en voz alta para que en tu corazón se impregne el sentimiento de enseñar a soñar.

Yo [nombre] a través de este acto me comprometo cómo persona que enseña y forma, a cumplir con todos los objetivos del programa APRENDIENDO A SOÑAR, que tiene cómo misión elevar el nivel de consciencia de la adolescencia dominicana y que invita a nuestros estudiantes a desarrollar las habilidades emocionales, sociales y actitudinales que esta generación necesita para asumir los nuevos cambios sociales a los que nuestra sociedad se enfrenta.

Donde la creatividad, la persistencia, la resiliencia, la fe, la colaboración, la gestión de las emociones, el fortalecimiento de la identidad, el liderazgo, el trabajo en equipo, el ejercicio de los valores y los principios de éxito son fundamentales desarrollar vidas con propósito, éxito y trascendencia.

Para ello me comprometeré a asumir este reto con responsabilidad, a aprender a adoptar estos valores cómo filosofía de vida para poder enseñarlos no sólo transmitiendo la información, sino con mi ejemplo.

Hoy me comprometo a convertirme en un mejor ser humano, y con los conocimientos que adquiriré a través de este programa aprenderé a transmitir este mensaje, pero también lo aprovecharé para mi propio crecimiento personal y mi propia vida.

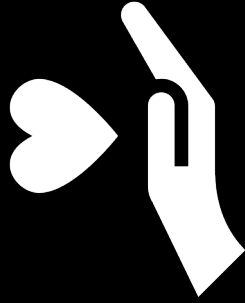
Con amor,
Diara Nadal

Indicadores de logro:

	Superando las expectativa (+3)	Satisface las expectativas (+2)	Acercándose a las expectativas (+1)	Por debajo de las expectativas (+0)
PARTICIPACIÓN Y COLABORACIÓN DE MIEMBROS DEL GRUPO	El estudiante se preparó a fondo y exhibió un conocimiento profundo del tema. Contribuyó de manera equitativa y significativa al trabajo en grupo y al proyecto.	El presentador estuvo bien preparado y mostró un buen conocimiento del tema. Contribuido al trabajo en grupo y al proyecto.	El presentador no siempre parecía estar bien preparado y carecía de información clave sobre el tema.	El presentador no parecía estar bien preparado y carecía de información clave sobre el tema.
COMPRENSIÓN Y PRECISIÓN DE LA TEORÍA DEL APRENDIZAJE.	Demuestra un conocimiento preciso del tema.	Demuestra algún conocimiento del tema.	Demuestra conocimiento parcial del tema.	Demuestra limitado al desconocimiento del tema.
ANÁLISIS EXPLÍCITO DE IDEAS RELEVANTES.	La descripción de la información de la investigación se presenta con total precisión; describe correctamente las relaciones con el contenido.	La descripción de la información de la investigación se presenta con precisión; describe correctamente las relaciones con el contenido.	La descripción de la información de la investigación se presenta con cierta precisión; describe las relaciones de forma algo correcta.	La descripción de la información de la investigación se presenta de manera inexacta; utiliza terminología o principios incorrectos.
CLARIDAD Y PROGRESIÓN COHERENTE DE LAS IDEAS PRESENTADAS	El contenido fue presentado con absoluta precisión y secuenciado lógicamente.	El contenido fue presentado con considerable precisión y lógicamente secuenciado.	El contenido se presentó con cierta precisión y tuvo una secuencia algo lógica.	El contenido se presentó con precisión limitada y, a menudo, no tenía una secuencia lógica.
ORGANIZACIÓN	Todo el trabajo estuvo limpio y terminado a tiempo. Siempre preparado en clase. Usó el tiempo sabiamente.	Trabajo terminado a tiempo. Llegó a clase preparado.	Terminó la mayor parte del trabajo. Llegó a clase apenas preparado.	No terminó la mayor parte del trabajo. Llegó a clase sin estar preparado. No usó el tiempo sabiamente.
COMUNICACIÓN Y NIVEL DE PARTICIPACIÓN DE LOS ESTUDIANTES	Los presentadores mantienen el interés de la clase haciendo contacto visual, evitando leer directamente de las notas y teniendo el volumen adecuado.	Los presentadores suelen mantener el interés de la clase haciendo contacto visual, evitando leer directamente de las notas y teniendo el volumen adecuado.	Los presentadores a menudo leen directamente de las notas y/o evitan el contacto. No se puede escuchar a todos los presentadores en el aula.	Los presentadores leen directamente de las notas y evitan el contacto. A menudo es difícil escuchar a los presentadores.
APLICACIÓN DEL CONOCIMIENTO EN UN MODELO / CREACIÓN.	El uso de elementos visuales y manipulables mejora enormemente la presentación. Uso del modelo para representar y aclarar ideas.	El uso de elementos visuales y manipulables mejora la presentación. Uso del modelo para representar y aclarar algunas ideas.	Uso de algunos elementos visuales y manipulativos. El modelo se utiliza moderadamente para representar y aclarar ideas.	El uso de elementos visuales y manipulables rara vez se usa para mejorar la presentación. El modelo rara vez se utiliza para representar y aclarar ideas.
CREATIVIDAD	El alumno presenta un diseño y una actuación creativos.	El alumno presenta un diseño (modelo) y una actuación moderadamente creativos.	El diseño (modelo) es apenas creativo y apoya moderadamente el desempeño del estudiante.	El diseño (modelo) no es creativo y no apoya el desempeño del estudiante.

Modelo evaluativo:

¿QUÉ EVALUO?	TOMAR EN CUENTA	PUNTACIÓN
Participación	Se expresa y crea conversaciones en la clase.	10 puntos
Iniciativa	Siempre quiere participar y está atento a tomar el liderazgo de alguna idea.	10 puntos
Hacer conciencia	Acepta que debe de cambiar alguna área de su vida publicamente.	10 puntos
Profundizar las relaciones	Creación de nuevos amigos y apertura en crear relaciones	10 puntos
Profundizar los temas	No sólo hablar en base a lo leído sino que extiende algún tema con ideas propias y conceptos profundos.	10 puntos
Trabajo en equipo	Se involucra en el trabajo en equipo y ejerce la división de roles con responsabilidad.	10 puntos
Tareas	Hace sus tareas y es diligente en ellas.	10 puntos
Creatividad	Presenta sus trabajos e ideas de forma creativa.	10 puntos
Conversaciones profundas	Comparte sus propios pensamientos y experiencias de su vida en base a los temas tratados.	10 puntos
Uso de herramientas tecnológicas puntos	Presenta que tiene la capacidad de usar agilmente herramientas tecnológicas para la presentación de sus asignaciones.	10 puntos
Total		100 puntos



Capítulo 1

GRATITUD 2.0



Tiempo de la clase

2min	Lectura
10min	Opinión de la Lectura
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicios en clase
10min	Discusión de la asignación
1min	Asignación de tarea

Inicio:

Le damos la bienvenida al tema central del que estaremos hablando durante las próximas semanas: LA GRATITUD, puedes iniciar con una pregunta:

Levante la mano ¿quienes se sienten agradecidos de la vida?

Luego iniciamos una lectura comprensiva y le asignamos un párrafo por estudiante hasta terminar la página 4.

Conversaciones profundas:

Después de terminar la lectura comprensiva hacer las siguientes preguntas:
¿De qué cada uno se siente agradecido y por qué?
¿Expresan gratitud de manera constante?
¿Cómo expresan su gratitud ante todo lo que mencionaron?
¿Piensan que son lo suficientemente agradecidos todos los días?

ENTENDIENDO LA GRATITUD

Lo primero que queremos dejar claro es que la gratitud es una fortaleza. Y desde la psicología positiva entendemos fortaleza como esa cualidad, característica o punto fuerte de la persona que está presente desde el nacimiento de manera innata.

Su definición hace referencia a saber reconocer lo que los demás hacen por nosotros, además de agradecer lo que tenemos. Es la sensación de agradecimiento y alegría en respuesta a haber recibido un regalo que hemos recibido de una persona, en concreto, independientemente de si se trata de un regalo físico o tangible, o si se trata de un beneficio intangible, como por ejemplo sentirse afortunado por haber podido experimentar un determinado momento, por una situación vital presente o pasada, o por el mero hecho de estar vivo.

La gratitud es muy fuerte y tremendamente poderosa, tanto para la propia persona a nivel emocional, como para vivir y sobrevivir en nuestro entorno a nivel relacional.

Las personas gratas suelen ser personas bondadosas y sencillas que afrontan la vida con una actitud positiva desde el agradecimiento y la humildad, con gran capacidad de resiliencia.

Además la gratitud es una gran vacuna contra el pesimismo. Las personas agradecidas se focalizan, priorizan y ponen el foco en lo que sí tienen y poseen, y no en lo que les hace falta. Pareciese que miraran la vida con unas gafas con un filtro polarizado diferente y especial, son personas que desprenden más ilusión y mucha menos queja.



3

Su pensamiento se centra en lo bueno que tienen, a diario sienten gratitud por los detalles positivos que les rodean y suelen expresar sus sentimientos de gratitud de manera correcta. Todo ello les hace sentirse mucho más felices y salpican felicidad los que tienen alrededor que se sienten contagiados y tremendamente afortunados por su actitud.

¿Eres una persona agradecida?

Escribe en el siguiente recuadro porque estás agradecido en la vida y compártelo con la clase.

EJERCICIO 2: Haz un reportaje de cinco minutos en formato video de las cosas por las cuales te sientes agradecido. Usa imágenes y fotos que los acompañen y compártelo en tu clase.

4

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Que los estudiantes hagan consciencia de su nivel de gratitud por la vida.
- ✓ Que los estudiantes entiendan que la gratitud no solamente se expresa con palabras.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Crear un ambiente de intimidad y amor, se puede hacer un círculo con los estudiantes sentados en el piso.
- ✓ También hablar de cómo sería una vida sin gratitud.

Tarea:

Hacer un reportaje en formato video de las cosas por las cuales te sientes agradecido con imágenes.

Desarrollo de la idea central:

La gratitud en todas sus manifestaciones.



Tiempo de la clase

15min	Presentación Tarea
2 min	Lectura
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicios en clase

Inicio:

Saludamos a los estudiantes con una actitud de gratitud y le motivamos a presentar la tarea pasada sobre los videos que hicieron sobre por qué están agradecidos.

Hablar de cómo se sintieron al hacer este video, y si se lo mostraron a sus padres.

Luego hacemos grupos de dos estudiantes y continuamos con la lectura de la página 5 y 6.

Hacemos una lectura compartida por párrafos con estudiantes que estén motivados a leer.

Conversaciones profundas:

Motivamos conversaciones profundas donde los estudiantes analicen sus pensamientos negativos y como cambiarlos por positivos, luego compartirlo con el resto de la clase.

Y continuamos con la página 8 a contestar las preguntas de Un minuto para pensar y conversar...

¿SOMOS MERECEDORES DE LA VIDA QUE TENEMOS?

Según el diccionario de Google, **MERECIMIENTO** es el derecho a recibir reconocimiento por algo que uno ha hecho o tiene.

Ahora bien, yo te hago esta pregunta: ¿Eres merecedor de lo que tienes? ¿Citas hecho algo por ello?

Aunque no hemos hecho nada para poseer lo que tenemos, Dios nos lo ha dado como un regalo, y lo que hacemos con los regalos que nos ha dado, es el regalo que le daremos a Dios en agradecimiento. Es lo que yo personalmente pienso.

De todas maneras, necesitamos aprender a tener una relación sana con el **MERECIMIENTO**, pues de este depende que nos aprendamos a relacionar bien con nosotros mismos.

Me gusta creer que soy merecedora de todo lo bueno, y le doy sentido a ello cuando pienso que Dios siendo el creador de los cielos y la tierra, el creador del hombre y de todo lo que nos rodea, nos ama tanto que tuvo dispuesto a dar su más preciado tesoro, para que, a pesar de nuestros errores, nuestros malos pensamientos y acciones, pudiéramos sentirlo, amarlo y conocerlo a través de su hijo Jesús que dio su vida por nosotros.

Siempre nuestros pensamientos deben estar respaldados por las creencias, y me gusta creer en ello. Tu eres libre de tener tus propias convicciones.

Sin embargo, cuando pienso en que sin hacer nada he tenido por gracia muchas cosas, me siento afortunada, y cuando lo respaldo de creencias, de amor hacia a mí, eso me da fuerzas y autoestima para saber que más cosas buenas están diseñadas para mí.

5

Nuestros pensamientos comienzan a formarse desde que nacemos, a medida que recibimos información de lo que nos rodea, de lo que vemos en nuestro entorno, de lo que nos enseñan nuestros padres, de lo que el mundo dice que "soy" o "qué necesito" y de lo que yo pienso "que soy".

Por eso, el versículo de las Escrituras que dice: **"Cambia tu manera de pensar para que así cambie tu manera de vivir"**, es tan importante reflexionarlo.

Porque si pensamos que: No valeros
Somos inferiores
No tenemos talentos
O creemos cualquier pensamiento negativo que viene del mundo exterior, le damos cabida a esos pensamientos y así mismo será nuestra vida.

Sin embargo, si pienso, que: Tengo que darle mucho de mí al mundo
Soy talentoso
Soy hermoso(a)
Soy capaz
Soy agradable
Soy agradecido

Tu vida será según esos pensamientos que creas de ti mismo, si quieres una mejor vida y más fácil, tan mejores pensamientos.

Llena en el siguiente cuadro sobre pensamientos negativos que hayas tenido sobre ti mismo y cámbialos por pensamientos positivos.

PENSAMIENTOS NEGATIVOS	PENSAMIENTOS POSITIVOS

7

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Que los estudiantes hagan consciencia sobre el concepto de merecimiento.

Según las Escrituras en Romanos 12:2

"No vivan ya según los criterios del tiempo presente; al contrario, cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que le es grato, lo que es perfecto".

¿Cuáles son los criterios del tiempo presente?

Siento que los criterios del tiempo presente a lo que se refieren las Escrituras, es cómo las personas en la actualidad le dan importancia a cosas que en realidad no le tienen, como por ejemplo: lo material, fama, riquezas, poder, estatus social, una casa, un carro.

¿Por qué pienso que esas cosas no deben tener sentido? Porque nos ciegan de las cosas que si lo tienen, no digo que tener riquezas sea malo, a lo que me refiero es que nuestra identidad y propósito de vida no deben estar centradas en ellas, ya que si algún día canceláramos de estas cosas que creemos que le dan sentido a nuestra vida, podríamos pensar que la vida es inútil.

El sentido de nuestra vida debe de estar relacionado a valores, a contribuir con los demás y al amor hacia el prójimo, porque estas cosas nunca las vamos a perder, ni siquiera las podemos tocar. Es a través de este significado de la vida que obtenemos recompensas, entiendo que de esta manera la vida es más satisfactoria.

"Cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir". Wow, que profundas palabras, siento que quiere decir que nuestros pensamientos son la fuente de todo, de ellos dependen nuestras acciones, nuestras emociones y nuestra vida.

Si tus pensamientos son negativos así mismo será tu vida, si tus pensamientos son positivos así mismo será tu vida.

¿Estás consciente de lo que piensas? ¿De dónde vienen tus pensamientos?

1 minuto para pensar...

6

"Y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que le es grato, lo que es perfecto".

Esta Palabra me ayuda a respaldar mis creencias de que soy merecedora de todo lo bueno. Me encanta este versículo, pues dice que si renuevo mis pensamientos, cambiaré mi forma de vivir, y conoceré, lo que es bueno, grato y perfecto.

¿Qué quiere decir lo que es bueno? Todo lo justo, todo lo digno, todo lo hermoso, todo lo verdadero, todo lo que vale la pena.

¿Qué quiere decir lo que es grato? Todo lo que es agradable, todo lo que me da paz, todo lo que me da amor.

¿Qué quiere decir lo que es perfecto? Todo lo que es completo, todo lo óptimo, todo lo que me hace bien.

Cuando respaldo mis creencias sobre merecimiento y me doy cuenta que tengo derecho de todo lo bueno, todo lo grato y todo lo perfecto solo por gracia, sin necesidad de hacer nada para merecer todo esto, me siento feliz, completa y plena, ya que de manera intencional trabajaré siempre en renovar mis pensamientos para abrazar la vida que Dios diseñó para mí, la cual es buena, agradable y perfecta.

Es por ello que ser consciente de tus pensamientos te permitirá siempre renovar tu mente para que si estos son negativos los modifiques y cambies de forma positiva tu vida.

¿Cuáles son los pensamientos de las personas que te rodean que no les permite vivir mejores vidas? ¿Cómo tú puedes apoyarlos a renovar sus pensamientos?

1 minuto para pensar...

8

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Crear un ambiente de intimidad y amor, se puede hacer un círculo con los estudiantes sentados en el piso.



Tiempo de la clase

15 min Lectura
20min Ejercicios en clase
20min Compartir ejercicios

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes e iniciar con la lectura de la página 9, y hacer ejercicio sobre lenguaje de queja y lenguaje de responsabilidad y compartirlo con la clase.

Asignaciones en clase:

Luego hacer las actividades de la página 11 y 16.

CAMBIANDO MI LENGUAJE

Las historias que nos contamos de las situaciones que nos acontecen, influyen mucho en nuestro estado de ánimo y actitud ante la vida.

Dos personas pueden atravesar por la misma experiencia pero contarse una historia totalmente diferente. ¿De qué depende? De lo que lo que ella contar cada una de ellas. Podemos elegir un lenguaje responsable y lleno de gratitud o uno de víctima y lleno de ingratitud. La decisión siempre estará en nuestras manos.

A continuación escribe en la casilla de la izquierda las situaciones en las que utilizaste un lenguaje de queja y de víctima, mientras que en la casilla derecha, re-escribirás esa situación utilizando un lenguaje de gratitud y responsabilidad.

Lenguaje de queja y de víctima	Lenguaje de gratitud y de responsabilidad
A mí me tocaron los peores padres del mundo. No seré feliz por culpa de ellos.	Agradezco que aunque mis padres no son perfectos, los tengo conmigo. No puedo responsabilizarlos de mi felicidad. Hablaré con alguien que me ayude.

9

Ejercicio: Cartas anónimas

Elige cinco personas y escríbelas una nota de agradecimiento anónima, exprésales tu gratitud por su trabajo, apoyo, sonrisa o simplemente por su servicio. Puede ser la señora de servicio de tu casa, el personal de limpieza de tu edificio, tu hermana, maestra o una amiga.

11

Lenguaje de queja y de víctima	Lenguaje de gratitud y de responsabilidad
Me siento tan bruto y torpe. Nunca me va como quiero en los exámenes.	Definitivamente debo estudiar más y perder menos tiempo en redes y videojuegos. De lo contrario, no obtendré los resultados que quiero.

10

EJERCICIO: Escribe un ACRÓNIMO de agradecimiento a tus padres o tutores principales. Con estas palabras, construye un poema, cuento o historia para compartir en clases. Realiza alguna manualidad o cómprales algún detalle que lo acompañe.

G
R
A
T
I
T
U
D

16

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Que los estudiantes aprendas que es tener un lenguaje de víctima y un lenguaje de responsabilidad.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Crear un ambiente de intimidad y amor, se puede hacer un círculo con los estudiantes sentados en el piso.



Capítulo 2

IDENTIDAD 4.0



Tiempo de la clase

2min	Lectura
10min	Opinión de la Lectura
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicios en clase
10min	Discusión de la asignación

Inicio:

Le damos la bienvenida al tema central del que estaremos hablando durante las próximas semanas: LA IDENTIDAD.

Antes de abordar el tema podemos preguntarles a los estudiantes sobre ¿Qué ellos piensan que es tener identidad?

Luego hacemos grupos de dos e iniciamos una lectura comprensiva y le asignamos un párrafo por estudiante hasta terminar la página 18.

Hacen en pareja los ejercicios de las páginas 18, 19, 20 y 21.

Luego lo comparten con la clase.

MI IDENTIDAD

Se refiere a la comprensión que una persona tiene de sí misma. La autoidentidad se conforma por autoevaluaciones que son relativamente permanentes, como atributos físicos de la personalidad, conocimientos y habilidades.

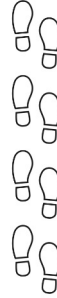
Por ejemplo, el enunciado "Soy un vago" es una autoevaluación que contribuye al autoconcepto. Por el contrario, la afirmación "Estoy cansado" normalmente no se consideraría parte del autoconcepto de una persona, ya que estar cansado es un estado temporal.

También incluye las ideas de los individuos sobre lo que podrían llegar a ser. Corresponden a esperanzas, historias, experiencias, miedos, estándares, metas y amenazas.

Igual o más importante es reconocer que el ser humano no se creó a sí mismo. Por lo tanto, hablar de nosotros sin incluir lo que Dios dice de nosotros como criaturas o hijos Suyos, es dejar la fórmula por la mitad. ¿Has pensado en lo que Dios dice de ti?

Ejercicio:

¿Qué ideas o conceptos tienes sobre la identidad? ¿Qué has escuchado o aprendido de ella? Comparte con un compañero.



18

Responde con detalle a esta pregunta: **¿Quién soy?**
Luego compártelo en clases.



19

Escribe en el siguiente recuadro tus debilidades y fortalezas

Debilidades	Fortalezas

20

Escribe a continuación: ¿Cómo te han ayudado tus fortalezas y debilidades a formar tu carácter y virtudes como la paciencia, humildad, fortaleza y perseverancia?

21

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Que los estudiantes hagan consciencia de su nivel de identidad en la vida.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Crear un ambiente de intimidad y amor, se puede hacer un círculo con los estudiantes sentados en el piso.



Tiempo de la clase

2min	Lectura
10min	Opinión de la Lectura
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicios en clase
10min	Discusión de la asignación

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes leer y compartir las actividades de las páginas 22, 23 y 24.

Conversación profunda:

¿Qué opinas del aprendizaje de esta lección?

Para el maestro:

Lo que no se pudo terminar en la clase dejarlo de tarea.

Nuestra identidad va muy vinculada a la toma de decisiones. En este proceso de elección podemos fortalecerla o lastimarla. Por eso, cada decisión que tomes es importante y tiene un impacto directo en tu bienestar.

Antes de tomar alguna decisión, procurar filtrarlas a través de estas preguntas:

- ¿Esa decisión me traerá paz?
- ¿Esa decisión me aleja o me acerca a la vida que anhelo?
- ¿Esa decisión respeta mis valores y principios?
- ¿Esa decisión es justa?
- ¿Esa decisión es amable?
- ¿Esa decisión es respetuosa con la vida de los demás?
- ¿Esa decisión va a agradar a Dios?

Considera cuatro valores en los que quieres fundamentar tu vida y explica por qué.

22

Escribe en la columna de la izquierda cinco decisiones que tienes que tomar en las próximas semanas. Y en la columna de la derecha, cómo podrías responder a ellas, tomando en cuenta los valores que elegiste anteriormente.

Decisiones a tomar	Respuesta basada en valores
Juan quiere que sea su novia.	Actualmente le diré que prefiero ser su amigo. Primero, porque mi familia (valor) no está de acuerdo. Segundo, porque sé que Juan quiere intimidad conmigo y por respeto propio (valor) elijo no hacerlo.

23

Escribe una carta de promesa de dos páginas a tu yo de 20 años. ¿Cómo te comprometes a cuidar tu yo actual? ¿Qué te prometes aprender? ¿Qué hábitos o actitudes te prometes dejar atrás? ¿Qué temas eliges sanar? ¿Cómo te prometes hablar a ti mismo a partir de hoy?

24

Competencias a desarrollar:

- ✓ Pensamiento crítico sobre identidad.
- ✓ Comunicación. Tendrán que expresar sus emociones y abrirse.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.



Tiempo de la clase

10min	Compartir la tarea
10min	Ejercicios en clase
25min	Conversación profunda

Inicio:

Hacer grupos de dos y contestar las preguntas de la página 25 y 26, luego compartir ejercicios con la clase.

Conversaciones profundas:

Hacer grupos de dos y contestar las preguntas de la página 25 y 26, luego compartir ejercicios con la clase.

Tarea:

Los estudiantes deben de buscar imágenes que representen metas que quieren alcanzar para presentarla en la próxima clase:

Estas imágenes deben de contener diferentes áreas de su vida:

- A nivel profesional
- A nivel espiritual
- A nivel financiero
- A nivel familiar
- A nivel emocional

¿QUÉ QUIERO SER?

Basado en los valores que identificaste anteriormente y las promesas que le hiciste a tu yo de 20 años, responde a las siguientes preguntas:

¿A quiénes deseas tener como consejeros sabios en tu vida?



¿Qué sueños, anhelos, talentos y actitudes quieres desarrollar?



25

¿Cuáles serían los primeros pasos para lograrlo?



EJERCICIO: Con estas preguntas, ahora construye un tablero o presentación con imágenes y frases que definan lo que quieres ser.



26

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Pensamiento crítico sobre lo que quieren de la vida.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

10min	Lectura comprensiva
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicio
13min	Conversación profunda

Inicio:

Hacer grupos de dos y leer en voz alta las páginas 27, 28 y 29.

Responder las preguntas de la lectura con un pensamiento crítico.

Conversaciones profundas:

Preguntar a los alumnos:
¿Cuánta energía podemos gastar ocultando, protegiendo, defendiendo o demostrando algo?
¿Esta energía es sana o tóxica, por qué?
Dejar de proteger, ocultar o defender ¿Te hace libre?
¿Por qué?

Asignación en la clase:

Hacer actividad de la página 30 y compartir con un compañero de al lado.

Tarea:

Asignación de la página 14.

EL ENEMIGO LA IDENTIDAD

DEFENDER, DEMOSTRAR, OCULTAR Y PROTEGER.

Estos son mecanismos que nuestro ego ha desarrollado durante la creación de su existencia para hacernos creer que estamos separados del mundo que nos rodea, en vez de entender, saber y conocer, que somos parte de este mundo. Y todo lo que afecta al mundo y a la humanidad, nos afecta a nosotros de manera directa o indirectamente.

Hay acontecimientos recientes que prueban esto, cómo el COVID-19 que inició en China y afectó a toda la humanidad, así mismo, la contaminación, la pobreza, el cambio climático, las guerras, son acontecimientos que nos afectan directa o indirectamente aunque no lo queramos creer.

Puedes discutir en clase, ¿Por qué los acontecimientos que acabamos de mencionar nos afectan directa o indirectamente?

Esto nos hace entender que la humanidad es una sola, y que somos parte de la misma, por ello debemos de cuidarla, ser compasivos los unos con los otros, amarnos y llegar a acuerdos donde todos seamos beneficiados, porque si afectamos a los demás, nos afectamos a nosotros mismos.

Defender políticas y creencias, demostrar quien es el más fuerte o poderoso, ocultar información y proteger espacios o territorios son los mecanismos que el hombre ha usado desde su existencia por creer que estamos separados los unos de los otros.

Y la historia de la humanidad se ha desarrollado y creado a través del ego del hombre.

¿Qué acontecimientos han pasado en el mundo producto del ego?

¿Te imaginas a un mundo sin ego? ¿Cómo sería?



27

OCULTAR:

Esconder; impedir que sea vista una persona o cosa.

Cuando estamos ocultando algo, normalmente estamos mintiendo, y estamos mintiendo, porque buscamos la aprobación de algo o de alguien, queriendo demostrar algo.

Cuando gastas tu energía en ocultar una mentira, o por vergüenza de algo, le estás creyendo a tu ego. ¿Crees que vale la pena vivir bajo una mentira, por no apreciar la vida que tienes? Creíame eres libre cuando no tienes que ocultar nada, defenderte de nada, ni demostrar nada.



PROTEGER:

Hacer que una persona o una cosa no reciba daño.

Cuando nos sentimos desprotegidos de este mundo con tantos ataques y maneras de hacerte daño a los demás, es natural que tengamos esa necesidad. Sin embargo me gusta pensar que Dios me cuida y me protege, pues por más que quiera hacerlo con mis fuerzas, estaré agotando una energía que no puedo controlar. Te quiero poner un ejemplo:

Si alguien quiere ofenderte y te dice una mentira o insulto, cómo, eres un idiota! ¿Te tienes que proteger de algo que es mentira cuando tu sabes que no lo eres? ¿Tienes que defender tu posición de ese insulto? ¿Tienes que demostrar que no eres lo que dice esa persona que eres? Si te defiendes o proteges, estás creyendo esa mentira y le estás dando un lugar que no corresponde, ni te hace bien. En mi caso, un insulto así le respondería. ¡Oh no me había dado cuenta, gracias por dejarme saber, reflexionaré al respecto! Y me retiro.

¿Cómo crees que esa persona reaccionaría si frente a un insulto reaccionaras como mencionamos en el último ejemplo?



29

Quiero que analicemos más estos conceptos desarrollados por el ego.

DEFENDER:
Según google defender significa guardar o proteger contra un ataque, un peligro o un daño.

Y por supuesto que debemos de protegernos de daños en este mundo que nos rodea lleno de ataques, sin embargo, cuando hablo de una actitud de defensa que proviene del ego, me refiero, a que muchas veces gastamos energía defendiendo creencias y actitudes que no tienen sentido, y a veces tenemos una actitud de defensa en contra de la vida, porque pensamos que el mundo de manera constante siempre nos está atacando, pero eso es simplemente una ilusión de nuestra mente en la que gastamos energía innecesaria. ¿Conoces alguna persona que siempre se está defendiendo sin nadie atacarla? ¿Crees que vale la pena vivir de esa forma?



DEMOSTRAR:

Es probar una cosa valiéndose del razonamiento o de las consecuencias que necesariamente se deducen de un principio evidente.

Cuando hablo de demostrar desde el ego, hablo de que muchas veces tu ego quiere demostrarte al mundo que eres importante, porque te hace creer la mentira de que no lo eres. Y siempre de manera inconsciente estamos buscando esa aprobación del mundo, NO NECESITAS APROBACIÓN, porque YA ERES IMPORTANTE, no necesitas demostrarle a nadie nada, porque YA ERES TALENTOSO, no necesitas que te digan lo lindo o lo lindo que eres porque YA ERES LINDO O LINDA. Si crees todo lo contrario a esto, le crees la mentira de tu ego.

28

REFLEXIÓN

¿Alguna vez te has defendido de algo, protegido de algo, ocultado de algo, o tratado de demostrar algo? ¿Por qué?

Todos lo hemos hecho, ahora reflexionemos en que...

¿Alguna vez te has defendido algo? ¿Por qué?

¿Alguna vez has te has protegido? ¿Por qué?

¿Alguna vez has ocultado algo? ¿Por qué?

¿Alguna vez has tratado de demostrar algo? ¿Por qué?

30



¡Investiguemos sobre el EGO!

Investiguemos cómo podríamos eliminar el ego de nuestras vidas y discútamoslo en la próxima clase.

32

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Entender el concepto del ego.



Capítulo 3

ENFRENTANDO EL MIEDO AL RECHAZO



Tiempo de la clase

15min	Exposición de la tarea
5min	Lectura comprensiva
12min	Conversación profunda
10min	Ejercicios

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes y leer la página 34, luego hacer los ejercicios de la página 34, 35, 36 y 37.

Conversaciones profundas:

Exponer experiencias en la que se han sentido rechazados.

ENTENDIENDO EL RECHAZO

El rechazo es una respuesta de desagrado o indiferencia que recibimos de los demás por diferentes motivos. Este puede sentirse como un evento de "vida o muerte", causando mucho malestar, tristeza, ira y preocupación en los adolescentes.

El mismo puede traducirse en críticas constantes, ataques, exclusión de ciertas actividades o burlas en bullying escolar, generando posibles episodios de estrés, ansiedad y depresión.

Algunos son rechazados por su color de piel, estatus social, desempeño académico, tipo de colegio, religión o cultura. Estos eventos de rechazo hacen que los jóvenes tomen diferentes roles. Unos actúan indiferentes, otros practican el rechazo directamente, otros los reciben en silencio y unos pocos hacen algo para cambiar.

EJERCICIO

Elige una escena en la que hayas presenciado rechazo hacia ti o hacia alguien. Evalúa qué rol tuviste. ¿Fuiiste el que rechazó o al que rechazaron? ¿Actuaste diferente o hiciste algo al respecto para detenerlo?

Considera: ¿Qué pensamientos crees que tuvieron las demás personas cercanas al evento? ¿Cómo se sintió la víctima?

¿Crees que el que actuó indiferente también es responsable?

34



En base a las tres preguntas anteriores: Construye un diálogo en pareja, en el que defiendas la importancia de promover el respeto, la tolerancia y el amor en los espacios educativos. ¿Qué sugerencias y recomendaciones también darías al respecto?

35

EJERCICIO DE HONESTIDAD:

¿A quiénes has rechazado en algún momento de tu vida?

¿Por qué crees que lo hiciste?

36

¿En qué momentos has sido tú la víctima?

¿Por qué te rechazaron?

37

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Pensamiento crítico sobre el miedo al rechazo.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

10min	Ejercicios
12min	Conversación profunda
10min	Debate

Inicio:

Comentar la tarea sobre los ejemplos que ellos escribieron de las páginas 36 y 37, y completar los ejercicios de las páginas 38 y 39.

Compartirlo en clase.

Asignación en clase:

Formular argumentos para la preparación de un debate, y compartir esos argumentos en un video.

¿En qué momentos actuaste indiferente?

¿Por qué no hiciste nada?

38

¿En qué momentos fuiste quien detuvo el evento y generó un cambio?

¿Qué te motivó?

39



¡Hagamos un DEBATE!

Imagina que eres un activista y elige un tema que te apasione, y ante el cual te gustaría elaborar un argumento de defensa, ej.: black people matters, abuso o violencia intrafamiliar, cuidado del medio ambiente, bullying escolar, cabello malo vs cabello bueno, etc.

40



¡Hagamos un video!

Basado en el argumento de defensa que elaboraste como activista, realiza un video y compártelo en tus redes.

Subelo en las RSSS de tus padres o tuya y menciona nuestras cuentas @aprendiendoar y @pensandouna el hashtag #filosofadevideoS EL VIDEO MAS CREATIVO lo subiremos en nuestra cuenta.

41

Competencias a desarrollar:

- ✓ Comunicación. Tendrán que expresar sus emociones y abrirse.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.
- ✓ Un proyector



Tiempo de la clase

15min Debate sobre el tema
5min Lectura comprensiva
12min Conversación profunda
10min Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes e iniciar lectura de la página 42.

Hacer ejercicio de ejemplos que comentamos en la página 43 y luego compartir esos ejemplos en la clase. (Motivar a que más estudiantes den ideas sobre límites a ofrecer).

Hacer grupos de 5 estudiantes para elaborar un protocolo de pautas para evitar el abuso escolar.

Y traer copias para difundir en todo el colegio.

Tarea:

Ver película Joy: el nombre del éxito y reflexionar en las preguntas de la página 45.

SER DIFERENTES

Ser diferentes no es malo. Es un enorme privilegio y regalo dado por Dios a cada individuo. Es la oportunidad para resaltar y ensanchar la diversidad del concepto de belleza. Es el camino para romper algunos paradigmas y derribar mentiras impuestas por la sociedad, como por ejemplo, que debes salir de una determinada manera para ser aceptado y para que te quieran.

Cuando no aceptamos ni abrazamos el hecho de ser diferentes, nos convertimos en títeres de los demás. Nuestra voz se apaga y nuestra alma y espíritu se apagan, hasta que llega el día en que ni siquiera podemos reconocernos.

Ahora bien, es importante que en el proceso de aceptar que somos diferentes, también aprendamos a poner límites y a convertirnos en agentes de cambio. De esta manera, evitamos recibir abusos y promovemos maneras sanas de interactuar con los demás.



42

DICIENDO “NO AL ABUSO”

Situaciones de rechazo	¿Qué límite o respuesta puedes ofrecer?
Un compañero de clases está recibiendo alaguna a la espalda y yo lo estoy escuchando	Checo, ya no quiero seguir escuchando esas chismes. Es momento de parar o bien, vuelviento a él para aclarar esos temas. No practiquemos lo que no queremos recibir.

43



¡Hagamos un PROTOCOLO!

Ejercicio: Elaboren en grupo un protocolo titulado “Pautas para evitar el abuso en las escuelas”, promoviendo el respeto y el uso de límites para detener el abuso. Luego, difundirlo a los demás cursos del colegio.

44



¡Veamos una película!

Joy: el nombre del éxito



Ver tráiler
escaneando código
QR

Para reflexionar

¿Cómo Joy enfrentó el rechazo?
¿Crees que es necesario enfrentar el rechazo para llegar al éxito?
¿Qué obstáculos tuvo que superar Joy para lograr sus sueños?
¿Qué fue lo que más te impactó de la película y el mensaje que te llevas?

45

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Aprender a decir que no.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Capítulo 4

APRENDIENDO LOS PRINCIPIOS DEL ÉXITO 4.0



Tiempo de la clase

5 min	Lectura comprensiva
10min	Proyectar película
10min	Ejercicios
12min	Conversación profunda

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes y leer la reflexión de la página 47.

Luego proyectar el primer episodio de la serie INSIDE BILL'S BRAIN.

Poner de tarea terminar de ver la serie para contestar las preguntas de las páginas 49 y 50.

LO QUE NO ES EL ÉXITO

El éxito es lo que tú defines como tal. Existen personas que utilizan la medida del dinero, fama, posición o conocimiento que poseen, mientras que otras lo relacionan con tener una familia, sentirse tranquilas y disfrutar de una vida con estilo minimalista.

Por eso, es tan relevante que no compres el concepto del éxito que ves en las redes, la televisión o en el vecino. Por ejemplo, para mí el éxito es saber que mi fe es mi fortaleza, que cuento con una familia, vivo de la carrera que me apasiona, puedo servir a otros y cuento con los recursos para gozar de una buena calidad de vida. Aunque mi cuenta pueda estar rebosada, mi éxito no está allí.

De hecho, si te das cuenta, grandes líderes que han cambiado el curso de la humanidad hablan de todo, menos de dinero. Ese no es su tema principal. ¿Por qué? Porque están ocupados en lo que realmente les hace sentir satisfechos: cultivar su pasión, servir a otros, atender problemáticas mundiales, desarrollar e impulsar tecnologías avanzadas, etc.

Increiblemente, cuando nos ocupamos de lo verdaderamente importante, el dinero viene como resultado natural del proceso.

Tu próxima tarea será ver el documental de Bill Gates que está en Netflix y responder las preguntas de la siguiente página.



47



¡VEAMOS UNA SERIE!

VER LA SERIE DE NETFLIX
INSIDE BILL'S BRAIN
Y RESPONDAMOS LAS SIGUIENTES PREGUNTAS...



Ver tráiler
escaneando código
QR

48

¿Quién es Bill Gates y a qué se dedica?

¿Qué problemas de la humanidad le preocupa a Bill Gates y por qué?

¿Cuál es el lenguaje de Bill Gates? ¿De qué le gusta hablar?

¿Qué te llama la atención de su actitud?

49

¿Qué crees que opina Bill Gates del éxito?

¿Qué formas de escape utiliza Bill Gates para reflexionar y profundizar en algún tema de interés?

¿Cuáles son los valores que rigen la vida de Bill Gates y por qué?

50

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Pensamiento crítico sobre las distintas definiciones de éxito que existen.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

10min	Reflexión película
18 min	Lectura comprensiva
15min	Ejercicios
1min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes para iniciar con la lectura de la página 51.

Luego hacer los ejercicios de las páginas 52 y 53.

Tarea:

Investigar sobre el poder de la influencia y compartirlo en la próxima clase.

Recomendar serie How to become a Tyran de Netflix (Cómo convertirte en un Tirano) y que puedan sacar conclusiones de esa serie sobre el poder de la influencia.

Hacer un video hablando de ese tema y mostrarlo en la proxima clase

¿QUÉ DEBES SABER ACERCA DEL ÉXITO?

1. Sea lo que sea que quieras lograr, no se obtiene nada bueno y duradero de la noche a la mañana. La persistencia y la paciencia son tus aliadas.
2. El camino al éxito no se transita sin el respeto ni la humildad.
3. Antes de ganar la confianza de los demás, debemos ganar su corazón primero.
4. La coherencia en tu hablar y accionar es tu carta de presentación más poderosa.
5. Solo podrías llegar más rápido, pero en equipo llegarás más lejos.



A continuación:

Con tus propias palabras escribe: ¿Qué crees que significan los cinco puntos anteriores acerca del éxito? Abunda en tus respuestas sobre cada uno ellos y compártelo en clases.

51

¿Cómo han impactado (positiva o negativamente) estas personas en tu vida?

¿En cuál área de tu vida (espiritual, emocional, académica, etc.) piensas que no tienes a una persona de apoyo?

¿A quién agregarías o quitarías de la lista y por qué?

¿Cuáles serían los primeros pasos para incorporar o retirar de la lista a esa persona?

53

TU círculo ÍNTIMO

Está compuesto por personas a las que recures cuando necesitas consejo, ánimo, confrontación o apoyo. Una de las mejores noticias es que:

Nosotros somos los que elegimos a nuestros amigos.

No podemos elegir a nuestros hermanos, padres, tíos o abuelos. Pero a nuestros amigos sí. La pregunta del millón: ¿Cómo y por qué estás eligiendo a tus amistades?

El impacto que ejerce el círculo íntimo en nosotros es enorme. Por eso, debemos ser cautelosos y sabios en la elección.

Permíteme apoyarte mientras respondemos las siguientes preguntas.

Haz una lista de las principales personas que conforman tu círculo íntimo. Escribe al lado de cada una de ellas, ¿Por qué están allí?

52



Investiga:

Investiga sobre el poder de la influencia. ¿En qué consiste y qué personas (cercanas o no) se han visto afectadas por las malas compañías?

Muéstranos tu investigación a través de un video.

Subelo en las RRSS de tus padres o tuyas y menciona nuestras cuentas @aprendiendo y @pensar Lisa el hashtag #HowtoBecomaTyran EL VIDEO MÁS CREATIVO GANARÁ RD\$2,000 en efectivo.

54

Competencias a desarrollar:

- ✓ Pensamiento crítico
- ✓ Creatividad.
- ✓ Investigación.
- ✓ Comunicación. Tendrán que expresar sus emociones y abrirse.
- ✓ Trabajo en equipo.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.



15 min
20 min
10 min
10min

Ver video última tarea
Lectura comprensiva
Ejercicios
Tarea

Inicio:

Hacer grupos de 4 compañeros y leer la página 55 y hacer los ejercicios de la página 56, siempre decirle a los estudiantes que se deben de comunicar con amor y respeto.

Hacer ejercicio de la página 58.

Y poner de tarea la página 57.

CUIDA TU IMAGEN

En este punto quiero dejar algo claro. Cuando hablo de cuidar tu imagen no me refiero a comprar cosas de marcas, tener el último iPhone o el mejor vehículo.

Cuidar tu imagen es reconocer que tu exterior también envía un mensaje a los demás. Si digo que "A otro no le debe importar cómo me visto" o pienso que "si no maestro mi escote o uso jeans ajustados no llamaré a la atención", existen altas probabilidades de que el otro no me tome en serio, sospeche de mi interés o reciba un mensaje equivocado.

Cuando cuidamos nuestra imagen también guardamos nuestras labores. Te pongo un ejemplo: En mis terapias y capacitaciones me gusta utilizar colores y estilos que no sean tan llamativos. ¿Por qué? Porque no quiero desviar la atención de las personas y porque deseo que se enfoquen más en el mensaje que llevo. Así de simple y poderoso.

Tu imagen también demuestra tu respeto hacia los demás. A lo largo de tu vida entrarás a escenarios en donde no se ve bien ciertos códigos de vestimenta. Desde nuestra rebeldía podríamos decir: "No me importa lo que o'gan, esa soy yo", pero realmente estaríamos muy lejos de actuar con respeto en esos casos.

Y a ti chica y chico, permíteme decirte esto:

No te busques un novio/a (a) que solo te quieran porque te vistes de forma provocativa.

Tu cuerpo es un regalo de Dios. Guárdalo y cuidalo. Si pienso que en un trabajo o en la vida en general eso es lo más importante, será tratado como un objeto que hay que usar.



55

EJERCICIO:

¿Cómo describes tu imagen? ¿Qué tipo de ropa usas? ¿Cómo son tus posturas y tus gestos?

Pregúntale a cuatro compañeros: ¿Qué mensajes indirectos envía tu imagen?

Evalúa qué cosas quieres transmitir a través de tu imagen de forma intencional: Ej. Respeto, prudencia, sencillez, honra, dignidad, etc.

56



Elabora un COLLAGE:

Ahora, elabora un collage con imágenes de personas que representen el nuevo estilo que quieres llevar.
¡PUEDES PRESENTARLO EN POWER POINT EN LA PRÓXIMA CLASE!

57

EJERCICIO: SIRVE

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

Servir a los demás es uno de los mejores antidotos para evitar el egoísmo, el papel de víctima y la comparación.

Mientras hoy tienes el privilegio de leer este material y tener un techo en donde vivir, millones en el mundo sufren por no tenerlo. No necesitas ser un experto en el servicio. Solo requieres tener un corazón dispuesto y un poco de creatividad y valentía.

Elabora una lista de problemas que te duelen de tu sociedad. ¿Cómo podrías ayudar a erradicarlos o a disminuirlos? Identifica si hay alguna causa social en la que puedas participar.

58

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Que los estudiantes aprendan a cuidar su imagen

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



15 min
20 min
10 min

Presentar tarea a la clase
Lectura comprensiva
Ejercicios

Inicio:

Hacer grupos de dos estudiantes y hacer las lecturas de la página 59, 60 y 61.

Hacer el ejercicio de la página 59 y contestar las preguntas de la página 60.

Tarea:

CREA TU PROPIA MARCA PERSONAL Y PRESENTALA EN LA PRÓXIMA CLASE.

MI MARCA PERSONAL

Muchas veces podemos pensar que las personas que tienen marcas personales son personas famosas, que han desarrollado algún talento, producto o servicio y por ello se dan a conocer. Por ejemplo, cómo: actores y actrices, grandes empresarios, cantantes reconocidos, o atletas de los diferentes deportes que consumimos. ¿Puedes mencionar algunos?

Me imagino que sí, la verdad que estoy segura que te vienen a la mente algunos nombres, estas personas tienen marcas personales muy reconocidas, sin embargo, no son los únicos que tienen.

Según Wikipedia, la **marca personal**, es la huella que dejamos en los demás y la gestión de esa huella es lo que se conoce como **marca personal**. Lo creas o no, ¡TODOS TENEMOS UNA MARCA PERSONAL! De alguna u otra forma nuestros talentos se destacan y la forma en que nos comunicamos con los demás y el mundo que nos rodea es esa huella que dejamos en el mundo.

EJERCICIO EN LA CLASE:
Elijan un estudiante y la clase describirá los talentos que se pueden destacar fácilmente su personalidad, su forma de ser y su forma de relacionarse con los demás.

La diferencia de las marcas personales reconocidas y las no tan reconocidas es que algunas se han enfocado en mostrar su talento al mundo y monetizarlo, ¡Y créeme, tu también lo puedes hacer!



59

¡CREANDO MI PROPIA MARCA PERSONAL!

Ya que conocemos un poco de diferentes marcas personales, elige un tema de algún contenido que te guste, puede ser algún deporte, arte, moda, música y hagamos el siguiente ejercicio.

1. Busca 5 diferentes contenidos de tu tema a tratar. Como por ejemplo, si hablarás de moda: colores de tendencia, la piezas cómodas, cómo usar una pieza con 5 combinaciones, etc.
2. Graba un video dando tips de tu tema.
3. Tirate fotos enseñando tu contenido, para mostrarlo en la próxima clase
4. ¿Qué valores promoverás?
5. ¿Cómo monetizarás tu marca personal?
6. ¿Qué huella dejará tu marca en el mundo?

Presenta tu proyecto de marca personal la próxima clase y el nombre de usuario que utilizarás para presentarte ante el mundo.



61

CONOCIENDO TALENTOS

Hay un sin número de cosas que nos pueden gustar, y existen muchas personas hablando de eso por muchos medios.

A mí por ejemplo, me gusta la naturaleza y paisajes hermosos alrededor del mundo, la fotografía, la danza, el acroyoga, cocinar recetas saludables, la decoración.

Cuando uso las Redes Sociales me enfoco en seguir cuentas de valor que me ayuden a aprender cosas que vayan acorde a mis intereses. ¡Y quiero invitarte a que hagas lo mismo! Busca a través de Hashtags cosas que quisieras aprender, ¡Y sigue cuentas de valor!

EJERCICIO:

Busca un influencer de contenido de valor que te guste por el tema que habla en sus Redes Sociales y presenta su cuenta en la próxima clase, y cuéntanos:

1. ¿Por qué te gusta esa marca personal?
2. ¿Qué has aprendido de él o ella?
3. ¿Qué vende?
4. ¿Qué valores promueve?
5. ¿Cuál es su personalidad?
6. ¿Qué huella está dejando en el mundo?
7. ¿Qué te gustaría imitar?



60

Competencias a desarrollar:

- ✓ Creatividad
- ✓ Crear una marca personal
- ✓ Trabajo en equipo.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Dividir el salón en dos grupos y luego hacer grupos de dos estudiantes para las fotografías.



Capítulo 5

CULTIVANDO MI CRECIMIENTO ESPIRITUAL



Tiempo de la clase

5 min	Lectura Comprensiva
15 min	Actividad grupal
20 min	Conversación profunda
5 min	Tarea

Inicio:

Iniciemos la clase haciendo grupos de dos estudiantes la lectura de la página 63 y luego respondamos las preguntas de la página 64.

Conversaciones profundas:

Hacer estas preguntas para iniciar conversaciones profundas:

¿Por qué es importante que tengamos fe?
¿Cómo creen que podemos tener más fe?
¿Conoces personas o personajes de historias que no sueñan?
¿Qué pasa con las personas que no sueñan?
Vamos a compartir todos nuestros sueños.

Tarea:

Dejar tarea de la página 65 y 66, debatir temas en la próxima clase.

SOMOS CUERPO, MENTE Y ESPÍRITU

No somos solo un cuerpo de carne y hueso, también somos espíritu. De esta dimensión sale todo aquello que no podemos medir ni capturar con facilidad, pero que sin él, sería imposible trascender y dejar un legado más allá de nosotros mismos.

Por ejemplo: El amor no podemos ubicarlo en una zona específica de nuestro cuerpo, sin embargo, si podemos ver su manifestación. Tampoco podemos ubicar o medir la bondad o la fe, y no por eso, ellas no existen.

Al contrario, los que somos creyentes reconocemos que nuestra dimensión espiritual es el punto principal de conexión entre nosotros y Dios. Gracias a este, gozamos de una intimidad y cercanía con nuestro Padre Celestial que nos permite vivir en gozo, paz y libertad, a pesar de las circunstancias.

Otros eligen cultivar su dimensión espiritual de maneras distintas. Sin embargo, de lo que no hay duda es que todo ser humano necesita alimentar su vida espiritual.

Yo la llamaría como el wifi del celular. Lo que le da luz a nuestra vida.



63



¡Lectura COMPENSIVA!

Lee los primeros cinco capítulos del libro "Una vida con propósito" y responde:
¿Qué no sabías de esto antes?
¿En qué consiste nuestra vida, según el autor?
¿Qué cosas tienen sentido para ti y cuáles no?
¿Qué hábitos quisieras incorporar después de esta lectura?
¿Con cuáles puntos no estás de acuerdo y por qué?

64



DEBATE:

En base a las preguntas anteriores, dividan el aula en dos grupos. Unos a favor y otros en contra de la opinión del autor. Discutan el por qué sí o por qué no comparten la visión del autor. ¿Cuál de los dos equipos presentó mejor defensa y por qué?

65

EJERCICIO:

Observa el siguiente video escaneando el Código QR:

Responde a las siguientes preguntas:



¿Qué te gusto o no del video?

¿Por qué es importante para un joven cultivar su vida espiritual?

66

Competencias a desarrollar:

- ✓ Pensamiento crítico sobre mi espiritualidad
- ✓ Comunicación. Tendrán que expresar sus emociones y abrirse.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.



Tiempo de la clase

20 min	Debate
20 min	Asignar película
20 min	Conversación profunda

Inicio:

Iniciemos dividiendo el salón en dos e iniciando el debate sobre los argumentos que dejamos de tarea.

El maestro debe de ser el moderador del debate.

Tarea:

Ver Película La Cabaña.

¿Cuáles son las consecuencias de no cultivarla?

¿A qué retos se refiere el chico del video?

En base a todo lo aprendido, ¿Cuáles nuevos compromisos y hábitos deseas incorporar en tu vida espiritual y por qué?

¿Con quién puedes compartir estas nuevas experiencias?

67



¡Veamos una película!

The Shack o La Cabaña



Ver tráiler
escaneando código
QR

Para reflexionar:

¿Qué fue lo que más te impactó de esta película?
¿Cambió tu perspectiva sobre Dios y el crecimiento espiritual?
¿Qué mensaje de lo aprendido quieres llevar contigo siempre?

68

Competencias a desarrollar:

- ✓ Pensamiento crítico sobre espiritualidad
- ✓ Comunicación. Tendrán que expresar sus emociones y abrirse.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.



Capítulo 6

CONOCIENDO Y GESTIONANDO MIS EMOCIONES 5.0



Tiempo de la clase

10 min	Comentar película
2 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en clase
5 min	Conversación

Inicio:

Iniciemos la clase haciendo grupos de dos estudiantes, y comentar las preguntas de la película asignada.

Si hay tecnología dentro del salón asignar a los estudiantes llenar las definiciones de la página 71 (sino dejar de tarea).

Luego contestar los ejercicios de las páginas 72 y 73 y compartir con un compañero de clase.

Conversaciones profundas:

Compartir en clase las reflexiones de la página 72 y 73.

Tarea:

Hacer actividad de la página 74.

MIS EMOCIONES

Una emoción es una respuesta o reacción psicofisiológica ante la aparición de ciertos estímulos, objetos, eventos o personas.

Las emociones son parte de nuestra humanidad. Ante su ausencia, no podríamos experimentar la vida desde todos sus matices, y actuaríamos como robots, sin sentimientos.

Nuestra primera clase de inteligencia emocional fue impartida por nuestros tutores o padres. Ellos nos enseñaron el significado y modo de expresar cada una de ellas.

Sin embargo, en ocasiones, ese aprendizaje pudo haber tenido algunas carencias. Por ejemplo: Nos dijeron que no podemos mostrar el miedo, que no debemos estar tristes o que el otro no le interesa cómo me siento.

Por consiguiente, cuando crecemos, escondemos nuestra tristeza, callamos nuestros temores y nos alejamos de las personas porque entendemos que no somos importantes para ellos.

Callar, reprimir, enmascarar o ignorar una emoción es convertirse en una bomba de tiempo. Eventualmente vas a explotar, y no de buena manera.

Reconoce que tus emociones son importantes. Y saber expresarlas a tiempo es un método preventivo para cuidar de nuestra salud integral y velar por nuestras relaciones.

Expresar nuestras emociones no es justificar el maltrato hacia los demás o hacia nosotros mismos.

Repite conmigo esta afirmación:

ME PERMITO EXPRESAR MIS EMOCIONES DE MANERA RESPONSABLE.

70



AHORA, DESCRIBE CADA UNA DE LAS SIGUIENTES SITUACIONES Y ESCRIBE AL LADO SI CONSIDERAS QUE LAS EXPRESASTE DE FORMA SANA.

Describe una situación en la que hayas sentido miedo en tu vida.

Describe una situación en la que hayas sentido ira en tu vida.

Describe una situación en la que hayas sentido asco en tu vida.

72

EJERCICIO: INVESTIGA EL SIGNIFICADO DE LAS SIGUIENTES EMOCIONES

Miedo:

Ira:

Vergüenza:

Tristeza:

Alegría:

71

Describe una situación en la que hayas sentido sorpresa en tu vida.

Describe una situación en la que hayas sentido tristeza en tu vida.

Describe una situación en la que hayas sentido alegría en tu vida.

¿Con cuál de estas emociones te sientes más identificado y por qué?
Comparte con un compañero.

73

LLEVEMOS UN DIARIO DE EMOCIONES

DÍA DE LA SEMANA	DESCRIBE LA SITUACIÓN	EMOCIÓN PRESENTE	¿QUÉ HICISTE?	¿QUÉ PUDISTE HABER HECHO DIFERENTE?

74

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Pensamiento crítico sobre nuestras emociones.



Tiempo de la clase

30 min Role Play
2 min Tarea

Juguemos:

Hacer grupos de dos y que los estudiantes identifiquen un tema por el cual quiere debatir, y que uno de los estudiantes creen dramatizaciones sobre un tema donde se sientan molestos y airados, mientras que su compañero lo aconseje sobre cómo maneje el tema y sus emociones.

Que todo el salón en grupos de dos elija un tema, algunas ideas pueden ser:

Religión o ateísmo
Política
Deportes
Delincuencia
Cambio Climático
Pobreza

Conversaciones profundas:

¿Por qué es importante comunicarnos con respeto y amabilidad?

Tarea:

Hacer ejercicio de la página 77.

ROLE PLAY

Elige un compañero e identifiquen un tema sobre el cual quieren debatir. Uno de ellos se mostrará airado, intolerante e irrespetuoso. El otro, mostrará amabilidad, respeto y calma mientras debaten sobre el tema. El reto es evitar ser arrastrado por las emociones del personaje A.

Personaje A

Personaje B

75

¿Qué emociones experimentaste desde tu rol?

¿Qué enseñanzas te llevas del ejercicio para tu vida diaria?

ENTRE GRUPOS:
Dividen los estudiantes en varios equipos, conversen sobre los beneficios que trae el comunicarnos con respeto y amabilidad.

76

INVESTIGA SOBRE EMOCIONES NEGATIVAS Y POSITIVAS

Investiga si existen o no emociones negativas y positivas. En caso afirmativo, ¿Cuáles son negativas o positivas, y por qué? Explica en detalle.

77

Competencias a desarrollar:

- ✓ Comunicación
- ✓ Creatividad
- ✓ Trabajo en Equipo

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.



Tiempo de la clase

20 min Ejercicio
25 min Asignación en clase

Inicio:

Hacer grupos de dos para la actividad de la página 78 y luego hacer los ejercicios de la 79 y compartir las reflexiones con el salón de clases.

A continuación, desglosa siete emociones positivas que consideras que son indispensables mostrar tanto en el área académica como personal, y luego, elabora una reflexión sobre el tema para compartir en el aula.

78

CUIDA TU DIÁLOGO INTERNO

Tú eres la persona con la que más conversas cada día.

Por lo tanto, todo lo que te digas, bueno o malo, tendrá un efecto en tu estado de ánimo, aprendizaje, metas y relaciones que sostengas.

Ejercicio:
¿Cómo sueles hablarte a ti mismo? ¿Eres bondadoso o duro en tus palabras?



Imagina que estás preparando una receta en la cocina, y las palabras que usas son los "ingredientes". ¿Cómo luciría tu pastel y por qué?



Finalmente, ¿Qué palabras u oraciones quieres cambiar de tu vocabulario? ¿Cuáles otras nuevas utilizarías?



79

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Comprender cómo nos hablamos a nosotros mismos.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Capítulo 7

INICIANDOME EN EL MERCADO LABORAL



Tiempo de la clase

4 min	Lectura comprensiva
5 min	Asignación en clase
5 min	Lectura comprensiva
20 min	Conversación

Inicio:

Iniciemos la clase haciendo grupos de dos estudiantes, y leyendo en voz alta la lectura de la página 81 y luego contestando las preguntas de la página 82 y compartir las respuestas con el compañero de al lado.

Luego seguir leyendo la página 83

Conversaciones profundas:

Compartir en clase las reflexiones de la página 83 y 84.

¿POR QUÉ QUEREMOS INICIARNOS EN EL MERCADO LABORAL? ¿POR DINERO?

El dinero es un medio de intercambio, por lo general en forma de billetes y monedas, que es aceptado por una sociedad para el pago de bienes, servicios y todo tipo de obligaciones. Su origen etimológico nos lleva al vocablo latino *denarius*, que era el nombre de la moneda que utilizaban los romanos.

El dinero cumple con tres características básicas: se trata de un medio de intercambio, que es fácil de almacenar y transportar, es una unidad contable, ya que permite medir y comparar el valor de productos y servicios que son muy distintos entre sí, y es un refugio de valor, que posibilita el ahorro.

El desarrollo del dinero permitió la expansión del comercio a gran escala. En la antigüedad, el trueque era el sistema comercial por excelencia: se intercambiaban los productos entre sí (manzanas por trigo, vacas por maíz, etc.), lo que dificultaba la fijación del valor y el transporte. En cambio, con el dinero, el comercio se simplificó.

Cabe destacar que el valor del dinero no se encuentra en el papel del billete o el metal de la moneda específica, sino que surge a partir del aval y la certificación de la entidad emisora (como el Banco Central). Es importante tener en cuenta que el dinero funciona por un pacto social (es aceptado por todos los integrantes de la sociedad).

En la actualidad, el dinero puede crearse de acuerdo a dos procedimientos: el dinero legal, que es aquel creado por el Banco Central a través de la impresión de billetes y la acuñación de monedas, y el dinero bancario, desarrollado por los bancos privados mediante anotaciones en las cuentas de los usuarios.



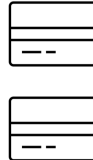
81

EL VALOR ABSTRACTO DEL DINERO

En nuestra era el dinero ha cobrado una importancia nunca antes imaginada, hemos llegado a un punto de dependencia absoluta de él, de modo que sin él no es posible vivir en sociedad. Lamentablemente esta tendencia solo parece consolidarse con el correr de los años y trae encadenada una pérdida absoluta de los valores morales y sobre todo el sentido de pertenencia con nuestros pares. Tal es así, que hemos dejado de confiar en la hospitalidad y de brindarla, porque sin dinero no puede obtenerse nada.

Muchas personas aseguran que el dinero es una especie de dios. El ser humano ha aprendido a depender tanto de él que incluso es capaz de dejar de lado sus principios con tal de obtener más dinero, puede robar, matar, abandonar, etc. Además, se ha construido un sistema en el que la palabra necesidad se le ha otorgado un valor irreal, y en esa clasificación han entrado bienes que claramente no son de primera necesidad.

De todas formas, algunas personas que son verdaderamente conscientes del daño que esta dependencia absoluta del dinero provoca, intentan salirse del sistema, promoviendo actividades comunitarias que puedan colaborar con mejorar la calidad de vida de todos los habitantes y sobre todo motivar a la gente a relacionarse y preocuparse por las necesidades de los otros. Además el trueque se está poniendo nuevamente de moda y permite que las personas intercambien ciertos objetos que ya no le hacen falta por otros que sí necesita. De este modo, no hay objetos arrojados en un cuarto y las personas pueden obtener aquello que les hace falta aun si no tienen dinero para adquirirlas.



83

¿Qué has aprendido en tu casa sobre el dinero?

¿Qué emociones has experimentado en situaciones que tengan que ver con dinero?

82

Es importante señalar por último que la dependencia emocional del dinero no solo provoca los problemas ya explicados sino que además tiene una consecuencia mayor, la infelicidad (que se ha vuelto moneda corriente en nuestras sociedades).

La gente que no puede alcanzar sus expectativas salariales o que no tiene acceso a aquellas cosas que desea, se siente frustrada, desanimada y triste y esto hace que pierda el incentivo para trabajar y vivir.

¿Qué sucede si el sentido de la vida de un ser humano gira en torno al dinero?

¿Por qué crees que existen personas que relacionan el dinero con la felicidad?

84

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Comprender cómo funciona el dinero y las emociones que muchas veces brinda a la sociedad.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

10 min Lectura comprensiva
20 min Asignación en clase
5 min Conversación

Inicio:

Hacer grupos de dos para la lectura de la página 85 y 86 y contestar el ejercicio de la página 86.

Conversaciones profundas:

¿Qué piensan sobre la lectura de La Felicidad y el Dinero?
¿Conocen personas cercanas que piensan que el dinero da felicidad?
¿Qué consejo le darías a alguien que piensa que su felicidad depende del dinero?

Asignación en clase:

Hacer grupos de dos para la lectura de la página 87 y 88 y contestar el ejercicio de la página 88.

EL DINERO Y LA FELICIDAD

La felicidad es un estado, y el dinero es un recurso.

La falta de dinero provoca estados de ánimo en los seres humanos que, están más relacionados con carencias emocionales que al dinero mismo.

Puedes muchas veces por querer sentirte aprobado por los demás, quieres demostrar que tienes cosas que se pueden comprar con dinero, y sientes un apego tóxico a lo que el dinero puede dar.

Por eso es importantísimo que tengamos una identidad clara de quienes somos, de los valores que rigen nuestra vida, y lo que queremos darle al mundo de nosotros. Si no tenemos claro esto, siempre viviremos según las expectativas de los demás, llevaremos una vida creada de acuerdo a la conciencia de otros, y no conforme a nuestra propia vida. ¡Estoy segura que no quieres vivir así!

Imaginate que puedas liberarte de demostrarle siempre algo a los demás, que centres tu vida en valores y en tu propósito, y que el dinero pase a ser un recurso totalmente independiente de tu felicidad o tus estados emocionales.

Eso es sano. Nuestras emociones y nuestra vida no pueden depender de nada que no podamos controlar, de cosas externas.

Por tal motivo, es fundamental que hagamos conciencia de esto y que separemos todo lo tóxico que hayamos aprendido con respecto al dinero para que podamos tener una relación sana con el mismo.



85

INICIANDOME EN EL MERCADO LABORAL

Cuando tenemos en la mente un fin relacionado a obtener un logro que involucre el dinero, crear un plan nos ayudará a hacerlo realidad.

Estas son algunas ideas que pueden orientarte a tener una meta clara en tu mente: comprarte una laptop, un celular, ahorrar el inicial de un vehículo para cuando salgas del colegio, institución académica o escuela, irte de vacaciones a un país que quieras visitar, pagar un programa académico que te guste o inclusive pagar tu propia universidad.

Cuando logres proponerte un fin o una meta, y ponerte de acuerdo con tus padres, elabora un plan de acción para que esas metas se hagan realidad.

Normalmente las opciones que tenemos para ganar dinero a tu edad son dos:

1. Conseguir un empleo
2. Vender algún producto o servicio

Cada una de estas opciones cuenta con ventajas y desventajas, por ejemplo: el empleo te puede proporcionar un ingreso fijo y vender algún producto o servicio te proporcionará ingresos variables.

Tu elección dependerá de lo que quieras en el momento, pero como este tema se llama INICIANDOME EN EL MERCADO LABORAL, te daremos algunos tips que te ayudarán en este proceso.



87

Sabemos que el dinero es importante y necesario, nos permite satisfacer nuestras necesidades básicas, como el alimento, vestimenta y vivienda.

La carencia de este para cubrir nuestras necesidades puede provocar situaciones de estrés, frustraciones o ambientes llenos de tensión.

El problema de muchos seres humanos es que se enfocan más en el problema que en la solución y cuando hay carencias, las agudizan más de lo que son en vez de buscar soluciones que apoyarán estas carencias.

Así pues, es de suma importancia que desarrollemos la fortaleza emocional y las habilidades de emprendimiento que necesitamos para que estas frustraciones no lleguen a nuestra vida. Es indispensable que podamos de cualquier forma creativa y emprendedora cubrir nuestras necesidades en caso de que los ingresos que adquirimos hasta el momento no la suplen.

Sé que aún eres muy joven y que tal vez no tienes tantas responsabilidades económicas, pero lo que quiero enseñarte es que en vez de ser parte del problema económico que puede presentarse en cualquier hogar, seas parte de la solución y logres desarrollar tus habilidades creativas y de esa manera contribuir a cubrir de manera positiva tus necesidades y las de tu hogar.

¿Has experimentado emociones tóxicas referentes al dinero? ¿Cómo podría mejorar esa emoción frente a la misma situación? Comparte con un amigo.



86

Define tu valor actual en el mercado de trabajo

A tu edad debes de tomar en cuenta que tu valor en el mercado laboral se definirá por tus habilidades, conocimientos y capacidades, porque normalmente a tu edad no se tiene mucha experiencia, por ello debes destacarlas de una manera profesional y creativa.

Según tus talentos y habilidades es fundamental que puedas tomar cursos a fines con las áreas en la que quieres desarrollar tus habilidades dependiendo de las cosas que te gusten:

Por ejemplo:

Si te gusta el arte, tomar cursos de diseño gráfico.
Si te gustan las ventas, tomar cursos de servicio al cliente o ventas.

Si te gustan los números, tomar cursos de administración financiera o contabilidad.

Si te gustan las redes sociales, puedes tomar cursos de Creación de Contenidos, Marketing Digital.

Si te gusta la tecnología, puedes tomar cursos de creación de páginas web o aplicaciones móviles.

En fin en este tiempo puedes aprender de todo hasta por Youtube, así que te invito a que pienses en esos conocimientos extracurriculares que debes adquirir para poder hacer un buen currículum que te ayudará a iniciarte en el mercado laboral.

Según tus intereses ¿Qué cursos puedes tomar para iniciarte en el mercado laboral? Comparte con un amigo.

88

Competencias a desarrollar:

- ✓ Entender el concepto de dinero que muchas veces compramos de la sociedad.

Materiales:

- ✓ Una mascota para escribir.
- ✓ O guía Aprendiendo a Soñar impresa.

Tarea de investigación:

Hacer 5 grupos para dividir los temas de la página 91 que se presentará en la próxima clase.

Y asignar la actividad de la página 92 de tarea, esto debe de ser enviado al maestro y el maestro presentará los mejores en la próxima clase.

Aquí te compartiré algunas preguntas que te ayudarán a identificar mejor tus fortalezas para incertiarlas en tu CV (Curriculum Vitae) investigar que es.

¿Qué conocimientos, habilidades y experiencia a través de mi formación puedo ofrecer?



¿Qué cualidades, de las que me hacen destacar sobre los demás, puedo ofrecer en un puesto de trabajo?



¿Qué capacidades de las que poseo son las más solicitadas en las ofertas de trabajo?



¿En qué soy realmente bueno/a?



89

¿Qué experiencia adquirida en mi vida cotidiana y en mis actividades de tiempo libre podría aplicar en un puesto de trabajo?



¿Qué es lo que la gente suele apreciar de mí, aquello por lo que suelen elogiarme?



¿Qué tipo de formación me ayudaría a mejorar mi posición en el mercado laboral?



90



Investiguemos sobre diferentes plataformas digitales que te pueden ayudar a conseguir empleo.

Dividan los temas a grupos de estudiantes en el salón y expóngalos en la próxima clase.

- ✓ Teletrabajo
- ✓ Cómo hacer un currículo de impacto
- ✓ Plataformas digitales para buscar empleo
- ✓ Tips para una entrevista de trabajo
- ✓ Plataformas digitales para vender servicios o productos.

91



Hagamos nuestro CV

Investiguemos sobre cursos online gratis que podamos hacer a través de plataformas educativas para agregarlos a nuestro CV.

Con lo aprendido de este capítulo, y con los cursos tomados, diseña tu Curriculum Vitae o Hoja de Vida con la página web www.canva.com y preséntala en la próxima clase.

92

Competencias a desarrollar:

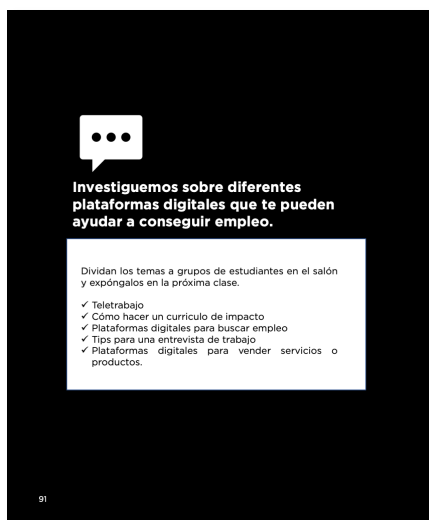
- ✓ Hacer un CV de impacto y ver herramientas gratuitas para incrementar sus conocimientos

Materiales:

- ✓ Uso de la herramienta www.canva.com



Día de la presentación en grupos de 5



Pregunta final para conversar:

¿Qué ha sido lo que más les ha gustado de lo aprendido? ¿Por qué? Maestro debe presentar los CV más creativos que les enviaron y comentar porqué los eligió.



Capítulo 10

LEGADO



Tiempo de la clase

10 min Ver video
20 min Asignación en clase
5 min Conversación

Inicio:

Hacer grupos de dos para ver el video escaneando el código QR y contestar las preguntas de la página 94 y 95

Hacer ejercicios de las páginas 96, 97, 98 y 99 y compartir las respuestas con el compañero de al lado.

DISFRUTA UN DEJAR UN LEGADO

Ver el siguiente video escaneando Código QR:



¿En qué parte de la línea te encuentras?

--

Investiga: ¿Qué es y qué no es un legado y conversen en clases sobre el tema.

--

94

Identifica ¿Cuáles sucesos han sido los más dolorosos de tu vida?

--

Escribe ¿Cuáles han sido los eventos más satisfactorios y por qué?

--

Mirando hacia atrás, ¿Cómo puedes unir ambas experiencias para inspirar o ayudar a otros?

--

95

Define: ¿Cómo quieres que luzca tu legado en acciones?

Alguien que ayudó a los necesitados

96

¿Quiénes deseas que sean tus modelos a seguir?

¿Por qué los eliges?

97

Identifica los talentos y conocimientos que posees y puedes aportar a otros

¿Quién podría necesitarlos?

98

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Pensamiento crítico sobre la importancia del legado.

Escribe un listado de causas sociales o fundaciones a las que quieres apoyar

¿Por qué quieres ser voluntario?

99

Elabora una carta:

Elabora una carta en la que escribas el legado o huella que quieres dejar en esta tierra. Al finalizar, imprime la hoja, pon tempera en uno de tus dedos y estampa la hoja con él. Luego, comparte tu discurso frente a todos tus amigos de clases.

Ubica la carta en un lugar que puedas ver todos los días

100

¡Veamos una película!

Woodlawn

Ver tráiler
escaneando código
QR

Para reflexionar:
¿Dónde se encontraba la identidad de Tony al inicio de la película?
¿Cuál fue el propósito de vida de Tony?
¿Qué papel juega Hank el predicador en esta historia? ¿Existe un Hank en tu vida?
¿Cómo inspiró Tony a todos a su alrededor?
¿Qué tenía Tony que no tenían los demás?
¿Cuál fue el legado que dejó el entrenador Tandy?
¿Cuándo el entrenador lo despidieron de su trabajo, crees que valió la pena? ¿Por qué?

101

Competencias a desarrollar:

- ✓ Conciencia sobre el legado

Materiales:

- ✓ Guía aprendiendo a soñar.

Tarea:
Dejar de tarea el ejercicio de la página 100 y la película de la página 101.



Capítulo 9

LOS RIESGO DE COMPARARME



Tiempo de la clase

10 min	Comentar tarea
20 min	Asignación en clase
5 min	Conversación

Inicio:

Hacer grupos de dos y leer la página 103.

Luego hacer los ejercicios de las páginas 105 y 106 y comentar en clase.

Tarea:

Dejar de tarea el ensayo de la página 104.

CUANDO TE COMPARAS

Cuando te comparas:

1. Empiezas a descalificar o subestimar tu vida, tus logros y lo que eres.
2. Cultivas malas actitudes, como la envidia y los celos.
3. Tu autoestima se debilita.
4. Te desenfocas de tus fortalezas.
5. Dejas crecer porque tienes tu mirada puesta en alguien más.
6. Las posibilidades de que sufras de ansiedad o depresión aumentan.
7. Pierdes de vista los regalos, privilegios y oportunidades que Dios ha dispuesto para tu vida.



103

Identifica a tres famosos que hayan sido arrastrados por la corriente de la comparación y cuáles experiencias atravesaron a raíz de ella. Elabora un PPT para explicarlo.

¿Con cuáles personas te has comparado tú y qué emociones experimentas cuando lo haces?

105



Elabora un ensayo:

Elabora un ensayo sobre la influencia que tienen las redes sociales en la vida de los jóvenes y por qué.

104

EJERCICIO

Elabora un FODA personal. Identifica tus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.

¿Qué palabras de ánimo y de afirmación podrías decirte sobre tus fortalezas?

¿Cómo podrías aprovechar tus oportunidades?

¿De qué forma puedes mejorar tus debilidades?

¿Cómo deberías cuidarte de las amenazas presente?

106

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Hacer consciencia sobre los riesgos de compararte con los demás.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

25 min Asignación en la clase
20 min Conversaciones profundas

Inicio:

Hacer grupos de dos y hacer la actividad de la página 107.

Para el maestro:

Seleccionar algunos estudiantes para que compartan sus consejos con el resto de la clase.

PSICÓLOGO POR UN DÍA

Imagina que alguien va a tu consulta muy triste y te confiesa que vive todo el día comparándose con una amiga. ¿Cómo la ayudarías? ¿Qué le aconsejarías? ¿Qué libros o lecturas le recomiendas? ¿Qué palabras de ánimo incluirías?



107

Competencias a desarrollar:

- ✓ Conciencia sobre la comparación.

Materiales:

- ✓ Guía aprendiendo a soñar.



Capítulo 10

MI MAPA DE VIDA



Tiempo de la clase

10 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en clase
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos y leer la página 109, luego hacer los ejercicios de las páginas 110, 111, 112, 113 y que los estudiantes compartan sus respuestas con la clase.

TODO EMPIEZA CON TUS SUEÑOS

Un sueño nos da la dirección de nuestro viaje al éxito, y no hablo de lo que sueñas al dormir, me refiero a lo que tu imaginación puede ofrecerte si no la limitas.

Toda creación, todo invento, todo gran proyecto que hoy puedes ver con tus ojos, como por ejemplo, cuando prendes con el interruptor la luz de tu habitación, nació de la imaginación de alguien en un momento determinado de la historia.

Por ello es importantísimo que aprendas a soñar y entiendas que los sueños se hacen realidad y que son la brújula que te dará la dirección de tu viaje al éxito.

En el camino de los sueños, siempre se interponen obstáculos, habrá personas que no creen en ellos, que te dirán que son difíciles de lograr, pero no le hagas caso, ¡lograrás todo lo que sea que te propongas en la vida!.

No discutas con ese tipo de personas, simplemente, no les cuentes tus sueños y aliméntate de historias de personas que sí han logrado sus sueños.

Debes de ser fuerte y creer en ti y en tus sueños, porque no serán fáciles de lograr, pero si valdrá la pena luchar por ellos, pues si están en tu corazón fue que Dios los puso allí y también cree en ellos.



109

Haz una lista de 30 sueños que quieras que se realicen, escríbelos y compártelos con tu compañero de al lado.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____
21. _____
22. _____
23. _____
24. _____
25. _____
26. _____
27. _____
28. _____
29. _____
30. _____

110

Pregúntale a tus padres cuáles son sus sueños, y piensa qué podrías hacer tu para apoyarlos a que sus sueños se hagan realidad

ELIGE 4 OBJETIVOS QUE TE GUSTARÍA LOGRAR ESTE AÑO:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

111

Describe lo que tienes que hacer de manera constante para lograr esos objetivos que te propusiste este año.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

112

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Darle inicio a la planificación de mi diseño de vida.

Tarea:

Hacer un mapa de sueños y presentarlo en la próxima clase según la descripción de la página 114.

Puedes decirles que busquen en youtube ideas de como hacer uno creativo.

Haz una lista de los recursos tangibles y no tangibles que dispones para lograr esos objetivos

DESCRIBE QUÉ CLASE DE PERSONA DEBES DE SER PARA LOGRAR ESOS OBJETIVOS

113

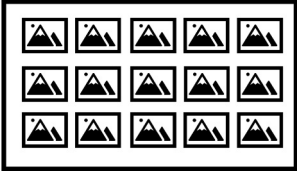
El Mapa de los Sueños es un cuadro que confeccionamos con fotografías que representan nuestros sueños. Puede ser tan extenso o tan corto como quieras. ¿Cómo hacerlo? Visita la página web WWW.CANVA.COM y escribe en el tablero, en la plantilla que vas a utilizar y crea tu mapa de vida en formato digital y preséntalo en la clase. ¡Expresa tu creatividad, con colores, con lo que quieras!

Vamos a hacer un mapa de los sueños en familia:

Haz una lista de tus sueños y divídelos por área de vida.

Por ejemplo,

- Sueños en familia
- Vispi que quiero hacer o países que quiero visitar
- Contribución al mundo
- Cosas materiales
- Mis valores
- Frases favoritas
- Logros académicos
- Mi desarrollo espiritual



114

Competencias a desarrollar:

- ✓ Creación de mi mapa de vida.

Materiales:

- ✓ Guía aprendiendo a soñar.



Tiempo de la clase

10 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en clase
10 min	Lectura comprensiva
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos y hacer y leer las páginas 115, 116, 117, luego hacer los ejercicios de la página 118 y 119.

Compartir reflexiones con la clase.

MI VIDA INTERIOR

Tu vida interior es lo más importante de todo, pues de ella depende lo que puedas hacer para materializarlo en tu vida exterior. Si tu vida interior no está en orden, tampoco lo estará tu vida exterior.

Para saber si tu vida interior está en orden, solo debes de preguntarte las siguientes preguntas:

¿Me siento cómodo y feliz con lo que soy y con lo que tengo?

¿Me siento una persona afortunada y agradecida con la vida?

¿Me frustro, estoy lleno de miedos, de ansiedad, o de algún sentimiento que no me da paz de manera constante?

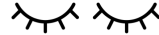


115

¿Amo mi vida, las cosas que no son buenas y las que son buenas también?

¿Estoy lleno(a) de fe y esperanza por el futuro que voy de camino a conquistar?

Estas preguntas pueden apoyarte a aclarar sobre el orden de tu vida interior. Si hay algo que no está en orden o que no te hace sentir bien contigo mismo, te invito a que busques ayuda psicológica, pues estos profesionales de la mente pueden apoyarte a aclarar tus dudas con respecto a lo que sientes contigo mismo.



116

ORDEN

El orden es el comienzo de la paz de tu vida. ¿Qué es orden?

Es la manera en la que están colocadas las cosas o las personas en el espacio o una sucesión de hechos en el tiempo, según un determinado criterio o una determinada norma.

Por ejemplo: El orden de los días de la semana; el orden de las palabras dentro del diccionario. Necesitas un orden para vivir, por eso en tu casa cada cosa está en su sitio.

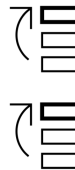
Requieres un orden para hablar, ¿Qué pasaría si quieres decir una oración que tenga algún sentido, pero dices las palabras en desorden? No se entendería ¿verdad?

¿Qué pasaría si nunca se fregaran los platos donde comes todos los días? ¿O si nunca se botara la basura? ¿Si nunca se limpiera tu habitación? ¿Si nunca se lavara tu ropa?

Sería todo un caos ¿cierto? Eso mismo pasa con una vida llena de desorden, ejemplo de una vida desordenada:

- Nunca sabes dónde están las cosas.
- Siempre se te olvidan las cosas importantes.
- No sabes lo que pasará con sus días, ni sabes lo que sucederá con su tiempo.
- Deja todo para última hora.
- Acumula cosas que no usa.
- Acumula basura innecesaria.
- Le pesa todo y tiene mala actitud.

Una vida en desorden es una vida llena de caos y conflictos internos que no le permitirán a esa persona vivir en paz, en plenitud y en felicidad, por ello quiero invitarte a que hagas el siguiente ejercicio:



117

Según lo aprendido en el ejercicio anterior, identifiquemos comportamientos de una vida desorganizada y una vida organizada:

Una vida en desorden	Una vida en orden
Arregla tu habitación de vez en cuando y tiene un desorden debajo de la cama	Arregla tu habitación todos los días porque disfruta el orden

118

Ahora identifiquemos las consecuencias de una vida desordenada y las recompensas de una vida organizada.

Consecuencias de una vida en desorden	Consecuencias de una vida en orden

119

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Comprender de cómo se encuentra la vida interior de cada estudiante.



Capítulo 11

TECNOLOGÍAS EXPONENCIALES 1.0



Tiempo de la clase

10 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en clase
10 min	Lectura comprensiva
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos y leer las páginas 121 y 122.

Contestar la pregunta de la página 122 y compartir las respuestas con el resto de la clase.

Que los estudiantes sigan leyendo en grupos de dos las páginas 123 y 124 y comenten lo que piensan de la lectura.

LOS INICIOS DE LAS TECNOLOGÍAS EXPONENCIALES

Estamos experimentando hoy el incipiente auge de las tecnologías exponenciales, surgidas en la última década y cuyo impacto en los próximos 30 años sobre el modo en que vivimos la vida será total.

Sin embargo, las tecnologías exponenciales no son nuevas, llevan con nosotros la vida entera y hemos sabido adaptarnos a ellas y sacar el mayor provecho.

Comencemos por definir el asunto: por tecnologías exponenciales hablamos de aquellas que transforman radicalmente nuestro entorno y el modo en el que nos relacionamos con él, de forma acelerada.

La humanidad siempre ha estado expuesta a este tipo de invenciones disruptivas desde sus orígenes. El control del fuego, hace unos 750.000 años, permitió a las primeras comunidades de humanos empezar a comportarse realmente como humanos, subistir como especie, cocinar nuevos alimentos, darse calor y evolucionar.

Luego, en el período Neolítico, aproximadamente antes del año 9.000 a.C., apareció la agricultura y la ganadería, y los humanos pasaron de vivir en grupos nómadas de cazadores-recolectores a desarrollar los primeros asentamientos sedentarios y con ello las ciudades.



121

Posteriormente, la rueda, inventada hace más de 5.000 años, transformó profundamente el modo de transportarnos o transportar cosas. Aceleró las comunicaciones y el tráfico de mercancías.

Pero igual sucedió con la primera brújula magnética, inventada en China en el siglo IX, que fue la guía para que los exploradores expandieran las civilizaciones por todo el planeta; o la imprenta en la Europa de mediados del siglo XV, poniendo fin al oscurantismo medieval gracias a la difusión de las ideas y permitiendo que la humanidad entrara en la Edad Moderna.

Más recientemente, la revolución industrial del siglo XIX y las sociedades contemporáneas fueron posibles por el impulso de la máquina de vapor, con barcos y trenes, y el motor de combustión. Y luego llegó la revolución de las telecomunicaciones, ya en el siglo XX, con la invención del telégrafo, el teléfono, la radio, la televisión, la telefonía móvil o el internet.

¿Qué otras tecnologías exponenciales puedes reconocer fácilmente que transformaron la forma de hacer algunas cosas?



122

TECNOLOGÍAS EXPONENCIALES DEL SIGLO XXI

En el siglo XXI, se etiqueta como invenciones exponenciales la Inteligencia Artificial (IA), el Big Data, el Internet de las Cosas (IoT, por sus siglas en inglés), la biotecnología, la robótica avanzada, la impresión en 3D, el blockchain o cadena de bloques, las nuevas realidades aumentada y virtual, los vehículos autónomos, el hidrógeno verde, por citar algunas.

Todos estos ejemplos de tecnologías disruptivas, que se convierten en exponenciales cuando alcanzan un ritmo de crecimiento y adopción que cambia por completo muchos de los paradigmas de la sociedad. En ese momento estamos con la mayor parte de estas tecnologías y nadie es ajeno a esos cambios.

Lo cierto es que, como indica la Ley de Moore, cada vez transcurre menos tiempo entre la creación de una tecnología exponencial y la siguiente.

En la última década, el contexto ha cambiado de tal manera que muchos de nosotros no somos conscientes de que el iPhone se presentó hace solo 10 años o que WhatsApp cumplió apenas 7 años de vida.

Parece que son tecnologías y plataformas que siempre han estado con nosotros y no llegamos a comprender del todo el progreso acelerado y los cambios constantes que han introducido en nuestra cotidianidad.



123

Los expertos dicen que la generación actual es el primer grupo humano que experimenta al menos dos inventos transformacionales profundos en su vida: Internet y la IA. Y pronostican que las próximas generaciones se verán envueltas en 4, 6 u 8 inventos transformacionales a lo largo de su ciclo vital.

Llegaremos a lo que se denomina la era de la singularidad.

En esta próxima década veremos cambios tecnológicos a un ritmo frenético, que nos impactarán cada vez más; tecnologías disruptivas que se interconectan entre sí y que transformarán aceleradamente nuestro futuro inmediato.

Lo importante es contemplar y aceptar estos cambios en positivo, como oportunidades. Vivimos y viviremos una época de transformación apasionante. Muchas de las soluciones a los desafíos actuales de la humanidad y del planeta, como el cambio climático, las enfermedades, la pobreza crónica y las desigualdades sociales, la pérdida de biodiversidad o la contaminación, pasan por la combinación de estas tecnologías que, sin duda, servirán para los objetivos de desarrollo sostenible.

Y hemos sido testigos de ello con esta pandemia ocasionada por el coronavirus: la paralización de las actividades económicas significó un respiro para el equilibrio natural al mitigar la huella de carbono, así fuera temporalmente; pero también hemos visto cómo la humanidad ha colaborado para contener primero y luego para ser capaz de crear varias soluciones a la enfermedad de la COVID-19 en un tiempo realmente récord, en forma de vacunas.

Nos conviene ver la tecnología como parte de la solución e integrarla en todas las facetas de la vida. Todas están interconectadas.



124

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Visión emprendedora, expansión de mentalidad, reconocimiento de lo que la tecnología hace en el mundo.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.

Tarea:

Dividir el salón en 10 grupos y dejar de tarea la página 125 para que los estudiantes hagan una presentación la próxima clase.



Próxima clase

45 min Presentación de tarea



Investiga y presenta:

Dividan el curso en 10 grupos y divídanse las siguientes tecnologías exponenciales para investigarlas a profundidad y presentarlas en la próxima clase:

1. Internet of Things (IoT)
2. Inteligencia Artificial/Machine Learning
3. Computación Cuántica
4. Blockchain
5. Nanotecnología
6. Neurociencia
7. Transporte autónomo (coches, camiones, drones, etc.)
8. Realidad Virtual (VR)
9. Almacenaje de Energía
10. Impresión 3D

125

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Aprender sobre las tecnologías exponenciales que están cambiando el mundo.



Tiempo de la clase

20 min	Lectura comprensiva
10 min	Asignación en la clase
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de dos y leer en voz alta las páginas 126, 127 y 128.

Contestar las preguntas de la página 129 y compartirlas con la clase.

Conversaciones profundas:

¿Qué impacto han tenido en el mundo las tecnologías exponenciales?

¿Por qué debemos de conocer sobre tecnología sin importar lo que quiero estudiar cuando termine la secundaria?

¿Qué beneficios nos dan las tecnologías exponenciales?

¿CÓMO FUNCIONARÁN ESAS TECNOLOGÍAS INTERCONECTADAS?

Pongamos algunos escenarios como ejemplos de esta gran interconexión.

Vehículos y robots

Los drones, los vehículos autónomos y los robots avanzados funcionan y cada vez lo harán más con el apoyo de la IA. Harán llegar materiales o realizarán tareas rutinarias sin intervención humana. Tendrán un inmenso valor en temas de seguridad, de transporte y en situaciones de salud y de emergencia, donde el acceso remoto sea caro y a veces no resulte posible por medios humanos.

Adicionalmente, los vehículos autónomos registran una menor tasa de siniestrabilidad porque las máquinas fallan menos que el ser humano. Esto se traduce en menores gastos hospitalarios por atención a los accidentados, lo que será un beneficio directo para los países que vayan adoptando esta tecnología.

Muchos de estos vehículos autónomos por tierra, mar y aire se moverán con hidrógeno verde, una tecnología energética que está recobrando impulso por ser el elemento químico más abundante del universo y una alternativa 100% sostenible, lo que ayudaría enormemente a reducir drásticamente la huella de carbono en el planeta.

Cuando el hidrógeno se quema, en lugar de dejar gases de efecto invernadero producidos por la combustión del motor, deja agua.



126

Procesamiento de datos

Esa "inteligencia" artificial se nutrirá con los datos aportados por el Big Data. Una masa ingente de información que vendrá, fundamentalmente, del exponencial flujo provisto cada segundo por miles de millones de máquinas interconectadas entre sí, en lo que se conoce como IoT.

También la Inteligencia Artificial hará posible, gracias a toda esa data recogida y alojada en la nube, el desarrollo y acceso a aplicaciones de realidades extendidas (realidad aumentada y realidad virtual), a través de tecnologías de la comunicación como el 5G, así como también transacciones más eficientes mediante blockchain, que harán mucho más competitivas toda clase de industrias.

Por ejemplo, el sector legal impulsará contratos inteligentes, que estarán almacenados en blockchain, permitiendo la firma digital segura y la realización de transacciones sin intervención de un abogado de carne y hueso.

En logística, el blockchain aumentará la transparencia y seguimiento de los envíos entre proveedores y suministradores, en el sector energético permitirá incluir una economía colaborativa de energía estocada, donde cada usuario genere o consuma justo la cantidad que requiere de energía de forma más eficiente.

Nuevas realidades

La gestión de datos en esta escuela masiva hará posible un mayor desarrollo de las nuevas realidades, que serán un revulsivo para sectores como la medicina o el sistema educativo; imaginemos una cirugía de precisión realizada con robótica avanzada y realidad aumentada en 3D, con distintas capas de información, mientras que el paciente y el cirujano están distanciados por miles de kilómetros; o por qué no pensar en matriculados en una universidad de otro país con la presencia del profesor o el contenido de la materia recreados en tiempo real en forma de holograma, en un entorno totalmente inmersivo.

Más adelante, cuando empiece la aceleración de la computación cuántica y aumente enormemente la capacidad de cómputo, todo esto volverá a multiplicarse de forma exponencial.



127

Mundo Imposible y a la medida

Y esa misma Inteligencia Artificial impulsará la industria de la impresión en 3D, que ya imprime en más de 150 materiales diferentes: desde la construcción de casas hasta órganos humanos.

Muchos pacientes recibirán de este modo el órgano que necesitan para seguir viviendo. Otros serán beneficiados por la telemedicina avanzada y las nuevas generaciones verán mitigadas las enfermedades hereditarias, crónicas e incluso catastróficas, gracias a la revolución de las terapias genéticas y la edición del ADN.

La edición genética facilitará no solo una mejor salud a los humanos, sino también cultivos más resistentes y productivos, capaces de alimentar a una población en crecimiento constante, en un planeta con menos agua y más sometido a los impactos negativos del cambio climático.

Estos escenarios tecnológicos generan, por supuesto, un profundo debate ético que no se puede apartar, sino que hay que afrontar con rigor y transparencia. Sin embargo, el balance es positivo, porque la humanidad puede ver avances como nunca en su historia.

Como sea el mundo a partir de 2040 o 2050 será algo que tendremos que definir entre todos.



128

¿Cómo piensas que se verán afectadas las carreras tradicionales con las tecnologías exponenciales?

¿Qué oportunidades comprendes que tenemos con las tecnologías exponenciales?

¿Qué piensas que debería de seguir cambiando en el mundo?

¿Qué problemáticas mundiales pueden resolver las tecnologías exponenciales?

129

Competencias a desarrollar:

✓ Pitch de venta.

Materiales:

✓ Guía aprendiendo a soñar.



Capítulo 12

EMPRENDIMIENTO Y LIDERAZGO 2.0



Tiempo de la clase

20 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en la clase
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer grupos de 4 y leer las páginas 131 y 132.

Luego dejar de tarea a los grupos asignados el ejercicio de la página 132 y 133.

Ver los videos de la página 134 y responder las preguntas asignadas de los videos compartiendolas con la clase.

CONSEJOS PARA INVESTIGAR ANTES DE EMPRENDER UN NEGOCIO

Las empresas son entidades que les facilita la vida a la gente a través de sus productos y servicios, a través de ellas se obtienen ganancias económicas para los emprendedores, socios o accionistas de las mismas. Las mismas tienen gran importancia en los países de todo el mundo, pues son fuente de empleo y de impuestos. Los impuestos son los tributos que cada persona, familia o empresa debe pagar al Estado para cubrir las necesidades colectivas, como: educación, salud, infraestructura, entre otras necesidades que tiene un país.

Irte por el mundo del emprendimiento, puede ser interesante, pero también debes de conocer sus retos y hoy quiero compartirte algunos consejos que te ayudarán a tomar las mejores decisiones a la hora de emprender un negocio.

Lo primero es que la investigación forma parte del proceso de preparación de un proyecto. Y debes de investigar y leer todo lo que puedas para desarrollar tu idea de la mejor manera posible.

Aquí te comparto algunos temas de interés que necesitas investigar:

1. Tendencias en emprendimiento

Ver que tendencias actuales que están ganando un mayor protagonismo en el mundo del emprendimiento te ayudará a crear ideas innovadoras acorde a los nuevos tiempos.

2. Estudio de mercado

Saber sobre los mercados existentes de una potencial idea te permite evaluar qué tan original puede ser tu idea o que tanto puedes mejorar una idea ya hecha.



131

Investiga ventajas y desventajas de emprender un negocio.

133

3. Analiza el problema

Los proyectos empresariales se basan en resolver problemas o en satisfacer necesidades, si tienes una idea de negocio es importante que sepas bien sobre el problema que vas a solucionar para dar con la clave de la solución más eficaz, creativa y original que puedas tener.

4. Lee libros sobre emprendimiento, finanzas, gestión y marketing

La lectura es un medio de investigación que te permite acceder a distintas fuentes de información: libros, artículos, entrevistas a expertos, revistas, documentales... Es recomendable que estés en contacto permanente con la información para adquirir nuevas nociones sobre emprendimiento. Esta investigación te dará recursos para encontrar respuestas a aquellas preguntas sin resolver que te haces como potencial emprendedor.

Cuando tienes información, tienes poder, y este poder te permite conocer las diferentes opciones de financiamiento que ofrece el mundo, identificar los distintos tipos de negocios, descubrir las diferentes metodologías que tiene el mercado para desarrollar una idea de negocio y también puedes comprender los estilos de liderazgo.

Investigar y presentar en la próxima clase:

1. TENDENCIAS DE LA INDUSTRIA DEL EMPRENDIMIENTO
2. NECESIDADES TECNOLÓGICAS QUE TENDRÁ TU PROYECTO
3. PROBLEMAS EXISTENTES EN EL MUNDO QUE NECESITAN SER RESUELTOS CON URGENCIA.
4. METODOLOGÍAS DEL DESARROLLO DE UNA IDEA DE NEGOCIO (LEAN STARTUP, MODEL CANVA Y DESIGN THINKING)

Dividan la clase en grupos, y hagan una presentación de cada tema la próxima clase.

132



¡Veamos los siguientes videos!



VIDEO 1



VIDEO 2



VIDEO 3

Para reflexionar:

- ¿Qué fue lo que más te impactó de estos emprendedores?
- ¿Qué límites ves en el mundo del emprendimiento?
- ¿En qué crees que esos jóvenes invierten su tiempo antes de convertirse en grandes empresarios?

134

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Aprender a crear un modelo de negocio.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

20 min	Lectura comprensiva
20 min	Asignación en la clase
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer los mismos grupos de 4 y leer las páginas 135 y 136.

Para el maestro:

Decirle a los estudiantes que busquen en google ejemplos de empresas con este modelo de negocio y que hagan los suyos con esos ejemplos.

Pueden poner en Google Ejemplos de Business Model Canvas.

Presentar lo que van haciendo al maestro.

El maestro elegirá los mejores para que lo presenten en la próxima clase.

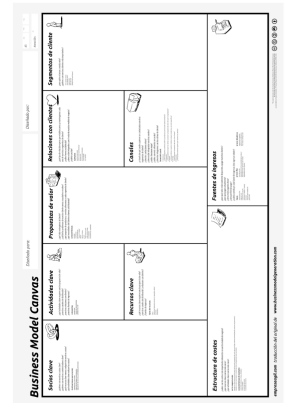
HAGAMOS UN MODELO DE NEGOCIO

Dentro de las tendencias en el mundo del emprendimiento que investigaste ¡Hagamos un modelo de negocio!. En este capítulo te daremos algunas pautas para que lo logres con éxito.

1. Primero elige un de las tendencias del mundo del emprendimiento que investigaron la clase anterior.
2. Dentro de esa tendencia busca un problema que solucionar, y con esa solución crea un proyecto.
3. Investiga sobre tu idea.
4. Utilizaremos la técnica desarrollada por Alexander Osterwalder en su libro "Generación de modelos de negocio" llamada CANVAS o del lienzo, la cual explica de forma muy gráfica los siguientes conceptos:

- ¿Cuál es mi propuesta de valor y qué beneficio le reporta al cliente?
- ¿Quién es mi cliente ideal?
- ¿Cómo debe ser la relación con el cliente?
- ¿Qué canales de comunicación utilizaremos con el cliente?
- ¿Cómo obtendré mis ingresos?
- ¿Qué actividades clave se requieren para realizar nuestra propuesta?
- ¿Qué recursos clave requiere nuestra propuesta de valor?
- ¿Quiénes son nuestros proveedores o socios clave?
- ¿Cuál es nuestra estructura de costos?

EJERCICIO:
FORMEN GRUPOS Y PRESENTEN SU MODELO DE NEGOCIO A LA PRÓXIMA CLASE CON EL EJEMPLO DE LA PRÓXIMA PÁGINA.



Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Aprender a crear un modelo de negocio

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

20 min	Presentación de modelo
20 min	Lectura comprensiva
10 min	Asignación en la clase
5 min	Tarea

Inicio:

Hacer los mismos grupos de 4 y leer las páginas 137 y 138

Luego deben con lo aprendido crear un guión para grabar su pitch que sea de uno a tres minutos.

Tarea:

Grabar su pitch para presentarlo en la próxima clase.

PITCH DE VENTA

El pitch es una presentación que se realiza para que un posible inversionista, considere la opción de invertir en tu empresa o de hacer negocios contigo. Este soporte audiovisual, debe de ser lo más atractivo posible para captar la atención de tu interlocutor desde el primer segundo.

Te resumiremos en 9 puntos básicos lo que debería incluir un buen pitch.

1. **Conoce a tu audiencia, y tus posibles inversionistas**
Haz un estudio, analízalos y busca en qué tipo de proyectos suelen confiar e invertir. Nada te preparará mejor que saber a quién te estás dirigiendo.

2. **Ponle un nombre atractivo al proyecto**
Es lo primero que debes decir para intentar captar la atención de tus inversores. Escoge un nombre creativo y fácil de recordar.

3. **Introducción explosiva**
Una de las mejores maneras de hacer una buena presentación, es preparar un discurso que genere un vínculo emocional con tus interlocutores. Dale al discurso la forma narrativa tipo cuento, en la que el protagonista de la historia sea tu inversor, lo que llamamos "storytelling", esto te ayudará a hilar todas las partes de tu discurso.

4. **¿De qué se trata?**
Debes explicar brevemente y dejar claro desde el primer momento qué tratas de solucionar. Haz una descripción breve de la idea principal que sea simple, más adelante ya darás más detalles de las características de tu producto o servicio.



137

5. ¿A quién va dirigido?

Todo producto o servicio tiene su público objetivo, ¿a quién soluciones el problema que has identificado? Seguramente de forma clara, no caigas en generalismos. Esto no solo dará unidad a tu discurso, también definirá el diseño y el lenguaje empleado en la presentación.

6. Diferénciate

En este punto debes resaltar el valor que va a aportar tu producto, el "por qué" la gente debería comprar el tuyo y no el de tu competencia. Es importante destacar el problema existente y cómo va ayudar tu producto a solucionarlo.

7. Modelo de negocio

Ahora que ya has dejado claro el problema existente y porqué tu producto es la mejor solución, debes relatar cómo vas a ganar dinero con él, y los beneficios que conseguirá el inversor al apostar por tu proyecto. Debes aportar datos claros sobre los precios, gastos e ingresos que esperas conseguir.

8. Tu equipo

¿Quién forma parte de tu proyecto? Tu posible inversionista quiere saber quién se encargará de llevar a cabo el lanzamiento del producto. En este apartado, también puedes aportar datos importantes de la carrera profesional de los miembros del equipo que puedan interesar y generar confianza en tu interlocutor.

9. Tu solicitud

Es el punto final y la parte más difícil de tu pitch. No lo des demasiadas vueltas, tus inversores ya saben que les vas a pedir algo, sino, no habrías preparado todo tu discurso. Amplia la información verídica hasta ahora con datos sobre cuánto costaría llevar a cabo tu proyecto, y en cuánto tiempo se empezaban a conseguir beneficios.

FUENTE: www.entrepreneur.com/blog/307614/que-es-un-buen-pitch



138



¡Graba tu pitch y concursa!

Escribe y graba tu pitch de venta en un minuto y súbelo a las RRSS y etiquétanos ¡Si es una buena idea seremos tus primeros inversionistas!

Súbelo en las RRSS de los padres o tuya y menciona nuestras cuentas @aprendesonor y @piensadousa el hashtag #nosofadivididopel NEGOCIO MÁS CREATIVO GANARÁ SU PRIMER CAPITAL SEMILLA.

139

Objetivos del aprendizaje:

- ✓ Aprender a crear un pitch de venta.

Consejo para la enseñanza:

- ✓ Hacer grupos de dos estudiantes que discutan esto entre ellos y luego expongan sus pensamientos con toda la clase.



Tiempo de la clase

20 min	Ver pitch
20 min	Asignación en clase
20 min	Conversación profunda

Para el maestro:

Presentación de pitch de venta.

Invitar a maestros, o líderes del programa aprendiendo a soñar para estar presentes y elegir a un ganador.

Conversación profunda:

¡Ya llegamos al final del material, hablemos un poco de que ha sido lo que más me ha impactado de este programa y cómo me ha ayudado a crecer personalmente.

Asignación en clase:

Aprenderse de memoria lo que dice en la página 140, tienen 20min, el que lo logre vamos a darle 5 puntos en la nota adicional.

Discutir lo que más le impactó del programa Aprendiendo a Soñar

Recorta y pega esta hoja en un lugar que puedas visualizar todos los días.

Apréndete el siguiente texto de memoria, y tómalo como filosofía de vida.

En este tiempo he aprendido a que tener una actitud de gratitud en mi vida, fortalece mi identidad, pues soy agradecido con la vida que Dios diseño para mi.

Ahora soy más seguro de mí mismo, pues sé quién soy y lo que hay dentro de mí que es amor, perdón, comprensión y sabiduría.

Saber enfrentar el rechazo es la parte de la vida que fortalece mi carácter y entender que la vida es temporal me ayudará a tomar las decisiones que me permitirán vivir bajo los valores que me apoyarán a dejar mi huella en este mundo.

Tengo la capacidad de afrontar los retos y las adversidades con pasión y establezco los límites necesarios que me mantendrán a salvo del mundo que me rodea.

Sé que emprender es un reto que estoy dispuesto a asumirlo si así lo deseo, y sé que gestionar mis emociones me ayudarán a ello.

Entiendo que compararme con los demás es no apreciar mi autenticidad y la real historia de mi vida que me ayudará a descubrir mi propósito y construir mi proyecto de vida.

¡GRÁBATE DICIENDO ESTO EN UN VIDEO Y PARTICIPA EN NUESTRO CONCURSO! Súbelo en las RRSS de tus padres y menciona nuestras cuentas en @aprendesonar y @piensard Usa el hashtag #filosofiadevidaap4 EL VIDEO MÁS CREATIVO GANARÁ RD\$2,000 en efectivo.



@piensard



@piensard



@piensard



809-816-0764



@piensard