










AMA Y ACTÚA

1 Tipo de intervención

-  Acompañamiento
-  Ejercicios Espirituales
-  Campamento
-  **Reunión/Actividad Semanal**
-  Encuentro Inspectorial
-  Celebración
-  Convivencia
-  Pascua
-  Otras experiencias

2 Objetivos Específicos



Ir descubriendo, valorando y celebrando su realidad, capacidades y proceso de crecimiento y acostumbrarse identificar y aceptar sus limitaciones, planteándose objetivos de mejora personal.



Vivir experiencias de expresar el afecto y recibirlo.



Habitarse a pensar antes y después de actuar para aprender a prever las consecuencias de los actos y tomar decisiones.



Disfrutar al escuchar o contar narraciones evangélicas, dejando que suene en su interior, identificando su contenido religioso y extrayendo sencillas pautas morales.

3 Contenidos



Desarrollo de la autoestima



El diálogo en el grupo: plantear preguntas, y escuchar las de los demás, y aportar al grupo nuestras respuestas, respetando a los otros.



Asunción de pequeños compromisos.

Compromisos de mejora personal.

4 Temporización (45 minutos)

EXPERIENCIA	ILUMINACIÓN	CELEBRACIÓN Y COMPROMISO	SÍNTESIS, EVALUACIÓN Y REVISIÓN
20 min	15 min	5 min	5 min

5 Desarrollo y Orientaciones Pedagógicas

A Tomar la palabra (experiencia 20 min)

Compartimos cómo ha ido la semana con los amigos, su familia, sus relaciones. Escuchamos la canción “Sed felices” de Ain Karem https://www.youtube.com/watch?v=JNZYYQY_28w. Se comenta el mensaje de la canción.

Leerán el cartel que el animador ha colgado en la sala “**AMA Y ACTÚA**”. Comentarán lo que para ellos les dice. Acentuamos la importancia de la autoestima para estar bien con todos y, si es así, seremos personas felices como decía la canción.

A continuación presentamos cuatro sucesos que deberán representarlos según su creatividad y analizamos los sucesos buscando cómo resolver el conflicto.

1. Un compañero de la escuela quiere jugar a fútbol pero no tiene la destreza que tienen sus compañeros. Al rato de jugar les dice que no quiere continuar. No dirá el motivo pero los demás se lo imaginan. ¿Qué deberían hacer sus compañeros? ¿Cómo deben actuar?
2. María es una chica que tiene facilidad para aprender cosas nuevas. Normalmente saca buenas notas. Los profes han decidido ponerla en clase al lado de una chica que no atiende y tiene bastantes dificultades para que le ayude a hacer los trabajos. ¿Cómo reaccionará María? ¿Le gustará hacerlo? y la chica le gustará que le ayude. ¿Cómo se sentirá?
3. Los padres de Juan le han comprado un ordenador para que consulte internet a la hora de hacer trabajos de la escuela. Su hermana menor quiere también utilizar su ordenador. ¿Cómo actuará Juan? ¿Querrá compartir su ordenador?
4. Ana, es una chica de 12 años a la que le cuesta relacionarse con los demás. Se muestra muy sensible. Cuando se enfada dice que nadie la quiere. Pasa de los demás y les dice que todos le tienen manía. ¿Cómo deberíamos actuar ante ella? ¿qué deberíamos hacer ante situaciones como esta?

COMPARTIMOS

Dialogamos sobre la importancia de la autoestima para vivir con paz en un mismo, con los demás. La autoestima podemos definirla como *la valoración que hacemos de nosotros mismos a partir de las experiencias y sensaciones que hemos experimentando a lo largo de la vida*. Si la autoestima es positiva, se afrontan mejor las dificultades que se pueden ir presentando a lo largo del día, y se tiene más fuerza para poder tomar decisiones

Comentamos que, a lo largo del día, nos suceden cosas que nos pueden afectar personalmente. Pero depende de nuestra autoestima poder confrontarnos serenamente ante el conflicto. Por ejemplo, si nos enfadamos con nuestros padres, si un amigo o amiga nos critica, si he suspendido una asignatura, si lo saben canalizar bien, no les afectará y sabrán actuar delante el conflicto.

B Acoger la Palabra (iluminación 15 min)

Presentamos el símbolo de un corazón grande con una foto de Jesús en el medio. Cada uno dibuja un corazón que representa el suyo. Escribe dentro del corazón: “me quiero tal como soy”.

Escuchamos la palabra de Dios que estará escrita alrededor del corazón. Juan 15, 12-17:

“Este es mi mandamiento: que os améis unos a otros como yo os he amado. Nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus amigos. Vosotros sois mis amigos si hacéis lo que yo os mando. Ya no os llamo siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su señor: a vosotros os llamo amigos, porque todo lo que he oído a mi Padre os lo he dado a conocer. No sois vosotros los que me habéis elegido, soy yo quien os he elegido y os he destinado para que vayáis y deis fruto, y vuestro fruto permanezca. De modo que lo que pidáis al Padre en mi nombre os lo dé. Esto os mando: que os améis unos a otros”.

Compartimos entre todos esta cita evangélica. ¿De qué amor habla Jesús? ¿En qué consiste amar? Jesús nos habla del amor entregado hacia los demás. No el de la atracción a alguien, sino del verdadero amor. Un amor que nos lleva a vivir en paz, con alegría, con fe.

C Celebrar la Palabra (celebración y compromiso 5 min)

Para terminar con un compromiso, visualizamos el video el maltrato sutil. En él se refleja la importancia de quererse. <https://youtu.be/Oy9zJ5J2bWA>

El maltrato “sutil” que no debes permitir en tu vida. El maltrato sutil causa dolor, inseguridad y baja autoestima, por lo que no debemos permitirlo. Protesta si hay algo te haga daño, aunque tu interlocutor se moleste. Si no lo entiende, carece de empatía y de la adecuada inteligencia emocional para establecer relaciones saludables.

En el video, vemos la importancia de tratarnos bien entre todos. A veces, no nos tratamos como tendríamos que hacer. Hay gestos, palabras, miradas que pueden hacer daño.

Deberán de escribir el diario viajero el compromiso relacionado con la sesión de hoy, y a lo largo de la semana, con la ayuda de sus padres pueden observar y cuidar sus maneras de actuar hacia los demás.

D Cosechar la Palabra (síntesis, evaluación y revisión 5 min)

En conclusión debemos de amar y después actuar: Ama y actúa. Leemos entre todos:

LA FUERZA DEL AMOR

Hay diez cosas fuertes...

El hierro es fuerte, pero el fuego lo derrite.

El fuego es fuerte, pero el agua lo apaga.

El agua es fuerte, pero las nubes la evaporan.

Las nubes son fuertes, pero el viento se las lleva.

El viento es fuerte, pero el hombre lo vence.

El hombre es fuerte, pero el miedo lo derriba.

El miedo es fuerte, pero el sueño lo vence.

El sueño es fuerte, pero la muerte es más fuerte.

...Pero el amor bondadoso sobrevive a la muerte

Al finalizar se hará una pequeña revisión del cómo ha ido la dinámica del grupo.

6 Aspectos a tener en cuenta

En la sala, habrá un letrero grande que ponga: "AMA Y ACTÚA", un corazón grande. Además debes tener en cuenta que necesitas: un corazón para cada chico, rotuladores para escribir, la vela, la oración final fotocopiada para cada uno, el cuaderno del viajero, el video preparado: <https://youtu.be/Oy9zJ5J2bWA>

7 Formación para el animador

Para preparar esta reunión puedes leer el artículo de Francisco A. Díaz titulado "la autoceptación como base de la autoestima". Lo encontrarás en la Revista Misión Joven.
http://www.misionjoven.org/00/10/285_59_60.html

ANEXO:

El maltrato "sutil" que no debes permitir en tu vida

<http://mejorconsalud.com/el-maltrato-sutil-que-no-debes-permitir-en-tu-vida/>