



# CONSTRUIR SOLIDARIDAD

UNA PROPUESTA SAMARITANA

Misión

# MISIÓN

Caritas responde al doble compromiso, por una parte, de acompañar a las personas ofreciendo apoyos para su bienestar, su autonomía y su empoderamiento, y por otra parte, de transformar las situaciones de injusticia e indiferencia social a través de herramientas como la sensibilización.

Es un reto para Cáritas hacerse un espacio de valor en la construcción social de la solidaridad y la participación desde los principios que significan nuestra acción:

**dignidad y justicia,  
cuidado y derechos  
humanos, compasión  
y fraternidad.**

Queremos construir una estrategia que desarrolle un catálogo pedagógico de actividades atractivas y coherentes que nos permita responder en el aula a la educación en valores como:

**la solidaridad  
y la justicia.**



# OBJETIVOS Y CONTEXTO DE SENSIBILIZACIÓN

Caritas desarrolla su misión de sensibilizar y educar en valores promoviendo la

**solidaridad como un estilo de vida**



Esta solidaridad la entiende como una vinculación con el todo humano y con una conciencia ecológica profunda que puede y debe ser propuesta a todos los seres humanos independientemente de sus creencias.

La transformación de la sociedad requiere incidir en las conciencias de todas las personas para ir logrando un cambio de conductas y hábitos dirigidos a la consecución del bien común universal, en el que erradicar la pobreza en el mundo se convierte en uno de los objetivos prioritarios.

La sensibilización debe dotarse de un proceso pedagógico y formativo claro y definido, bien adaptado a las necesidades y a la realidad de las personas a las que dirigimos este material.

Cáritas siempre se ha planteado una formación experiencial, liberadora y transformadora, cuya función principal es hacer personas libres y autónomas, protagonistas de su propio proceso (...), capaces de analizar la realidad que les rodea, participando en ella y transformándola. Una formación que cree en la persona como sujeto, capaz de intervenir para cambiar la realidad."

# MARCO DE UNA PEDAGOGÍA SAMARITANA

Este marco pedagógico está basado en la parábola del buen samaritano y está elaborado desde las seis etapas o verbos clave de esta sencilla, pero ilustrativa e interpelante parábola.

El cuadro siguiente nos ayuda a ver todo el mapa de nuestro marco a vista de pájaro con sus etapas, así como los elementos pedagógicos y símbolos claves en cada una de ellas.

ETAPAS DEL BUEN SAMARITANO	¿QUÉ EDUCAR?	PROCESO MAS*	REFERENCIAS MAS*	NIVEL PRINCIPIANTE	NIVEL EXPERTO
1. Lo vió	<b>LA MIRADA</b>	<b>DESVELAR</b>	La realidad como <b>REVELACIÓN</b>	Enfoque en las necesidades	Enfoque en las capacidades
2. Sintió compasión	<b>EL CORAZÓN</b>		El amor como <b>MOTOR</b>	Sentimiento reactivo	Sentimiento prosocial
3. Se acercó	<b>EL ENCUENTRO</b>	<b>ENCARNAR</b>	La persona como <b>CENTRO</b>	Tolerancia respetuosa	Diversidad inclusiva
4. Le curó las heridas	<b>LAS HABILIDADES</b>		El amor como <b>SIGNO</b>	Reparación social	Cultura del cuidado
5. Cargó con él	<b>EL COMPROMISO</b>	<b>PROPONER</b>	Sentirnos <b>ENVIADOS</b>	Vocación de servicio	Ciudadanía global
6. Lo llevó a una posada	<b>LA COMUNIDAD</b>		La experiencia <b>COMUNITARIA</b>	Solidaridad organizada	Justicia Universal

\* (Modelo de Acción Social)

# MAPA DEL TESORO DE LA HUMANIDAD



SEIS HUELLAS /  
SEIS ETAPAS

# SEIS HUELLAS / SEIS ETAPAS

1

**QUITA  
EL FILTRO**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR  
LA MIRADA**

2

**EMOCIÓNATE**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR  
EL CORAZÓN**

3

**SAL A  
LA CALLE**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR EL  
ENCUENTRO**

4

**TÚ PUEDES**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR LAS  
HABILIDADES**

5

**¿TE APUNTAS?**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR EL  
COMPROMISO**

6

**AMPLÍA TU  
CUADRILLA**



Proceso  
pedagógico

**EDUCAR LA  
COMUNIDAD**

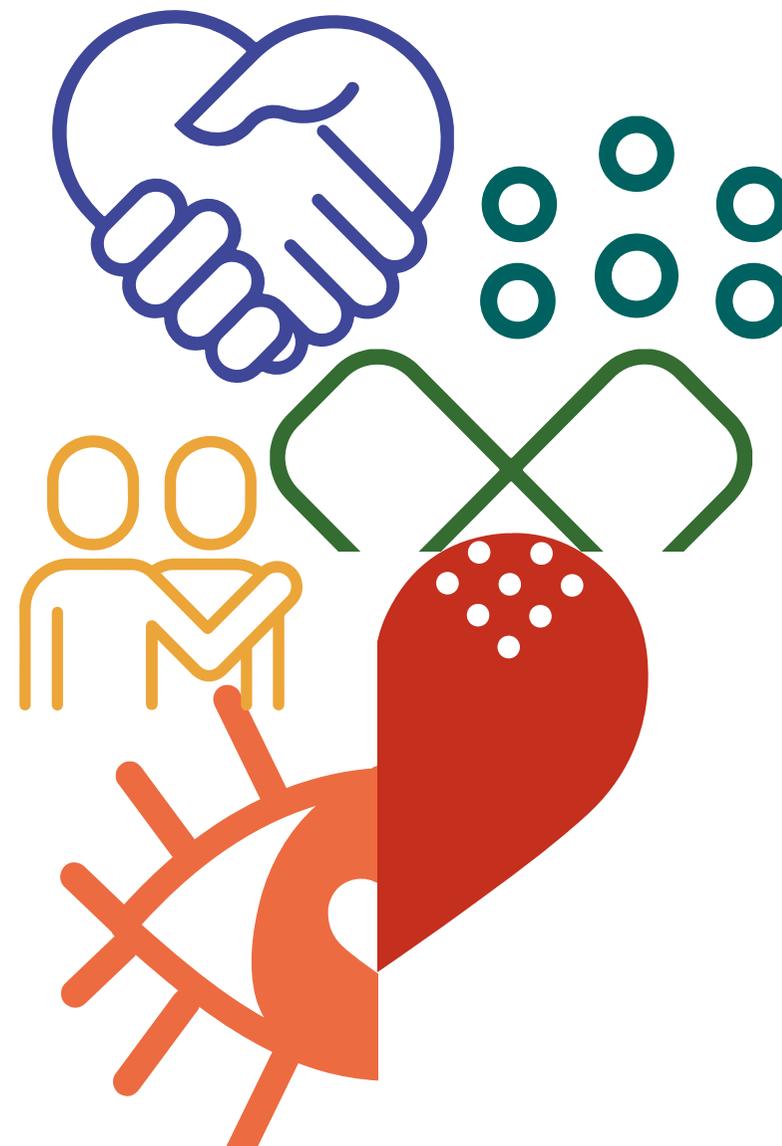
# ACTIVIDADES

## ACTIVIDADES

Hemos planteado dos dinámicas por cada una de las 6 huellas del itinerario del Buen Samaritano, lo que hace un total de 12 dinámicas de grupo.

Todas ellas pueden trabajarse en un amplio rango de edades de los participantes (desde educación primaria hasta educación de adultos).

**\* PARA ACCEDER A LAS DIFERENTES ACTIVIDADES PUEDES NAVEGAR POR EL MENÚ DE LA IZQUIERDA.**



1 QUITA EL FILTRO



PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
LA MIRADA**

Pasar de un enfoque basado en las necesidades a un enfoque basado en las capacidades.

ACTIVIDADES

## QUITA EL FILTRO

Ver hoy en día significa también estar alerta, y saber mirar con las gafas correctas, sin filtros innecesarios. En plena era de las desatenciones, atender a otras personas más allá de la propia burbuja o las propias necesidades es un objetivo pedagógico clave. También lo es saber leer la realidad más allá de la forma, ir al fondo y analizar causas y consecuencias de los problemas sociales.

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Identificar problemas y necesidades en el propio entorno local y también a nivel global, orientando la atención hacia los mismos y analizando la interrelación entre ambos ámbitos.
- Hacer una lectura y análisis crítico de las necesidades y problemas sociales, visibilizando lo invisible y oculto, así como desenmascarando sus causas estructurales.
- Aprender a mirar la realidad de forma crítica, en clave de derechos humanos y capacidades negados o bloqueados en las personas, entendidos como aquello que una persona necesita para ser y vivir con dignidad.
- Descubrir y potenciar las fortalezas y las posibilidades de mejora de las personas y comunidades vulnerables y problematizadas, enfocando desde dichas fortalezas la propia acción social y prosocial.

## QUITA EL FILTRO



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Descubrir y potenciar las fortalezas y las posibilidades de mejora de las personas y comunidades vulnerables y problematizadas, enfocando desde dichas fortalezas la propia acción social y prosocial.

Rango de edad de participantes

**INFANTIL Y PRIMARIA**

Hay docentes que también lo han trabajado en secundaria.



## Las gafas de ver el mundo bonito

### INTRODUCCIÓN:

**Vamos a diseñar nuestras propias gafas de ver el mundo bonito.** Unas gafas que, sin negar la realidad de lo que ocurre, nos ayude a buscar lo positivo detrás de cada problema o situación difícil. De este modo, sufrimos menos y encontramos más soluciones y motivación para sobreponernos.

### DINÁMICA:

Necesitamos una montura de gafas de las que se compran en los bazares para fiestas y actuaciones. Con diversos materiales, como cintas, cuerdas de colores, plastilina, pintura, etc., vamos a decorar esas gafas especiales para que sean muy bonitas, porque sólo con unas gafas bonitas veremos el mundo bonito, ¿no?.

Estas gafas, son tan especiales que hay que aprender a utilizarlas, y además las podemos compartir con otras personas, como todo lo bueno. Prepararemos por equipos el manual de instrucciones, es decir, que cuando te las pones te comprometes a:

- Fijarte en los aspectos positivos de los/as demás y de ti mismo/a.
- Pensar siempre que estamos en este mundo para algo más que para pasar el rato, que tenemos una misión en la vida, y podemos hacer el mundo mejor y más bonito.
- Y más cosas bonitas que se os ocurrirán...

### Y PARA TERMINAR...

Podemos terminar la dinámica o ejercicio escuchando la **canción "Las gafas de ver el mundo bonito"** en el aula, la aprendemos e incluso podemos hacer alguna coreografía: ¡creatividad sin límites!

Y para finalizar: ¿compartes una foto con tus gafas? Te animamos a que compartas tus gafas del mundo bonito en redes sociales con el hastag **#GafasDelMundoBonito**.

Las gafas de ver el mundo bonito

## QUITA EL FILTRO



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Aprender a mirar la realidad de forma crítica, en clave de derechos humanos y capacidades negadas a las personas; aquello que una persona necesita para ser y vivir con dignidad.

Rango de edad de participantes

SEGUNDO CICLO DE ESO, BACHILLERATO Y ADULTEZ



## Las gafas de la justicia social

### DINÁMICA:

La dinámica consiste en crear unas **Gafas de la Justicia** que por el cristal izquierdo ven al otro como una persona igual en dignidad y derechos, y por el cristal derecho valoran las diferencias; nuestra diversidad de necesidades-capacidades. Esta idea puede plantearse como un ejercicio inicial, en equipos de trabajo, con dos preguntas:

1. ¿En qué somos iguales las personas?
2. ¿En qué somos diferentes?

Las recogemos y hacemos un listado de ambas en la pizarra o panel.

En una segunda prospección, ponemos encima de la mesa la **Carta de los Derechos Humanos** y su reflejo en otras leyes y normas, como la Constitución de nuestro país. Y después hablamos de la **igualdad de derechos**, así como la **igualdad de acceso** a los mismos, y también de sus **garantías** y su **promoción**. Podemos incluso conectar esta reflexión con los **ODS de la Agenda 2030** y la **Carta de los derechos del niño/a de UNICEF**.

Podemos diseñar plásticamente, por equipos, unas **Gafas de la Justicia** aplicadas a diversos colectivos sociales: ¿cómo vemos con las gafas de la Justicia (igualdad & diferencia) a estos colectivos en nuestra sociedad (local y/o global) de hoy?

- Juventud
- Mayores
- Mujer
- Mundo rural
- Refugiados y desplazados por la guerra

### Y PARA TERMINAR...

Para finalizar la dinámica podemos diseñar de forma genérica las **Gafas de la Justicia**, unas gafas que simbólicamente todos y todas nos pongamos en adelante para mirar a los demás, y de este modo, poder tener una perspectiva más justa de la sociedad en general y de las personas en particular.



PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
EL CORAZÓN**

**2** EMOCIÓNATE

Educar desde el sentimiento reactivo hasta el sentimiento prosocial.

ACTIVIDADES

## EMOCIÓNATE

La palabra compasión viene del latín “cum passio”, que significa “apasionarse”, poner corazón en lo que se hace, padecer con la otra persona, ponerse en su lugar, emocionarse con ella. Y también saber gestionar y orientar adecuadamente las pasiones, la indignación por la falta de dignidad de quienes nos rodean y que nos lleva a la acción.

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Aprender a ponerse en el lugar de otra persona, preferentemente de quienes sufren y experimentan carencias pensando desde su realidad, estimulando la sensibilidad humana, y experimentando sentimientos de afecto, ternura, compasión, desagrado y/o indignación.
- Gestionar adecuadamente los sentimientos de aflicción personal y/o de indignación por las situaciones injustas ajenas, enfocando la propia respuesta en clave prosocial y proactiva.
- Expresar con libertad, humanidad, creatividad y respeto los sentimientos y emociones que nos provocan esas situaciones injustas y dolorosas.
- Aprender a regular adecuadamente la empatía, sabiendo asociarse emocionalmente, pero también distanciarse para evitar la dependencia emocional y gestionar adecuadamente los propios sentimientos y pensamientos.

## EMOCIÓNATE

OBJETIVOS  
DE APRENDIZAJE

**Aprender a ponerse en el lugar de las otras personas, preferentemente de quienes sufren y experimentan carencias, pensando desde su realidad, estimulando la sensibilidad humana, y experimentando sentimientos de afecto, ternura, compasión, desagrado y/o indignación.**

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA  
EN ADELANTE**



## Zapatos viajeros

## Zapatos viajeros

## INTRODUCCIÓN:

La **empatía** se conoce popularmente como **“ponerse en los zapatos del otro”**. De hecho hay una frase recurrente en este tema que dice así: *“Antes de juzgar a una persona prueba a caminar un kilómetro en sus zapatos”*. La frase enseguida nos remite a ponernos en su lugar, es decir, en sus circunstancias y coordenadas vitales y existenciales, en el mapa de su realidad.

## DINÁMICA:

Cada participante debe traer al aula o reunión un zapato especial para él o ella: puede ser una zapatilla, bota, sandalia, etc. Conviene indicar que sea un **calzado bastante usado, con bastante recorrido y aventuras**, no un zapato nuevo o que nos hemos puesto muy poco. Meteremos todos los zapatos en una bolsa grande, sin que se vea cuál ha traído cada persona.

En un momento dado, dejaremos todos los zapatos en el suelo, y pediremos a cada participante que se fije en uno que le llame especialmente la atención, que no sea el suyo, y que piense en **tres preguntas para hacer a ese zapato, cosas que querría saber del mismo**.

Escribiremos las preguntas en notas adhesivas que se pegarán en el zapato: pueden ser preguntas como: *¿dónde has estado?, ¿por dónde has andado?, ¿qué experiencias difíciles has tenido?, ¿qué personas buenas has conocido?, ¿cuánto has tenido que correr?, etc.* Las preguntas se le plantearán al zapato, como si tuviese vida propia.

Una vez que todos los zapatos tengan sus preguntas, cada dueño/a cogerá su zapato y contestará a las preguntas de su zapato, y de este modo compartimos nuestros recorridos vitales, nuestra vida en camino.

## Y PARA TERMINAR...

Para finalizar la dinámica, escucharemos y trabajaremos la letra de la canción **“Camino con tus zapatos”**.

## EMOCIÓNATE



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Expresar con libertad, humanidad, creatividad y respeto los sentimientos y emociones que nos provocan las situaciones injustas y dolorosas de las personas que sufren y padecen diversas necesidades y problemas.**

Rango de edad de participantes

**DESDE SEGUNDO CICLO DE ESO EN ADELANTE**



## El corazón domesticado

### INTRODUCCIÓN:

El lugar natural del pajarillo no es una jaula, sino la naturaleza, su propio ecosistema. El pájaro domesticado renuncia a volar, renuncia a su función natural por vivir dentro de una jaula donde le proporcionan la comida que necesita. No obstante, varias de sus funciones se atrofian y pierden su sentido, y al final no cumple el fin o misión natural para la que estaba creado.

El corazón domesticado también se acomoda en un refugio del yo, en una jaula o círculo cerrado que proporciona cierta estabilidad y supervivencia a la persona, pero que atrofia en ésta la capacidad de amar realmente, de ser feliz y hacer felices a otras personas.

Este ejercicio-dinámica nos hará más conscientes de esta realidad, de nuestro grado de domesticación emocional.

### DINÁMICA:

Necesitamos una jaula de pájaro en la que vamos a meter un corazón (por ejemplo recortado en cartulina, de color rojo). Contamos a los/as participantes que algunas veces nuestros sentimientos están domesticados, presos, y no cumplen bien su función, incluso se nos pueden atrofiar.

A continuación, planteamos algunas frases incompletas relacionadas con las tres funciones de los sentimientos para que estimulen aportaciones y ejemplos de los participantes, que pueden ir escribiendo en notas adhesivas, e ir situando junto a la jaula.

- Me cuesta contar realmente lo que siento a otras personas cuando / porque...
- Prefiero mantener la distancia y no involucrarme afectivamente en algunas situaciones cuando / porque...
- Es más cómodo y seguro ser una persona más bien racional que emocional cuando / porque...
- Me cuesta diferenciar lo bueno de lo malo, lo correcto de lo no correcto, en situaciones en las que...
- Prefiero no tomar partido o no mostrar claramente mi criterio ético o moral cuando...

Con todo el material escrito que aporten los/las participantes, sin personalizar en nadie, analizaremos los "miedos y temores" que representan la domesticación de nuestras emociones.

### Y PARA TERMINAR...

Y una pregunta para finalizar, y para "nota": ¿Qué relación encontramos en la metáfora del corazón domesticado con los procesos de conversión personal?



PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
EL ENCUENTRO**

Educar desde  
la tolerancia  
respetuosa hasta la  
diversidad inclusiva.

## ACTIVIDADES

# SAL A LA CALLE

Acercarse, no sólo físicamente, sino también en formas y lenguajes, incluso rompiendo las barreras socioculturales. No olvidemos que el Buen Samaritano ayudó a un judío, y en aquella época no se relacionaban, dado que la comunidad judía consideraba impura a la samaritana.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Estimular la iniciativa y la decisión para acercarse a las personas vulnerables y necesitadas, desafiando nuestras zonas de confort y las barreras del entorno sociocultural que lo impiden.
- Potenciar espacios de diálogo, acercamiento y cooperación con personas y colectivos diversos, vulnerables o excluidos, con el fin de allanar el camino de una relación interpersonal y/o de ayuda en clave de igualdad, respeto y fraternidad.
- Tomar conciencia de la propia identidad sociocultural, así como de la ciudadanía global en clave cosmopolita y fraterna, que nos identifica como humanidad que habita la misma tierra.
- Reflexionar acerca de la diversidad actual en varias dimensiones socioculturales y biológicas, desde la dignidad humana y la autodeterminación, aumentando la interdependencia y la inclusividad sociocultural como base de una auténtica fraternidad universal.

## SAL A LA CALLE



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Reflexionar acerca de la diversidad actual en varias dimensiones socioculturales y biológicas, desde la dignidad humana y la autodeterminación, fomentando la interdependencia y la inclusividad sociocultural como base de una auténtica fraternidad universal.**

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA EN ADELANTE**



La pulsera todos/as incluidos/as

## La pulsera todos/as incluidos/as

### INTRODUCCIÓN:

Esta metáfora pone en plural la conocida pulsera todo incluido de los resorts, donde se fomenta el consumo desmedido e individualista, y de ese modo cambia totalmente el concepto: del todo incluido individualista pasamos al todos/as incluidos/as colectivista, que nos sugiere e invita a compartir, incluso a buscar un consumo más solidario y sostenible.

### DINÁMICA:

Diseñaremos una pulsera con un manual de instrucciones para ser una persona inclusiva, es decir, que quien se la ponga se compromete a comportarse conforme a esos valores y principios de acción que hemos dado a la pulsera.

Pero, ¿qué es actuar de forma inclusiva? Los integrantes de cada grupo propondrán sus ideas y acordaremos un manual compartido para aplicarlo en adelante en nuestra vida, por ejemplo:

- Escucha a las personas, tómate un tiempo para conocerlas.
- Actúa como enlace o nexo de unión para poner en contacto a unas personas con otras.
- Enfócate especialmente en las personas que están más solas o que tienen más dificultades de relación social.
- Enfócate más en las cosas que nos unen que en las cosas que nos diferencian, y desde ahí crea vínculos y conversaciones.
- Trata de complementar lo que nos diferencia.
- Evita los prejuicios automáticos (juicios previos) sobre las personas.
- Invita a otras personas a ser inclusivas y solidarias.
- Defiende con la palabra y el discurso razonado a las personas más vulnerables y excluidas de las situaciones sociales, aunque no estén presentes.
- Denuncia las actitudes y prácticas que marginan y excluyen a los que no pertenecen a una determinada clase, marca o filosofía de vida.

SAL A LA CALLE



**OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

**Potenciar espacios de diálogo, acercamiento y cooperación con personas y colectivos diversos, vulnerables o excluidos, con el fin de allanar el camino de una relación interpersonal y/o de ayuda en clave de igualdad, respeto y fraternidad.**

Objetos cotidianos para compartir la vida

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA EN ADELANTE**



Objetos cotidianos para compartir la vida

**INTRODUCCIÓN:**

El encuentro con el/la diferente, con otra cultura o país, se da cuando le abrimos nuestra vida, no sólo cuando compartimos nuestras cosas, lugares o espacios. Así, cuando compartimos la vida, que es lo más importante, descubrimos que somos más parecidos de lo que pensábamos, que todos y todas formamos parte de una misma humanidad y anhelamos cosas parecidas.

A través de algunos objetos conocidos, muy relacionados simbólicamente con el sentido de la vida, podemos crear un diálogo profundo y sincero sobre esas cosas que nos importan. A cada objeto le hemos asignado una batería de preguntas, no cerradas, que cada cual puede ampliar. La vida tiene sentido cuando las preguntas están vivas, porque nos generan respuestas cada día.

- 1. Reloj despertador.** El tiempo y la decisión de usarlo y en qué usarlo como dimensión vital importante.
- 2. Mochila de viaje.** En una mochila no cabe todo, saber elegir lo realmente necesario e imprescindible, no aferrarse a muchas cosas, ir ligeros de equipaje.
- 3. Cámara de fotos.** La vida está llena de imágenes grabadas de recuerdos. Hay recuerdos buenos y recuerdos menos buenos: aprender a perdonar, aceptar y desprenderse de las imágenes dolorosas es importante.
- 4. Caja de los regalos.** La vida es un regalo, y por ello es bueno agradecer a quienes nos han dado esa vida. La vida es regalarse, y hay muchas formas de hacerlo: tiempo, alegría, compañía, amistad.

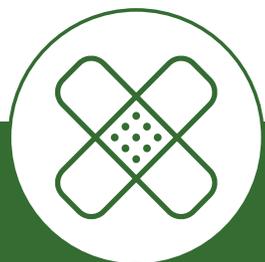
**DINÁMICA:**

Ponemos los 4 objetos visibles en el centro. Cada cual, por turnos, elige un objeto y una persona, tras lo que el/la facilitador/a irá formulando la preguntas de la lista.

A las preguntas podemos añadir más, o incluso animar a que los/as participantes hagan preguntas al resto desde los objetos.

**Y PARA TERMINAR...**

Podemos repetir esta dinámica en casa con amigos/as o en familia, en nuestro grupo o comunidad, con el alumnado, incluso le puede servir a un/a profesional de la Psicoterapia.



PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
LAS CAPACIDADES**

Educar desde la  
reparación social  
hasta la cultura  
del cuidado.

**4 TÚ PUEDES**

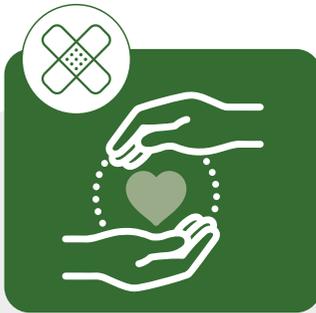
**ACTIVIDADES**

# TÚ PUEDES

Se trata de hacer bien el bien, de ser competentes en la ayuda, de aprender las herramientas básicas para ayudar. La caja de herramientas del buen samaritano no sólo es la que repara y alivia en momentos puntuales, sino también la que construye una cultura del cuidado hacia quienes son más débiles y están en situación de desprotección y, en general, para toda la humanidad y forma de vida.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Aprender y practicar el arte de la escucha humanista como herramienta clave y como medicina psicosocial que transmite a la otra personas que nos importa, que tenemos en cuenta su criterio y que nos hacemos cargo de su realidad.
- Aprender a comunicarnos de modo respetuoso, positivo y eficaz con el prójimo vulnerable y/o necesitado, usando la información que facilitamos como herramienta de ayuda y cooperación en la solución de sus problemas y carencias.
- Desarrollar y entrenar las diferentes capacidades y habilidades vinculadas a la relación de ayuda y a situaciones de necesidad concretas, para ofrecer una ayuda realmente eficaz y transformadora.
- Identificar y practicar las capacidades básicas de los cuidados, tanto a nivel personal (auto-cuidado) como a nivel interpersonal y social (mutuo-cuidado), así como ser embajadores y embajadoras de una cultura del cuidado humano, social, cultural y ecológico en nuestro entorno.



**OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

**Identificar y practicar las capacidades básicas de los cuidados, tanto a nivel personal (autocuidado) como a nivel interpersonal y social (mutuo-cuidado), así como ser embajadores/as de una cultura del cuidado humano, social, cultural y ecológico en nuestro entorno.**

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA EN ADELANTE**



**Las manos del cuidado**

**INTRODUCCIÓN:**

El buen samaritano hizo gala de sus capacidades curativas y del cuidado cuando nos cuenta la parábola que le curó las heridas con aceite y vino y se las vendó. Era, ciertamente, una persona capacitada y hábil para el ciudadano y todo lo hizo con sus propias manos, incluso cargar con el otro.

En estos tiempos que vivimos, las acciones y profesiones del cuidado han pasado a primer plano social y gozan de una valoración y estima nunca antes vista. Ha sido una pandemia la que ha puesto todo patas arriba y ha hecho que aplaudamos y devolvamos su valor a las y los profesionales del cuidado y los servicios básicos de soporte vital.

**DINÁMICA:**

Preguntamos a los niños y niñas: ¿recordáis cuando vuestros padres y madres os llevaban de la mano? ¿recordáis cuando os cogían de la mano para cruzar la calle, para subir a donde no llegabais, para entrar y salir del baño, en la piscina...?, ¿cómo os sentíais?, y si alguna vez os soltaban para que fuerais aprendiendo, ¿qué sensación teníais?

Tras esta breve reflexión, vamos a dibujar la silueta de nuestra mano abierta en una hoja de papel, rodeándola con un bolígrafo o lapicero.

Una vez que la tengamos, escribiremos en el centro de la palma la siguiente frase: "La mano de (nuestro nombre) es necesaria para cuidar de..." Y después en cada uno de los 5 dedos de esa mano pondremos el nombre de una persona o ser vivo que necesite de nuestros cuidados para estar mejor y más protegido/a. Ejemplos: mi madre, mi padre, mi hermana, mi amigo, la tierra, mi mascota, mis plantas, etc.

Después cada participante enseñará su mano del cuidado al resto y explicará quiénes son esas 5 personas o seres vivos que cuida. Con todas esas manos podemos hacer un mural o presentación virtual.

**Y PARA TERMINAR...**

Algunas preguntas que pueden ayudarnos a incorporar la ética del cuidado en nuestra propia vida desde las manos propias y ajenas: ¿Hasta qué punto somos conscientes de lo que podemos llegar a construir, prevenir y cuidar con nuestras manos?, ¿qué valor damos a las personas y profesionales que trabajan más directamente con sus manos, las que se dedican al cuidado de otras personas, las que limpian, nos sirven, arreglan cosas, construyen, crean?, ¿qué es más importante, tener las manos llenas de cosas o llenas de nombres de personas a las que hemos cuidado y amado?, ¿son compatibles ambas cosas?



## La manta de los mimos

### INTRODUCCIÓN:

¿Recordamos la sensación de cuando tenemos frío y alguien nos cubre con una manta? Hay muchas personas que pasan frío y calamidades y el gesto de acogerles con una manta, cubrirles con ella y transmitirles nuestro amor y ayuda es muy reconfortante.

### DINÁMICA:

Vamos a llevar una manta al aula. Esa manta va a representar nuestra acogida de corazón a las demás personas, sobre todo a las que necesitan nuestra ayuda cuando su realidad es fría y complicada. Vamos a hacer el ejercicio de la manta en dos momentos:

- 1. Haciendo un ejercicio de empatía.** Ponerse en los zapatos ajenos recordando cuándo fue la última vez que tuvimos la experiencia de ser acogidos sentirnos acogidos/as y calentados/as con una manta.
- 2. Esforzándonos en ser personas manta para nuestro entorno,** siendo acogedores/as y cálidos/as, mostrando disposición a escuchar y ayudar a quienes más lo necesitan, a quienes sienten el frío y la soledad social.

Así, nos iremos pasando la manta, y a quien le toque, se la pondrá sobre los hombros o las rodillas y al tiempo contará dos cosas al resto:

- **La última vez que sentí el calor de una mantita yo estaba en ...**
- **Necesité la mantita porque ... y me la puso ...**
- **Yo creo que soy mantita para los demás cuando ...**

Iremos escribiendo las aportaciones en pos-it o tarjetas que al final podemos fijar a la manta con alfileres y dejarla a la vista un tiempo. Servirá para recordarnos la importancia de ser personas manta y comunidades manta para otras personas.

### Y PARA TERMINAR...

Escucharemos una canción poco conocida de Roberto Carlos llamada "Nossa Senhora", y también "Cúbreme con tu Manto de Amor", que nos habla del manto de María, nuestra Madre protectora. Y es que el manto protector tiene mucho sentido y simbología en la figura de María y está muy presente en muchas oraciones marianas.

#### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Desarrollar y entrenar las diferentes capacidades y habilidades vinculadas a la relación de ayuda y a situaciones de necesidad concretas, para hacer bien el bien y ofrecer una ayuda realmente eficaz y transformadora para las personas y comunidades.**

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA EN ADELANTE**





PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
EL COMPROMISO**

Educar desde la  
vocación servicial  
hasta la ciudadanía  
global.

5 ¿TE APUNTA?

## ACTIVIDADES

# ¿TE APUNTA?

El Buen Samaritano no se conforma sólo con salvar la vida del hombre herido y asaltado, sino que comprende que debe hacer algo más, que debe garantizar que su ayuda será sostenible en el tiempo, así que decide llevarlo consigo. Esta huella marca la diferencia, por ejemplo, entre “hacer voluntariado” o “ser voluntario/a”, entre “la ayuda puntual” o “la ayuda sostenible”, entre “dar clase” o “ser educador/a”: representa la vocación de servicio.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Aprender a identificar, reflexionar y desprenderse de las ataduras y bloqueos de nuestro compromiso con nuestra persona y con el resto de personas, para construir un mundo más justo, solidario y ecológico.
- Reflexionar sobre la libertad y la responsabilidad como nuestras dos alas para tomar decisiones sabias y seguras en la vida, sin las cuales no es posible volar realmente o avanzar, como los dos pedales de una bicicleta.
- Darse cuenta de la propia vocación, identificando aquello que realmente nos apasiona, vinculada a nuestro sentido de la vida y la huella que deseamos dejar en el mundo, y hacerlo desde una lectura humanista, cristiana y de servicio.
- Descubrir e inspirarse en testimonios de vocaciones profesionales orientadas por valores y derechos humanos, historias de vida y profesiones entregadas a una causa justa y solidaria.



#### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Darse cuenta de la propia vocación, identificando aquello que realmente nos apasiona, vinculada a nuestro sentido de la vida, la huella que deseamos dejar en el mundo, y hacerlo desde una lectura humanista, cristiana y de servicio.**

Rango de edad de participantes

**A PARTIR DE SECUNDARIA**



## ¿TE APUNTA?

### ¿Qué huella quieres dejar?

#### INTRODUCCIÓN:

En algún momento de nuestra vida surge ese deseo de “dejar huella” en el mundo, en los/as demás, etc. En todo ello va nuestro propósito vital y nuestro sentido de la vida.

#### DINÁMICA:

La dinámica consiste en imprimir la huella de nuestro pie en una cartulina, hoja grande o papel continuo. Lo haremos con nuestros pies descalzos. Si no tenemos pintura adecuada, podemos dibujar la silueta de nuestro pie con un rotulador. Como alternativa, cada participante puede traer la huella impresa de casa en una hoja.

Cada cual elige el color de su huella, en función del tipo de huella que desea dejar: tendremos un conjunto de pintura de varios colores para poder elegir.

Una vez que tenemos todas las huellas, cada participante pondrá la suya en el lugar o mural compartido y la etiquetará con un nombre: la huella del amor, la huella ecológica, la huella de la familia, etc. Cada cual pondrá el nombre a su huella según el tipo de huella que desee dejar en el mundo.

Al final compartiremos nuestras huellas y valoraremos qué tienen en común dichas huellas en cuanto a valores, sentido de la vida y propósito personal. También podemos valorar en qué medida lo que hacemos y cómo vivimos en el día a día está realmente alineado con la huella que se quiere dejar.

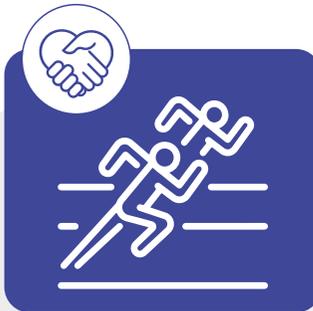
Es importante distinguir en la reflexión compartida que hagamos entre la huella cuantitativa (amplitud de la huella) y la huella cualitativa (profundidad de la huella). En este sentido, no se trata de dejar una huella muy grande en el mundo (como pretenden hacer algunos políticos y poderosos), sino una huella realmente buena y profunda, impresa sobre roca, que es la que perdura y ayudará a las generaciones venideras.

#### Y PARA TERMINAR...

En la actualidad hay huellas que son claves y podemos comentar al hilo de esta dinámica: la huella ecológica, la huella digital en las redes sociales, la huella social en un mundo global. Todas ellas son, de alguna manera, extensiones y reflejos de nuestra persona, que quedarán más o menos perviviendo a lo largo del tiempo.

¿Qué huella quieres dejar?

## ¿TE APUNTA?



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Aprender a identificar, reflexionar y desprenderse de las ataduras y bloqueos de nuestro compromiso con nuestra persona y con los/as demás, y en general para construir un mundo más justo, solidario y ecológico.**

Rango de edad de participantes

**DE SECUNDARIA EN ADELANTE**



Las carreras de la vida

## Las carreras de la vida

### INTRODUCCIÓN:

La vida es como una carrera: un día tomas la salida y comienzas a correr hacia una meta relacionada con un sentido o una misión. Cuando hablamos de carrera, nos referimos a una decisión, un reto, algo que deseamos lograr, un objetivo importante que alcanzar, un hábito que cambiar, etc.

Veamos 4 tipos de situaciones de carrera que cualquier persona ha vivido o vivirá alguna vez, y que nos van a servir para reflexionar después:

- 1. Carreras que nos gustaría correr, pero que no comenzamos nunca:** no nos ponemos en la línea de salida, o nos ponemos, pero no llegamos a tomar la salida. Sería conveniente que analicemos qué cosas nos impiden comenzar, por qué no disponemos de ese impulso inicial, de esas ganas o pasión por correr esa carrera y alcanzar la meta.
- 2. Carreras que hemos comenzado, pero que hemos abandonado antes de llegar a meta** por cansancio, falta de motivación, o por tener muchas carreras abiertas. La experiencia dice que cuando más se abandona es en un inicio. La motivación es esencial y deberíamos hacer como los/as grandes deportistas: visualizarnos cruzando la línea de meta. Este ejercicio funciona como un recuerdo del futuro que tira de nosotros/as hacia adelante, que nos empuja hacia la meta.
- 3. Carreras que actualmente estamos corriendo.** Conviene hacer una lista de las carreras que tenemos abiertas para priorizar las que conviene terminar antes, así como revisar si estamos corriendo impulsados por valores importantes.
- 4. Carreras que hemos terminado con éxito.** Estas son las que más nos han hecho crecer y las que nos animan a seguir corriendo otras carreras. La experiencia del éxito, ese recuerdo de que “sí se puede” es el combustible para nuestra motivación, esfuerzo y perseverancia en lograr todo lo que nos proponemos.

### DINÁMICA:

Dibujemos en el suelo con cinta adhesiva de pintor o de carroceros una línea o calle de carrera: en un extremo pondremos “salida” y en el otro pondremos “meta”.

Ahora invitamos al alumnado a que comparta algunas de las “carreras” que han iniciado o se han planteado en su propia vida. También podríamos situar nuestra carrera colectiva o maratón como grupo, aula o equipo: ¿tenemos clara la meta?, ¿estamos en situación de bloqueo?, ¿hay diferentes velocidades de carrera? ¿vamos muy deprisa, o tal vez demasiado despacio?

### Y PARA TERMINAR...

Podemos terminar hablando de las “carreras de Jesús”, de sus itinerarios, de si era un corredor de fondo, un velocista o saltador de obstáculos de la época. También podemos asimilar la carrera a nuestra vida de peregrinos y peregrinas, de estar en disposición de dejarnos sorprender y de participar en nuevas carreras y compromisos.



PROCESO  
PEDAGÓGICO:  
**EDUCAR  
LA COMUNIDAD**

Educar desde  
la solidaridad  
organizada hasta  
la justicia universal.

## ACTIVIDADES

# AMPLÍA TU CUADRILLA

El Buen Samaritano fundó la primera ONG de la historia, al involucrar al posadero, crear la primera red de solidaridad y además encargarse personalmente de financiar la ayuda: “al partir sacó dos denarios...”. El servicio prosocial debe configurarse en red, con todos los agentes de la comunidad educativa (alumnado, profesorado, familias, etc.).

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Descubrir el valor de la hospitalidad y la acogida al prójimo vulnerable, descartado y excluido, como capacidad para atender las necesidades de quienes están lejos de su hogar.
- Aprender a cooperar y trabajar en equipo como herramienta clave para generar redes y comunidades de ayuda estables, organizados, eficaces y sostenibles en el tiempo, así como un sentimiento colectivo en torno a una misión compartida.
- Poner las propias habilidades, talentos y recursos al servicio de la comunidad y de los proyectos de misión compartida, orientados al bien común, la justicia social y el buen vivir.
- Trabajar con las personas y comunidades pobres contra la pobreza, respetando y acompañando su autodesarrollo y empoderamiento como fermento de transformación social y justicia universal.



**OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

**Poner las propias habilidades, talentos y recursos al servicio de la comunidad y de los proyectos de misión compartida, orientados al bien común, la justicia social y el buen vivir.**

Rango de edad de participantes

**DESDE PRIMARIA EN ADELANTE**



**AMPLÍA TU CUADRILLA**

**La bandeja del servicio**

**INTRODUCCIÓN:**

El servicio al prójimo constituye uno de los pilares básicos de nuestra identidad personal y también social: cualquier rol social o profesional se puede poner en clave de servicio a los/as demás o en clave de servicio a intereses particulares.

**DINÁMICA:**

Necesitamos una bandeja redonda de servir (tipo camarero) que simbolizará estar al servicio del resto, poner nuestras cualidades y talentos en bandeja para los/as demás.

En un primer momento la podemos utilizar para presentarnos: "Me llamo ... y sirvo para ...", de modo que cada cual irá aportando una cualidad o habilidad especial al grupo. "Me llamo Alicia y sirvo para escuchar", "Me llamo Pedro y sirvo para alegrar". Al tiempo que lo decimos, también podemos escribirlo en una tarjeta e ir depositándolas en la bandeja. También podemos hacer una bandeja de talentos que aportamos al proyecto que tenemos en común. Nuestros talentos, dones y cualidades tienen sentido y valor cuando se ponen al servicio de los/as demás; y no sólo al servicio de uno mismo. Es importante plantearnos tres preguntas desde la bandeja del servicio:

- **¿Para qué servimos?** Todo servicio tiene un objetivo o finalidad, y es importante identificarlo. El servicio suele estar alineado con una misión y unos valores.
- **¿A quién servimos en realidad?** No es lo mismo estar al servicio del poder que estar al servicio de las personas más desfavorecidas.
- **¿Cómo servimos?** Los buenos camareros y camareras prestán atención a los y las clientes, son ágiles, amables, escuchan sus necesidades, trabajan en equipo. También es importante dar la vuelta a la pregunta: ¿cómo tratamos a quienes nos sirven?

**Y PARA TERMINAR...**

Dos orientaciones prácticas para terminar; acerca de cómo aplicar el valor del servicio en nuestras vidas:

1. Piensa en los roles o funciones principales que desempeñas en tu vida (trabajo, amigos, familia, equipo deportivo, grupo, comunidad...) y trata de reflexionar sobre las tres preguntas anteriores. En cada rol concreto, ¿para qué sirvo?, ¿a quién sirvo?, ¿cómo sirvo?
2. Practica el "liderazgo de servicio" en tu entorno y verás cómo se contagia rápidamente: el buen liderazgo no es el que se sirve de otras personas o las hace trabajar, sino el que con su ejemplo y testimonio cotidiano pone sus talentos y cualidades "para los/as demás y con los/as demás" cada día.



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

**Aprender a cooperar y trabajar en equipo como herramienta clave para generar redes y comunidades de ayuda estables, organizados, eficaces y sostenibles en el tiempo, así como un sentimiento colectivo en torno a una misión compartida.**

Rango de edad de participantes

**DESDE SECUNDARIA  
EN ADELANTE**



## AMPLÍA TU CUADRILLA

### Encendiendo nuestra misión

#### INTRODUCCIÓN:

La llama, la lámpara, la luz, es un símbolo recurrente en las narrativas de todas las culturas religiosas y también profanas, en los escritos de los poetas místicos y también en la cultura popular. Hablamos de la llama del amor, la llama de la esperanza, de mantener viva la llama que un día prendió algo importante, de no dejar que se apague la llama, etc. En los momentos importantes de nuestra vida, como los cumpleaños, por ejemplo, encendemos velas como señal de alegría. Todo esto se remonta a tradiciones muy antiguas.

#### DINÁMICA:

Encenderemos la llama de un proyecto o misión importante para el grupo. Para ello rellenaremos el interior del dibujo-silueta de esa llama, que puede estar vinculada al dibujo de una vela o lámpara, con palabras escritas en pos-it amarillos, como la luz de la lámpara, que representen todo aquello que estamos en disposición de hacer para mantener viva esa llama.

En el cuerpo de la vela o la lámpara escribiremos el nombre del proyecto o propósito compartido que deseamos que brille.

El objetivo es que toda la silueta de la llama quede coloreada del amarillo de las notas adhesivas, que a su vez tienen escritos nuestros compromisos a modo de comportamientos y actitudes que darán vida y luz a esa vela o lámpara compartida.

Otorgaremos al momento cierto carácter ritual y celebrativo, como cuando celebramos un cumpleaños o acto importante. Si deseamos que el símbolo tenga fuerza y eficacia, debemos cuidar estos detalles que también son importantes. Finalmente, la dejaremos en un lugar visible para que nos siga iluminando durante todo el proyecto.

