

Somos valiosos



Estimado maestro, en esta guía encontrará algunas orientaciones para fortalecer en sus estudiantes el valor de nuestras diferencias, la importancia de lograr nuestra autonomía y establecer nuestra identidad evitando ser discriminado por formas de pensar tradicionales.



Nos preparamos para leer

En *Eso no me lo quita nadie*, Gabi, la protagonista, busca su autonomía defendiendo sus decisiones y desarrollando los talentos que catapultan sus proyectos y sueños. Antes de trabajar la lectura con sus estudiantes lo invitamos a reflexionar a través de la siguiente noticia.

Bailarina de ballet peruana aparece entre las mejores del mundo

Con una conmovedora puesta en escena, Arianna Crosato tocó las fibras más sensibles del jurado. Esta adolescente peruana de solo 14 años se ha posicionado como una de las mejores 28 bailarinas de ballet del mundo en la categoría Junior. Ocurrió en abril, días después que el Perú sufriera los terribles estragos del Fenómeno El Niño Costero, con su interpretación denominada 'Aluvión'.

"En verdad me inspiro mucho, a veces me pongo a llorar antes de salir al escenario. Pero apenas salgo, no importa lo que pase, solo me voy a divertir", dijo Arianna en declaraciones a América TV.

Arianna bailó en el Youth American Grand Prix, la competencia de ballet más importante a nivel mundial realizada en Nueva York. Fue una dura semana de competencia.

Su gran inspiración es su madre, Suzanne Neumann, quien también es su maestra. "Esto es algo que ella ha logrado con mucha tenacidad, con mucha constancia, ella es una niña muy disciplinada. Puede ensayar de lunes a domingo cinco o seis horas diarias", señaló a América TV.

Arianna ha logrado ser becada en el American Ballet, una de las mejores escuelas del mundo. "Solo quiero inspirar a las demás personas para que bailen, pero no bailen porque las obligan, sino porque te gusta y tú quieres hacer eso", contó. Ella logró sobresalir entre más de 1,200 bailarines de más de 35 países, pero su sueño no acaba ahí, Arianna quiere ser la número uno.

Adaptación de Perú.com. (07 de 07 de 2017). *Bailarina de ballet peruana aparece entre las mejores del mundo*. Recuperado el 05 de 04 de 2018, de Perú.com: <https://peru.com/actualidad/otras-noticias/arianna-crosato-peruana-entre-mejores-bailarinas-ballet-mundo-noticia-521735>

Actividades para reflexionar

Lo invitamos a reflexionar a partir de las siguientes preguntas:

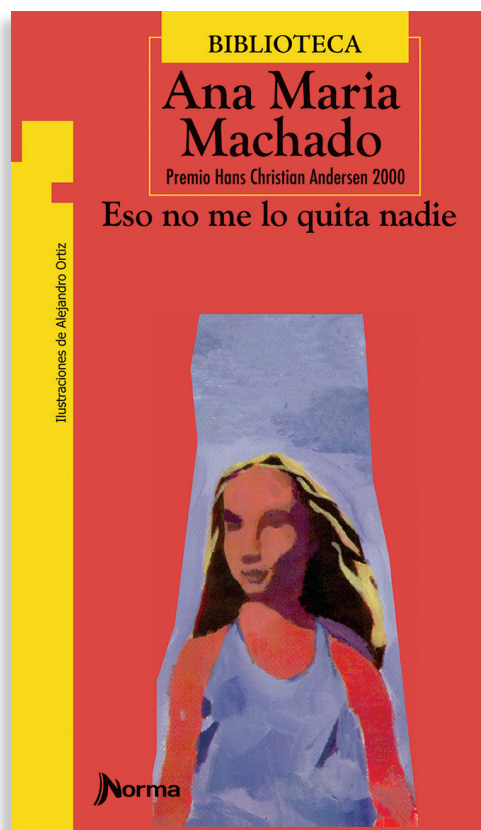
- ¿Qué sacrificios ha hecho Arianna para lograr sus sueños?
- ¿Cree que ha sido su decisión entrenar arduamente desde pequeña?
- ¿Qué porcentaje de sus alumnos son tenaces, constantes y disciplinados?
- ¿Qué estrategia usa con sus alumnos para desarrollar esas características?
- ¿Conoce cuál área del conocimiento apasiona a cada uno de sus alumnos?



**Leamos
a la par**
para construir equidad



El libro que leeremos



Gabi intenta contarse su propia historia y organizar sus ideas para entender qué es lo que desea y con qué cuenta para lograrlo, entender cómo se expresa poco a poco su identidad.

La protagonista recapitula los sucesos desde el primer día en que escucho hablar de Bruno a su prima Dora, quien obsesionada con él, malinterpretó la realidad e hizo creer a la familia que existía una relación entre el chico y ella. Las coincidencias propician que Bruno comience a cortejar a Gabi y cuando ambos deciden tener un noviazgo la familia de Gabi no atiende a sus explicaciones sobre la nula relación entre Dora y Bruno y le impiden verlo por considerar que ambos han abusado de la confianza de Dora.

Gabi maneja pacientemente el conflicto hasta lograr que el chico sea aceptado por su familia, mientras tanto, en su vida, los ámbitos intelectual, laboral y de compromiso social comienzan a dar latidos tanto o más fuertes que los de su noviazgo, el cual se ha convertido en una especie de molesta ampolla.

Eso no me lo quita nadie
 Autora: Ana María Machado
 Editorial Norma 1998, 144 pp.
 Colección: Torre de Papel Amarilla

Nuestro eje y objetivos

Eje

Somos valiosos

Historias que muestran alguna forma de discriminación y motivan a descubrir el valor de nuestras diferencias.

Objetivos

- Valorar nuestras diferencias.
- Repensar la realidad a partir de la literatura.
- Evitar el trato desfavorable a determinadas personas o grupos.



Los caminos que ofrece el libro

Las actividades de la ficha del estudiante problematizan tres temas importantes: la identidad, el noviazgo juvenil y la autoestima. A continuación le ofrecemos algunas lecturas para que tenga claridad sobre estos conceptos.

Identidad

El mayor reto durante la adolescencia es el establecimiento de nuestra identidad: saber quién es uno, hacia dónde se dirige en la vida y cómo encaja en la sociedad requiere pasar de la dependencia de los demás a la dependencia de sí mismo.

Al final de la adolescencia la identidad comienza a actuar como una fuerza que orienta los planes y proyectos de vida. ¿Quién soy? ¿Qué hago en la vida? ¿Hacia dónde voy? ¿Qué es lo que me hace diferente? Son preguntas comunes durante la adolescencia y giran en torno al concepto de identidad.

Erik Erikson, psicoanalista estadounidense de origen alemán, fue el primero en señalar la importancia de estas preguntas para entender el desarrollo adolescente, para él "Identidad vs. Confusión de la identidad" es un estadio en que la persona descubrirá quién es, qué hace en la vida y hacia dónde va.

La moratoria psicosocial es el término propuesto por Erikson para definir la brecha

existente entre la seguridad propia de la infancia y la autonomía propia de la edad adulta. A medida que los adolescentes buscan su identidad experimentan con diferentes roles. Los jóvenes que exploran las identidades contradictorias de forma saludable, emergen con un nuevo sentido del yo, aceptable socialmente. Por el contrario, los adolescentes que no resuelven eficazmente esta crisis de identidad experimentan lo que Erikson denomina confusión. La confusión puede seguir uno de dos caminos posibles: El individuo se retira, aislándose, o se sumerge en el mundo de los iguales, perdiendo su identidad.

Conforme los adolescentes perciben que serán responsables de sí mismos y de sus vidas van descartando poco a poco los roles indeseables.

Adaptación de Zepeda Rodríguez, A. (22 de 11 de 2010). *Identidad en la adolescencia*. Recuperado el 04 de 04 de 2018, de Gestiópolis: <https://www.gestiopolis.com/identidad-adolescencia/>

Noviazgo juvenil

El noviazgo es una fase transitoria en que la pareja mantiene una comunicación comprometida y aprende a conocer recíprocamente su carácter, sentimientos, gustos, aficiones, ideales de vida, etc., de igual modo encuentra las diferencias y las resuelve dialogando y negociando.

El noviazgo implica aprender a aceptarse uno mismo y al otro reconociendo las virtudes y defectos, también favorece la formación de voluntad, combate el egoísmo, fomenta la generosidad, la confianza, la honestidad, el



respeto; estimula la reflexión y el sentido de responsabilidad. Con el noviazgo se puede practicar la habilidad de resolver conflictos y

comenzar a utilizar formas efectivas de comunicación, además de aprender a ver las cosas desde distintas perspectivas.

Sin embargo este tipo de relación entre jóvenes suele ser muy inestable y se ve afectada por la inexperiencia e inestabilidad física y emocional, además los implicados suelen verse influidos por terceras personas que juzgan, presionan, imponen, prohíben, etc.

La cercanía de los padres es de vital importancia para abordar el tema del noviazgo, incluso mucho antes de que se presente en la realidad. De común acuerdo deben establecer normas acerca de la edad mínima para que pueda comenzar el noviazgo, las

dificultades que acarrea el iniciar una vida sexual de manera prematura y el modo en que influirá en los planes para la vida profesional y los sueños personales.

Los padres deben conversar, comprender y mostrar cariño y apoyo a los hijos. Advertirlos de los peligros y tenerles bien informados sobre las consecuencias de sus decisiones. Ayudarles en todo lo posible, sin resentimientos ni orgullo mal entendido, intentar ponerse en el lugar de los hijos, tratar de conocer a la pareja y encontrar lo que cada uno ve en la otra persona.

Adaptación de Gras, F. (02 de 2013). *El noviazgo en los jóvenes*. Recuperado el 04 de 04 de 2018, de Generación Anáhuac: <https://issuu.com/generacionanahuac/docs/ga140>

Autoestima

Montoya y Sol (2001) definen la autoestima como la capacidad o actitud interna con que un individuo se relaciona consigo mismo y lo que hace que se perciba dentro del mundo, de una forma positiva, o bien con una orientación negativa.

Los seres humanos poseemos una imagen propia y de nuestras relaciones factuales con nuestro medio ambiente, así como una jerarquía de valores y objetivos meta que definen la apreciación y valoración de nosotros mismos. "Dichos valores forman un modelo coherente a través del cual la persona trata de planificar y organizar su propia vida dentro de los límites establecidos por el ambiente social" (Román, 1983, citado en González-Arratia, 2001, p. 17).

Sobre este cimiento es posible pensar que la autoestima es un estado mental. Un sentimiento o concepto valorativo de nuestro ser; se va forjando poco a poco; es decir, se aprende y cambia. Se basa en aquellos pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo, asimilando e interiorizando durante nuestra vida.

Existen múltiples factores que se implican para autoapreciarnos y que van modificando rítmicamente nuestra autoestima. Branden (1995) reconoce seis pilares de la autoestima: Vivir conscientemente, Autoaceptarse, Ser autoresponsable, Tener autoafirmación, Vivir con determinación o propósito en la vida y Vivir con integridad.

Adaptación de Silva-Escorcia, I., & Mejía-Pérez, O. (01 de 01 de 2015). *Autoestima, adolescencia y pedagogía*. Recuperado el 04 de 04 de 2018, de Revista Electrónica Educare: <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/4895723.pdf>



“Es posible pensar que la autoestima es un estado mental.”



Pensamos en el libro

Al terminar de recapitular la historia de Bruno, que acaba siendo la de cómo Gabi defiende su independencia, las ideas de nuestra emprendedora protagonista se clarifican “como si hubiese un foco de luz iluminando su interior”, esa luz le mostró que nadie podía quitarle lo que realmente era de ella y eso que realmente le pertenecía “no son personas ni cosas, no es ni un enamorado, ni un trabajo, ni una campaña” es su esencia, lo que cada día aprende, sus recuerdos, lo que ama, desea y sueña, sus proyectos y logros. Gabi piensa que ese conjunto de cualidades, talentos, valores y potencialidades están ahí para compartirse con gente que sepa apreciarlos y disfrutarlos e inclusive engrandecerlos.

Gabi se ha dado cuenta de lo más importante: “hay un espacio que yo misma ocupo en [mi vida]. Eso, sí, no me lo quita nadie”.



Orientamos la actividad

Antes de la lectura

Por medio de estas actividades descubrimos de qué tratará el libro a través del análisis del título y de aspectos mencionados en la reseña de la contraportada tales como la importancia que tiene la toma de decisiones para Gabi, la experiencia de enamorarse y la necesidad de tener confidentes en esta etapa del desarrollo. También invitamos al lector a indagar cómo enfrentaría esta clase de experiencias.

Apoyemos a nuestros alumnos para establecer su identidad y fortalecer su autoestima. Le compartimos algunos consejos para ello:

- Comunícate sin imponerte, tanto ellos como tú aprenden cosas nuevas al relacionarse.
- Invítales a que te cuenten por propia voluntad sus problemas, no te comuniques con ellos como si inspeccionaras.
- No pongas etiquetas, si te comunicas con estereotipos los ofendes y actuarán a la defensiva. No seas prejuicioso y evita las críticas, eso bloquea la comunicación.
- Evita ejemplificar con tus historias personales, no generan empatía y tampoco las entienden. Sé directo, tolerante y respetuoso en tus opiniones.



Durante la lectura

Las siguientes actividades ayudan al lector a reflexionar sobre: las diferentes visiones sobre el noviazgo, la maternidad y la vida profesional, también analizamos la necesidad de los adolescentes de tener la confianza suficiente en el entorno familiar y la incomodidad de sentirse vigilados o dependientes, así mismo abordamos la búsqueda adolescente de la autosuficiencia.

Aprovechamos la experiencia del lector para aproximarnos a temas como el activismo ecologista, la incursión de los adolescentes en la vida laboral y los beneficios que esta decisión puede reportarles.

Esta sección también busca que los lectores tengan la oportunidad de opinar e imaginarse a sí mismos en las situaciones vividas por los personajes.

“

Aprovechamos la experiencia del lector para aproximarnos a temas como el activismo ecologista, la incursión de los adolescentes en la vida laboral y los beneficios que esta decisión puede reportarles.

”

Después de la lectura

En la primera parte de esta sección el grupo de lectores dialogará sobre: la decisión de Gabi de trabajar, los planes que tiene para el futuro, la forma en que fingía que todo estaría bien y que los problemas se resolverían, los reproches de Bruno y sus deseos de autonomía. Las preguntas buscan que el lector reflexione sobre la situación de los personajes, pero de igual forma invita al lector a cuestionarse lo que haría al estar en la misma posición.

En la segunda parte encontramos una actividad de creación colectiva que invita a los lectores a impulsar una campaña para cuidar el medio ambiente en su comunidad.

La tercera parte propone a los lectores la creación de un plan que exprese paso a paso cómo podría obtener ingresos a partir de las capacidades y conocimientos con que cuentan hoy.

Recursos TIC

Observe el siguiente video con sus alumnos e invítelos a contestar las preguntas que se hacen sobre autonomía e independencia.

- Programas televisivos subsistema de Telesecundarias, plan 2011. (8 de 10 de 2012). OYT 21 *Desafíos de la adolescencia, autonomía e independencia*. Recuperado el 05 de 04 de 2018, de YouTube.MX: <https://www.youtube.com/watch?v=IWnZ6YbYk18>

