SED 057



Padres y Maestros eficaces para una Educación Integral

SED057 Manual

PLAN NACIONAL PARA LA SUPERACION DEL PROBLEMA DE LA DROGA

ALCALDIA MAYOR DE SANTAFE DE BOGOTA, D.C.

Secretaría de Educación

Programa Promoción Juvenil y Prevención Integral

Padres y Maestros eficaces para una Educación Integral

Estrategias fundamentales para prevenir la Drogadicción y demás problemas relevantes de la juventud.

Elaborado y adaptado por: **María Gertrudis Tibocha P.**

Santafé de Bogotá, D.C.

1a. Edición, 1992

Diseño y Diagramación:

Semper Ediciones

Carátula:

José Fernando Piedrahita Roa

Ilustraciones:

Fernando Eduardo Murillo T.

Impresión:

Técnica Gráfica San Ltda.

© **Gertrudis Tibocha P.**

Prohíbida su reproducción total o parcial sin permiso previo del autor. Queda hecho el depósito legal.

"Si una persona es perseverante, aunque sea dura de entendimiento, se hará inteligente; y aunque sea débil se transformará en fuerte"

Leonardo Da Vinci

PRESENTACION

La verdadera Prevención es una labor educativa permanente, que se empieza en casa y termina en la escuela. No es con consejos y charlas, sino adoptando una conducta diaria que facilite el crecimiento en un ambiente de seguridad y tranquilidad para el desarrollo de su propia Autoestima, proceso en el cual, el afecto, el diálogo, la comprensión, las oportunidades para una real participación y toma de decisiones, así como la orientación para el ***USO CREATIVO DEL TIEMPO*** *son sus mejores herramientas. Teniendo en cuenta lo anterior y basados en las experiencias de Padres y Docentes durante cinco años, de* ***COMO PROCEDER ANTE LOS FACTORES DE RIESGO****, se ofrece esta obra.*

Es urgente proporcionar a los Padres de Familia y Maestros, recursos prácticos que les ayuden a asumir con eficacia su papel, con el fin de formar individuos también eficaces como seres humanos que contribuyan positivamente a su propia realización y al desarrollo del mundo del cual participan.

La publicación de este manual ha de servir de estímulo para que las instituciones educativas y la comunidad en general, se vinculen con más ahínco a la labor de ***PREVENCION INTEGRAL.***

María Gertrudis Tibocha P.

SIMBOLOS DE SANTAFE DE BOGOTA D.C.

Escudo de Armas



Fue otorgado por el Emperador Carlos V según Real Cédula dada en Valladolid el 3 de diciembre de 1548 diez años después de la fundación de Santafé de Bogotá por Gonzalo Jiménez de Quesada. *"...é por la presente hacemos merced é queremos é mandamos que agora é de aqui adelante la dicha provincia del dicho Nuevo Reino de Granada é cibdades é villas della hayan é tengan por sus armas conocidas un escudo que en el medio del haya un águila negra rampante entera, corona de oro que en cada mano tenga una granada colorada en campo de oro, y por orla unos ramos con granadas de oro en campo azul, según va pintao é figurao."*

En la época de la independencia, las armas del rey se sustituyeron por JHS dorado sobre campo celeste.

El Aguila simboliza la firmeza y las nueve granadas rojas simbolizan el valor y la intrepidez.

La Bandera



Sus colores amarillo y rojo, fueron el estandarte real y la escarapela nacional creada por los patriotas del 20 de julio de 1810, cuando se vieron cintas y lazos bicolor amarillo y rojo con la leyenda "Viva la Junta Suprema de Santafé de Bogotá".

Después de 142 años, mediante el decreto 555 del 9 de octubre de 1952, se adoptó como bandera oficial.

Los colores de la heráldica tienen un gran significado. El amarillo significa la virtud, la justicia, la benignidad y la clemencia, y de las cualidades mundanas, la nobleza, la caballería, la riqueza, la generosidad, el esplendor, la salud, la solidez, la alegría, la prosperidad, la larga vida y la eternidad, el poder y la constancia que se ha de tener en los peligros.

El rojo significa las virtudes, la caridad y las cualidades, la valentía, la nobleza, la magnanimidad, el valor, el ardid, el honor, el furor y el vencimiento.

Himno de Santafé de Bogotá

La letra fue compuesta por el señor Pedro Medina y fue acogida por el decreto 1000 de 1974. Su texto es el siguiente:

CORO

Entonemos un himno a tu cielo,
a tu tierra, y tu puro vivir,
blanca estrella que alumbra en los Andes
ancha senda que va al porvenir.

Tres guerreros abrieron tus ojos
a una espada, a una cruz y a un pendón.
Desde entonces no hay miedo en tus lindes,
ni codicia en tu gran corazón.

Hirió el hondo diamante un agosto
el cordaje de un nuevo laúd
y hoy se escucha el fluír melodioso
en los himnos de la juventud.

Fértil madre de altiva progenie
que sonríe ante el vano oropel,
siempre atenta a la luz del mañana
y al pasado y su luz siempre fiel.

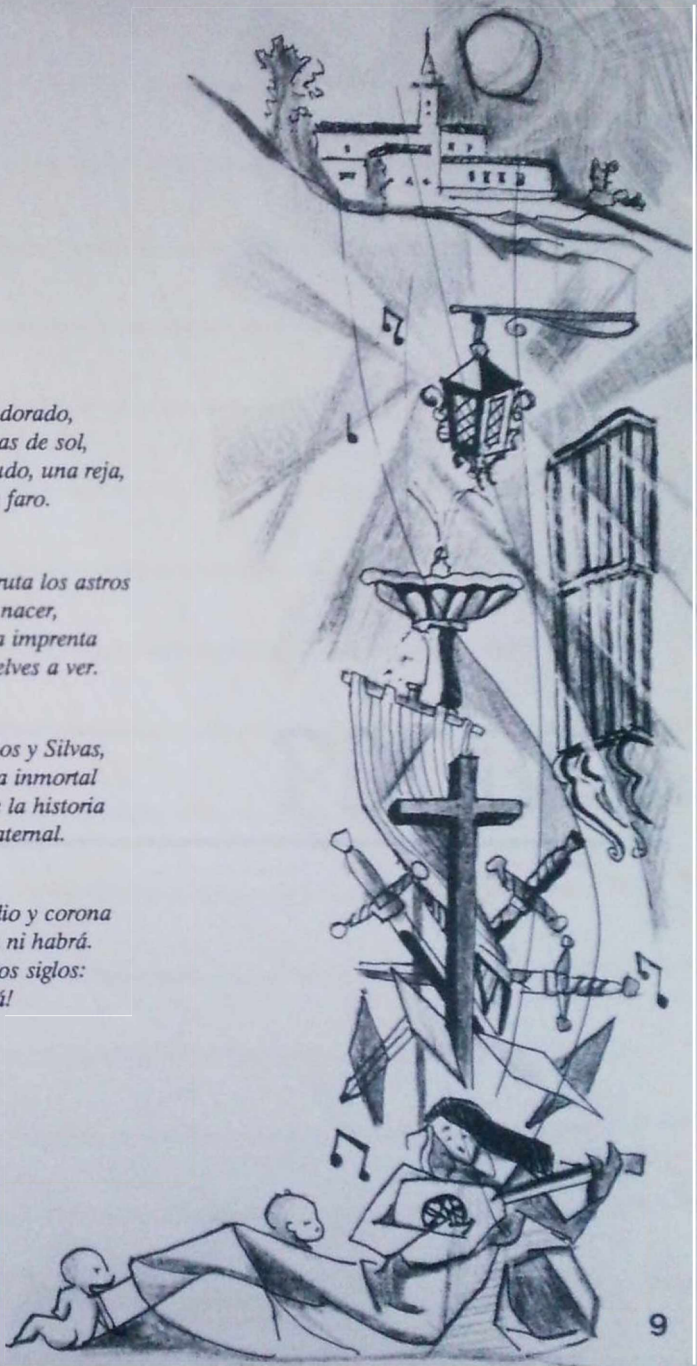
La Sabana es un cielo caído,
una alfombra tendida a tus pies
y del mundo variado que animas
eres brazo y cerebro a la vez.

Sobreviven de un reino dorado,
de un imperio sin puestas de sol,
en tí un templo, un escudo, una reja,
un retablo, una pila, un faro.

Al gran Caldas que escruta los astros
y a Bolívar que torna a nacer,
a Nariño accionando la imprenta
como en sueños los vuelves a ver.

Caros, Cuervos y Pombos y Silvas,
tantos nombres de fama inmortal
que en el hilo sin fin de la historia
les dió vida tu amor maternal.

Flor de razas, compendio y corona
en la patria no hay otra ni habrá.
Nuestra voz la repiten los siglos:
Bogotá! Bogotá! Bogotá!



PADRES

PADRES E HIJOS

SUS HIJOS Y LAS DROGAS

En el mundo actual, el temor de muchos padres es la drogadicción. Pero la solución no es tratar de ocultar el problema; los padres deben conocer las señales.

Estas son algunas que podrían indicar que el niño o adolescente usa drogas:

— Abandona a sus amigos o cambia de círculo a nuevos amigos.

— Ojos enrojecidos y pupilas dilatadas.

— Se aleja de la familia y se muestra "misterioso" en cuanto a actividades fuera de la casa.

— Bajo rendimiento escolar y descuido en su apariencia física.

— Comportamiento curioso, diferente, poco usual. Cambios de estado de ánimo inexplicables.

— Actitud abierta al uso de las drogas: aunque no admite que las usa, no ve qué tiene de malo que otros lo hagan.

— Ausencias injustificadas al colegio, trabajo y cambios de carreras en la Universidad.

— Los padres descubren utensilios usados en el consumo de las drogas, como pipas, papel para hacer cigarrillos caseros y otras cosas similares.

Recuerde que algunos de estos síntomas podrían tener otras causas (que tal vez requieran la ayuda de un psicólogo o psico-orientador); no los ignore ni los deje pasar. Investigue. Hable con sus hijos, tranquila y objetivamente, sin acusarlos, ni recriminarles; es importante que se **COMUNIQUEN.**

Si es necesario hable con los padres de los amigos, maestros y vecinos... No cese hasta llegar al fondo del asunto. Si llega a la conclusión de que en efecto su hijo usa drogas, trate de conservar la calma, emprenda un plan de acción y apoye a su hijo; dígale que quiere ayudarlo a resolver sus problemas y salir de la droga; bríndele su amor... y siente reglas claras y firmes: un enfático **NO** al uso de Drogas. Las reglas deben ser realistas pero firmes.

— Pida la colaboración y apoyo del colegio para aprovechar el tiempo libre en forma constructiva.

— Solicite orientación y busque ayuda especializada como Programas de Prevención y Rehabilitación para problemas relacionados con el uso de drogas y asegúrese de que su hijo asista.

— Colabore con estos Programas supervise el tiempo libre del muchacho.

— Establezca normas de conducta y hágalas cumplir.

Pero lo más importante es que el chico se sienta apoyado en todo momento por todos los miembros de la familia. No olvide que problemas de índole personal, como la baja autoestima, la carencia de metas, los conflictos familiares, etc., llevan a muchos jóvenes a refugiarse en las drogas. Por lo mismo, para que sus hijos no entren en el problema de la drogadicción, ustedes como padres deben conocer, por qué una persona se vuelve adicta.

Los factores de riesgo familiares que pueden contribuír y cómo resolverlos.

Una persona se vuelve drogadicta, por muchas razones, por muchas causas, las cuales es mejor considerar en términos de **FACTORES DE RIESGO.**

Los Factores de Riesgo no son otra cosa que ciertas características de tipo familiar, social, biológico y psicológico, que se presentan en un individuo determinado para favorecer la aparición de un problema. Diferentes estudios concuerdan hoy en señalar las siguientes situaciones familiares, como factores que predisponen a una persona a involucrarse en problemas.

1. FACTOR DE RIESGO:
FALTA DE COMUNICACION FAMILIAR



¿COMO PROCEDER? ESCUCHE.

— Preste atención a su hijo, y no lo interrumpa. Sepa escuchar y callar.

— Reserve sus opiniones hasta que haya expuesto las de él.

— Demuestre interés, vaya observando la expresión facial y el lenguaje corporal.

— Trate de comprender los sentimientos que hay detrás de las palabras.

— No **PRESUPONER.** Muchos padres, o mucha gente tiene conceptos preconcebidos, prejuicios, sobre sus hijos o su cónyuge, y esos conceptos obstaculizan la comunicación. Nunca hay que dar por sentado que uno conoce los pensamientos o los sentimientos de otra persona.

— No **CRITICAR** ni **JUZGAR.** Una vez entró la hija a buscar a su madre a la cocina de su casa para decirle: "*Mamá ¿qué opinión tienes del aborto?*" La mamá palideció y grito: "*No quiero volver a oirte mencionar siquiera esa palabra*". ¿Por qué hizo esa pregunta aquella muchacha? La mamá quizá nunca llegue a saberlo, y es probable que su hija nunca más intente tratar con ella ningún tema serio o delicado.

Los padres de familia, las esposas y los amigos, muchas veces saboteamos una conversación con comentarios o juicios que emitimos sin pensar.

Finalmente, sea constructivo en la crítica con sus hijos, critique sus actos y errores, mas no al niño.

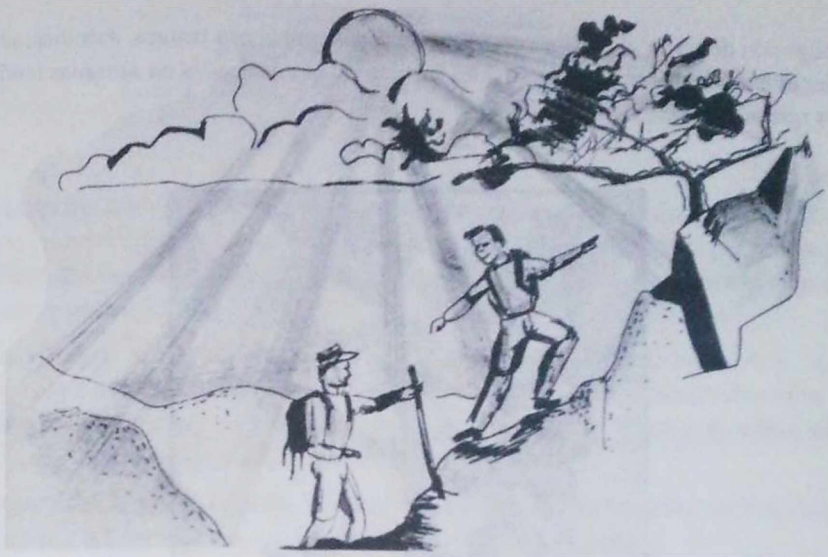
Los hijos necesitan saber que confían en sus padres.

2. FACTOR DE RIESGO:
CARENCIA DE METAS Y RETOS

INCULQUELES LA ACEPTACION DE RETOS.

Los niños triunfadores son aquellos a quienes se estimula para que hagan su mejor esfuerzo; para que exploren terreno desconocido y vean en sus propios errores oportunidades para madurar. En cuanto prueba el sabor del éxito, siempre se esfuerza por obtener más.

Sin embargo sea realista; anímelos a perseguir metas y objetivos en armonía con sus posibilidades, y no con lo que usted sueña. No siempre coinciden. Expréseles palabras



de aliento. Incúlqueles el amor por el saber. Los jóvenes de hoy se enfrentan a un mundo cambiante, en el que necesitan poseer nuevos conocimientos y técnicas, ¿Cómo prepararlos? Incítelos a leer, incúlqueles el amor por los libros, a ser curiosos; alimente su creatividad; ayúdelos a adquirir hábitos de estudio y trabajo constantes.

Enséñele a sus hijos a alcanzar el éxito, a ser capaces de arriesgarse, y a competir con ellos mismos no con los demás.

A los verdaderos triunfadores les interesa más superarse a sí mismos, que derrotar a los contricantes.

3. FACTOR DE RIESGO:
AUSENCIA DE VALORES Y CREENCIAS

— Haga que Dios esté presente en sus vidas, en sus hogares.

Orar juntos y seguir las tradiciones religiosas del grupo social recuerdan a la familia el amor a Dios. Con ello los jóvenes sienten que en la vida hay algo más que la

obligación de tratar al prójimo como nos gustaría que él nos tratara. Además, se dan cuenta que las creencias que usted les inculca están enraizadas en antiguas tradiciones que aún tienen valor.



Existen otros valores como la responsabilidad, honradez, tolerancia, honestidad, etc. ¿Cómo se manifiestan? Por ejemplo nuestra honradez la podemos manifestar y transmitir a los hijos de diversas maneras: en el respeto a los bienes ajenos, en la realización del trabajo bien hecho, en el cumplimiento de los compromisos adquiridos y en el cumplimiento de los deberes para con la familia y la comunidad, para con nosotros mismos y para con la Patria.

— Reconozca que las **ACCIONES** de los padres **AFECTAN** el **DESARROLLO** de los **VALORES** en sus hijos.

Expresado en forma sencilla, los hijos copian el comportamiento de sus padres. Por ejemplo, cuando los padres toman alcohol o fuman, es probable que los hijos se inclinen por el licor o sean fumadores.

EVALUE su forma de usar el alcohol, cigarrillo, etc., y considere si puede influir sobre sus hijos acerca del uso de estas sustancias.

4. FACTOR DE RIESGO:
PADRES VIOLENTOS QUE MALTRATAN A SUS HIJOS

Los maltratos emocionales y físicos no se originan en la mala conducta de los niños, sino en los problemas psicológicos de los adultos. Ya sea que los padres que maltratan procedan de familias pobres o ricas, se trata por lo general de personas que no recibieron educación ni cariño adecuados por parte de los Progenitores.

Algunos padres no quieren entender que la conducta de un niño puede tener que ver con algo que ellos han hecho o dejado de hacer. Un padre incomprensivo puede sentir por ejemplo, que un niño llora, no como expresión de hambre o miedo, sino porque el bebé es malo y "*quiere sacarle de quicio*".

El Doctor Jay Lefer, psiquiatra, exdirector del Boletín de la Sociedad de Psiquiatría de Nueva York se refiere a las cuatro "D" del maltrato emocional:

— **Desapego**

— **Distanciamiento**

— **Desprecio**

— **Dominación**

Los padres abusivos pueden recurrir a una de ellas o a las cuatro para que afloren sus propios conflictos psicológicos y no enfrentar la crianza de los hijos.

DESAPEGO Y DISTANCIAMIENTO

Los padres psicológicamente inaccesibles rara vez acarician a un bebé que llora o manifiestan mayor interés en el desarrollo de la criatura. Como resultado de ello, sus hijos no desarrollan lo que los psicólogos llaman un vínculo seguro con sus padres. La inaccesibilidad de los mayores es demoledora para el niño, pues no obtiene recompensas emocionales acostumbradas por su curiosidad, su crecimiento o sus logros.

DESPRECIO

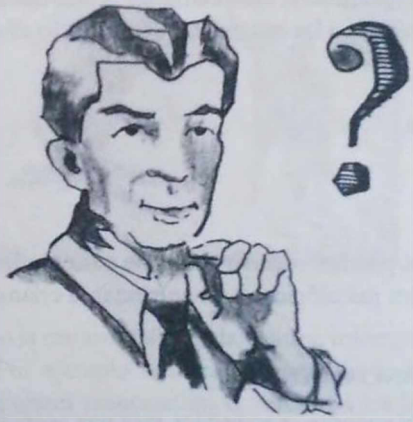
En algunos hogares, padre y madre "*trabajan en equipo*" para despreciar a un hijo, usando un flujo continuo de injurias verbales que invalidan los logros del niño y

amplifican de toda proporción cualquier muestra de mal comportamiento; en otros hogares uno de los padres es el que maltrata activamente y el otro es un "*cómplice pasivo*".

DOMINACION

Todos los padres tratan de dominar a sus hijos en ciertos aspectos imponiendo normas de conducta y tratando de inculcarles sus propios valores.
Pero existe una enorme diferencia entre dominar por la educación y el ejemplo y dominar por la crueldad. Los padres abusivos obtienen lo que quieren aterrando al niño para que se pliegue a sus deseos.

PREGUNTAS QUE DEBE HACERSE



— ¿Estoy continuamente enojado con mi hijo?

— ¿Veo en mi hijo características que recuerdan lo mucho que me desagrada alguien más en la familia?

— ¿Me siento avergonzado de mis hijos?

— ¿Soy muy susceptible?

Si Usted contesta honestamente estas preguntas, puede que necesite ayuda.

RECUERDE: Cuando los padres son malhumorados e irritables, los hijos se fastidian y sueñan con dejar el hogar, aumentando los problemas de soledad.

5. FACTOR DE RIESGO:
USO DEL ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS POR PARTE DE LOS PADRES.

El Alcoholismo es una enfermedad, avanza progresivamente y es el mayor problema de salud actualmente en el mundo. Además deteriora física y mentalmente a las personas y destruye al individuo y a su familia.

Existe un agravante serio: El alcohol no es objeto de sanciones sociales, al contrario es socialmente aceptado.

— En lo posible no consuma alcohol y otras sustancias. Sea un buen ejemplo para sus hijos.

— Pero si Usted es una persona alcohólica, tenga el valor de aceptarlo y pida ayuda. Acuda a un Centro Especializado. No herede el problema a sus hijos; ayudándose a sí mismo, ayudará a su familia y a la sociedad.

— Infórmese sobre el tema del Alcoholismo y la Drogadicción y comparta sus conocimientos con sus hijos y otros padres.

— En lo posible en sus reuniones familiares, procure racionalizar el uso del alcohol y nunca fuerce a sus invitados a tomarlo.

PADRES NO OLVIDEN:
el alcohol es la puerta de entrada a otras drogas

6. FACTOR DE RIESGO:
FALTA DE EXPRESION Y DEMOSTRACION DEL CARIÑO A LOS HIJOS

El amor es el principal factor de equilibrio personal y social, sin él habría disgregación interior. Es preciso estrechar los lazos afectivos con sus hijos, ¿Cómo?

ACARICIAR

A todos nos gusta que nos traten con cariño. La mano que se posa sobre el cabello, el abrazo que el otro no espera, el elogio sincero, el obsequio pequeño y sin motivo; estos factores representarán para los hijos un gran apoyo en su maduración.



CALOR DE HOGAR

Cuántas familias se han vuelto "*frías*" por haber elevado a mitos el orden, la disciplina, la puntualidad. En casa una carcajada es más importante que todo el orden del mundo. Cualquiera que regresa a casa un poco tarde espera sentir la alegría del retorno más que el reproche del retardo.

Calor de Hogar es no sentir miedo los hijos de los padres y la esposa del esposo.

CULTIVE LA AUTOESTIMA DE SUS HIJOS

Sin autoestima, los hijos no progresan académica, social ni personalmente.

Enséñele la alegría de vivir, el amor por la vida misma y por cada ser humano.

Enséñele a valorarse en toda la dimensión de su persona con sus cualidades y defectos.

Si desarrollamos y sostenemos los padres el sentimiento de autoestima en nuestros hijos, tendrán éxito en sus relacines sociales.

7. FACTOR DE RIESGO:
FALTA DE UNIDAD FAMILIAR Y DESAVENIENCIAS FAMILIARES

En toda familia existen problemas y desaveniencias que se deben arreglar por medio del diálogo.

A los hijos se les debe tener en cuenta en las determinaciones que se vayan a tomar en familia, además escuchar sus experiencias para solucionar los problemas; todo esto respetando la individualidad. En lo posible con **RESPETO** y **TOLERANCIA** se debe mantener la unidad familiar.

GUIA PARA LOS PADRES QUE SIENTEN PREOCUPACION POR EL FUTURO DE SUS HIJOS

Para responder en familia:	SI	NO
1. ¿Conocen ustedes a la mayoría de los amigos de sus hijos;	☐	☐
2. ¿Son ellos bienvenidos en su hogar?	☐	☐
3. ¿Estimulan las actividades, los intereses y los **AFECTOS** de sus hijos?	☐	☐
4. ¿Pasan ustedes con frecuencia algunos momentos a solas con ellos?	☐	☐
5. ¿Contestan ustedes con alegría las preguntas sobre problemas escolares que les hacen sus hijos?	☐	☐
6. ¿Se sienten ustedes orgullosos por los triunfos de sus hijos?	☐	☐
7. ¿Cumplen sus hijos las tareas que les son asignadas en el hogar?	☐	☐
8. ¿Cuando ustedes se ausentan del hogar, dejan a alguien responsable para cuidar a sus hijos?	☐	☐
9. ¿Animan ustedes a sus hijos a participar en juegos y actividades?	☐	☐
10. ¿Tienen ustedes cuidado de no favorecer a uno de sus hijos más que a los otros?	☐	☐
11. ¿Les demuestran ustedes a sus hijos que confían en sus capacidades?	☐	☐

12. ¿Muestran ustedes cariño por sus hijos besándolos antes de mandarlos a dormir? ☐ ☐
13. ¿Se sienten ustedes a gusto en compañía de sus hijos durante un período largo? ☐ ☐
14. ¿Cumplen ustedes razonablemente las promesas que les hacen? ☐ ☐
15. ¿Son ustedes uniformes en la disciplina de sus hijos o los tratan con severidad unas veces y con mucha tolerancia otras? ☐ ☐
16. ¿Al disciplinar a sus hijos, comprenden ellos la razón del castigo? ☐ ☐
17. ¿Se cuidan ustedes de hacer mención de los incidentes desagradables una vez que han pasado? ☐ ☐
18. ¿Procuran ustedes realmente comprender las causas de los temores, reacciones negativas y depresiones de sus hijos, a fin de ayudarlos a vencer esos males? ☐ ☐
19. ¿Se reúnen ustedes en familia para comer juntos por lo menos una vez al día? ☐ ☐
20. ¿Participa la familia en conjunto de las actividades religiosas? ☐ ☐
21. ¿Planean ustedes anticipadamente la futura educación de sus hijos? ☐ ☐
22. ¿Creen ustedes que como **PADRES** son un ejemplo para sus hijos? ☐ ☐
23. ¿Saben ustedes siempre dónde están o andan sus hijos? ☐ ☐
24. ¿Tienen sus hijos un horario regular para las comidas, los baños y para ir a domir? ☐ ☐
25. ¿**PADRE:** Comparte usted la responsabilidad de la disciplina con su esposa o deja este asunto enteramente a cargo de ella? ☐ ☐
26. ¿Tratan ustedes de llegar a su casa lo más temprano posible para pasar en compañía de sus hijos algunos momentos antes de que se acuesten? ☐ ☐

— Si las respuestas afirmativas son 18 o más, la **FAMILIA** marcha bien y sus hijos están bien encaminados.

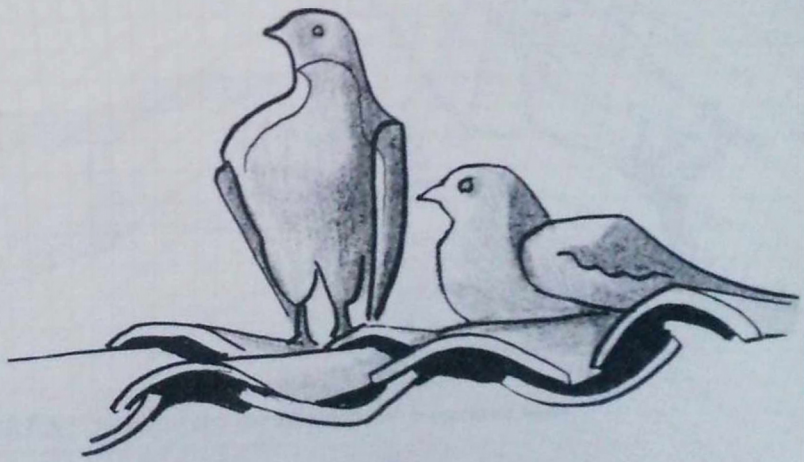
— De 13 a 17 respuestas afirmativas es necesario corregir y mejorar varios aspectos de la vida familiar, pero sus hijos tienen todavía buenas posibilidades de triunfar en la vida.

— Si las respuestas positivas son 13 ó menos, sus hijos corren peligro. "Tomen urgentes medidas para corregir la situación de su hogar".

Cuanto mayor sea el número de *"respuestas afirmativas"*, mayores serán las posibilidades de que sus hijos lleguen a ser mujeres y hombres de bien.

Tomado del libro "Goce de una vida sana y feliz" del Doctor Pedro D. Tabuenca.

Cuando hay armonía, hay paz en la familia
y esto se traduce en seguridad de los hijos
y bienestar para el país



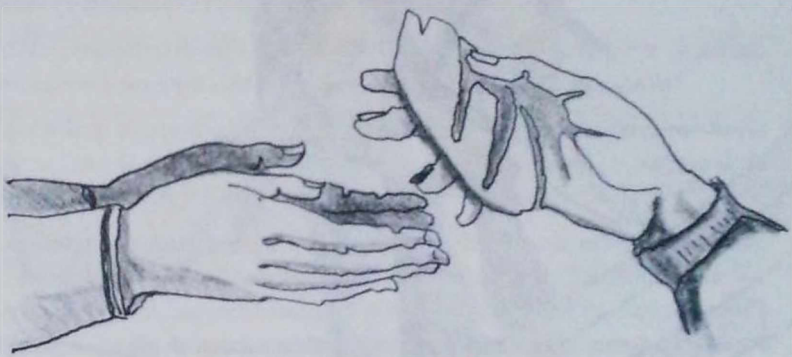
Y AHORA LE CORRESPONDE A USTED.....

Como Padre de Familia, utilice esta revisión de **FACTORES DE RIESGO**, en la propia historia de su vida, *"entendiéndose a sí mismo"*, comprende sus acciones frente a sus hijos. Al revisarse a sí mismo, identifica limitaciones y comportamientos que tiene como adulto. Rectificándolos facilitará experimentar la paternidad como una fuente de realización y de enriquecimiento personal.

En aquellos casos en los cuales encontremos que ninguno de los dos puede cambiar para satisfacer las necesidades del otro, reconozcamos que tenemos un conflicto y comprometámonos a resolver cada uno de esos conflictos sin que ninguno de los dos recurra al uso del poder o de la autoridad para ganar a expensas de que el otro pierda. "*Yo respeto tus necesidades, pero tu también debes respetar las mías*".

Madurez es el arte de vivir en paz con situaciones que no podemos cambiar o tener el valor de cambiarlos cuando las circunstancias así lo exigen. Esto facilitará en sus hijos, la configuración de una personalidad integrada, sólida, que se refleja en individuos satisfechos de sí mismos y proyectados positivamente al mundo.

ES MEJOR DAR QUE RECIBIR



PADRES: *Es mejor dar cariño y valores a nuestros hijos.*

MAESTROS: *Es mejor dar y preparar ciudadanos honestos que Colombia necesita.*

JOVENES: *Es mejor dar todo, la bondad y potencial juvenil en favor de los más necesitados.*

Así todos ayudamos a Prevenir Problemas a la Familia y a la Sociedad.



EL PRINCIPE FELIZ

"Allá en la parte más alta de la ciudad y sobre una elevada columna se erguía la estatua del Príncipe Feliz.

Estaba recubierta de pies a cabeza por delgadas hojas de oro; por ojos tenía dos zafiros y un gran rubí relucía en la empuñadura de su espada".

Un día llegó una golondrina que había retrasado su vuelo de invierno hacia Egipto y en su apresurado camino acertó a pasar de noche a los pies de la estatua.

La golondrina descubrió que el Príncipe lloraba; lloraba al ver la pobreza y la desdicha de los pobres habitantes de su ciudad. La golondrina fue persuadida para que permaneciera el tiempo suficiente, ya muy avanzado el invierno, a fin de ayudar al Príncipe a entregarse literalmente a sí mismo al distribuir riquezas a los pobres. Primero, la golondrina le llevó el rubí a una MADRE que velaba a su hijo enfermo, a fin de que pudiera devolverle la salud. Después, la golondrina le llevó un ojo de zafiro a un escritor que moría de inanición en una helada buhardilla. Llevó el otro ojo de zafiro en un vuelo más a una pequeña que vendía cerillos. Después, una por una, la golondrina se llevó todas las hojas de oro que cubrían el cuerpo del Príncipe para ayudar a los niños desnutridos y enflaquecidos.

Ahora el Príncipe se había dado a sí mismo. En el frío del invierno, se agrietó su corazón de plomo y también la golondrina falleció de frío.

"Tráeme las dos cosas más valiosas que encuentres en la ciudad", le indicó Dios a uno de sus ángeles, y el ángel le llevó el corazón de plomo y el avecilla muerta.

Oscar Wilde.

MAESTROS

UN LIBRO :

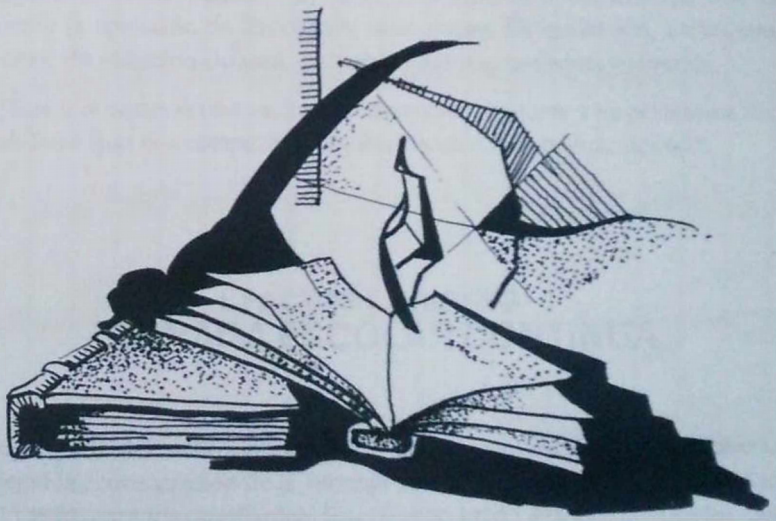
abierto, *es un cerebro que habla;*

cerrado, *un amigo que espera;*

olvidado, *un alma que perdona;*

destruido, *un corazón que llora.*

(Proverbio árabe)



MAESTROS Y ALUMNOS

SUS ALUMNOS Y LAS DROGAS

En el sistema educativo existe una serie de **FACTORES DE RIESGO** que están favoreciendo la aparición de Problemas tales como: Drogadicción, Delincuencias Organizadas, Prostitución Infantil, etc., en nuestros estudiantes y jóvenes.

Vale la pena que como maestros, conozcamos estos factores y dispongamos toda la responsabilidad que nos compete para solucionarlos. Las principales son:

I. FACTOR DE RIESGO
JORNADA ESCOLAR CONTINUA

En la mayor parte del territorio nacional, y por la necesidad de ampliar coberturas se estableció la concentración de la Jornada Escolar, aumentando así la cantidad de **TIEMPO LIBRE** para los estudiantes. Este tiempo unido a la ausencia de los padres a causa de su trabajo, expone al joven a utilizar su tiempo inadecuadamente.

Ante esta falta de orientación a los alumnos para utilizar creativamente su tiempo ¿qué puede hacer el maestro?

Promover actividades estudiantiles que los mantengan alejados de las drogas y les ofrezcan vías saludables para sus intereses como estudiantes.

Una de estas vías, la más importante, es la conformación de Organizaciones Creativas Juveniles.

¿QUE ES LA ORGANIZACION CREATIVA JUVENIL?

Es la agrupación de los centros de interés, comités o clubes creativos juveniles dedicados al desarrollo de actividades culturales, científicas, deportivas, de servicio social que funcionan en cada institución educativa cuyo **PROPOSITO** es:

> *"Promover la participación activa, renovadora y organizada de estudiantes, docentes, padres de familia y comunidad mediante actividades que posibiliten mejorar la calidad de vida y en donde los* **JOVENES** *tomen sus propias decisiones y asuman compromisos con la sociedad".*

¿QUE ACTIVIDADES PUEDEN REALIZAR LOS JOVENES?

— Organización de clubes de lectura.

— Monitorías estudiantiles.

— Grupos de teatro y danzas.

— Grupos musicales y corales.

— Deportes.



— Proyectos y actividades productivas.

— Ciclismo estudiantil.

— Campismo.

— Grupos de pastoral juvenil.

— Grupos y proyectos ecológicos.

Otra orientación del tiempo libre es pertenecer a organizaciones juveniles establecidas como:

— Cruz Roja.

— Asociación Cristiana de Jóvenes

— Policía Cívica Juvenil.

— Movimiento Scout-Guías Scouts

— Pro-Recreación

— Hogares Juveniles Campesinos.

¿Dónde recibir más información?

— Programas de Promoción Juvenil y Promoción Integral

— Secretarías de Educación.

— Asociación Colombiana de Instituciones Juveniles (no gubernamental)

Utilice mejor el tiempo libre:
el tiempo que se va no vuelve, y si vuelve no es el mismo.

II. FACTOR DE RIESGO:
MAESTROS CONSUMIDORES

El consumo de cigarrillo, alcohol y otras sustancias por parte de los docentes, contribuye a la presencia de consumo entre los alumnos por mecanismos de identificación.

El estudiante ve natural que su profesor consuma alguna sustancia, y se ve reforzado o usarla, debido a su identificación con su maestro.

Es importante que las directivas del plantel tengan en cuenta lo siguiente:

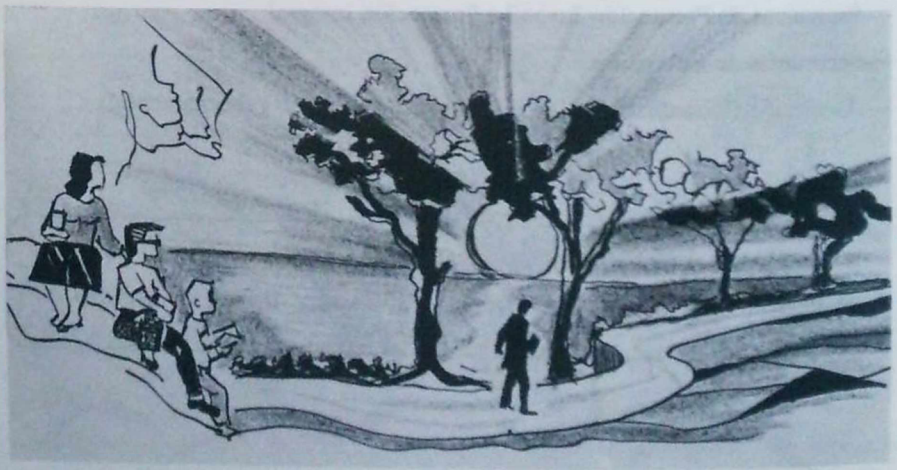
— Si existen áreas del plantel en donde los alumnos de últimos grados **PUEDEN FUMAR**, deben suspenderla debido al impacto negativo que causa en los demás alumnos.

— Procurar los profesores en lo posible, no fumar en el colegio.

— Hablar a los alumnos sobre lo nocivo del cigarrillo, el alcohol y otras drogas.

— Unirse el colegio a las campañas de *"Adopte un Fumador"* y la *"Semana de la Prevención"*.

El Maestro educa con el ejemplo



III. FACTOR DE RIESGO:
CURRICULUM ACADEMICISTA Y FALTA DE COMPROMISO DE LOS DOCENTES.

Los programas académicos reducen la educación a trasmisión de conocimientos, comprometen la atención de alumnos y docentes en actividades que se distancian cada vez de la formación y desarrollo personal de **AMBOS.**

Algunos profesores, utilizan todavía el sistema de **TRASMISORES DE DATOS**, en ningún momento son formadores de la personalidad del alumno, uniéndose a esto la falta de compromiso para **DAR ALGO MAS DE LO QUE EL TIEMPO HORARIO OBLIGA.** No existe tiempo para orientar a sus alumnos en actividades, para escucharle su problemática familiar, para incentivarlos.

Ante esta situación se hace difícil el desarrollo de Programas Preventivos. Por lo tanto se deben tomar urgentes medidas como:

— Cambio de actitud ante su profesión por algunos maestros.



— Abandonar el rol de "*Instructores y Trasmisores de Información*" y comprometerse con el rol de **MAESTRO**, que es el de **FORMAR** hombres íntegros **CAPACES DE SERVIR** a los demás.

— Replantear su labor docente puesto que trasciende los límites del aula, la escuela y la familia incidiendo en toda una comunidad.

— Poseer convicción de lo que enseña y educar para la lucha diaria, sin treguas; enseñando que las situaciones adversas son para enfrentarlas y dominarlas, las cosas fáciles tienen poca importancia y las grandes conquistas de la vida llevan impresos el sello del sacrificio, de la entrega, de la abnegación constante.

— Demostrar una actitud de respeto hacia la **INTEGRIDAD DEL SER HUMANO** y ejercer la autoridad con base en el respeto; se ejerce autoridad cuando se orienta y se encausa solamente para que el alumno sea útil al grupo, a la familia y a la sociedad.

— Poseer habilidades e intereses definidos para trabajar con niños y jóvenes.

— Fomentar intereses, actitudes y metas entre los estudiantes para **PREVENIR** cualquier problema en sus vidas.

— Mostrar tolerancia ante los errores y dar alternativas para la solución, estimulando la **TOMA DE DECISIONES.**

— Prestar atención al Alumno cuando lo observamos **DECAIDO** o **TENSIONADO.**

— Procurar una disciplina consistente y justa.

— Estimular la curiosidad, imaginación y creatividad; expresiones naturales de nuestros jóvenes.

— Procurar ser modelo fuerte y comprensivo a **QUIEN SE PUEDE ADMIRAR.** Las relaciones entre Profesores y Alumnos exigen del respeto y la aceptación del otro tal como es, con virtudes y defectos.

— El verdadero educador considera a su alumno y al ser humano como una semilla o **RAZON DE SER**, de ahí se construye un clima, un estilo para educar... para llegar a ser un **SER SUPERIOR.**

MAESTRO: ***Que su mejor amigo sea su alumno...***
no le límite su creatividad...
su originalidad. ...
Aprenda de él...

IV. FACTOR DE RIESGO:
AUSENCIA O DEFICIENTE ESTIMULO AL DESARROLLO DE NUESTRA IDENTIDAD CULTURAL

El estudiante, en la mayoría de los casos desconoce el Folclor Colombiano, desconoce los valores tradicionales que han penetrado profundamente en el alma popular como: costumbres, tradiciones, usos, mitos, creencias, música y danzas, y todas aquellas manifestaciones que se encuentran arraigadas en nuestro pueblo, que son su **HABER,** su herencia ancestral y su legado y que a la vez constituyen nuestra idiosincracia.

Un pueblo cuyo Folclor o cultura tradicional se va desintegrando en general, decayendo en la estimación del grupo, muy posiblemente frente a la introducción de otra nueva cultura, prestada por esencia, fácilmente sufrirá un quebranto espiritual, una pérdida de su orgullo colectivo y una **ACTITUD SERVIL** que conduce a la falta de progreso y hasta una delincuencia general. Pero un pueblo, cuyo folclor se mantiene, se cultiva, se transmite a las nuevas generaciones, se guarda en alta estimación del grupo, sentirá orgullo colectivo y fuertes lazos de unión a causa del conocimiento vivo de su **HERENCIA CULTURAL**, que puede señalar con orgullo como suya, algo que lo identifica y da carácter propio, y así expresar el **ORGULLO DE SU RAZA** y el sentimiento nacional.

Por esto se debe orientar a los jóvenes, en el Rescate de Nuestra Identidad Cultural, y la escuela es el punto de partida más apropiado. ¿Cómo? Iniciándolos en la teoría y la Investigación Práctica, ubicándolos en la zona a la cual pertenecen.

Para ellos es muy importante saber, que **COLOMBIA** es uno de los países de mayor riqueza folclórica en América; en cada uno de los departamentos, sus habitantes se han preocupado por mantener vivas las diversas manifestaciones del saber popular, por transmitirlas de generación en generación y así encontramos una diversidad de instrumentos musicales, danzas, mitos y leyendas populares, supersticiones y costumbres, trajes típicos, artesanías, fiestas populares, fiestas religiosas, romerías, ferias y fiestas, que identifican a cada una de las regiones del país, realzando sus valores tradicionales y autóctonos que los hace sentir orgullosos de sus antepasados.

COMO TRANSMITIR Y ORIENTAR A LOS JOVENES

Se pueden emplear las siguiente sugerencias:

— Concursos de fábulas, mitos y leyendas.

— Interpretación de rondas y juegos infantiles.

— Descripción de fiestas populares y romerías.

— Concursos de danzas y canciones colombianas.

— Grabaciones sobre testimonios orales, especialmente la voz de los ancianos.

— Elaboración de trajes típicos.

— Cuentos y chistes costumbristas.

— Carteleras con adagios y adivinanzas.

— Narración de las Leyendas indígenas.

— Conocimiento de la monografía de cada región a la que pertenecen los alumnos.

— Realización de seminarios teóricos y prácticos entre colegios sobre las diversas manifestaciones del Folclor.

— Programar cursos de capacitación sobre: Historia, folclor y cultura popular.

— Promover campañas de divulgación cultural.

— Impulsar la conformación de un Museo de Artes y Tradiciones Populares.

— Elaborar proyectos de investigación sobre el acervo cultural de cada región.

A QUE FUENTES ACUDIR?

— Museos Arqueológicos, de Artes y Tradiciones.

— Casas de la Cultura.

— Programas culturales de Radio y Televisión.

— Experiencias y Vivencias transmitidas por los ancianos.

— Academias de Historia del respectivo departamento.

— Secretarías de Educación.

— Universidades.

— Bibliotecas Públicas y Privadas.

— Muestras Folclóricas

— Ferias Exposiciones

— Teatros.

— Profesores e Historiadores representantes de cada región.

Ejemplos de trajes típicos y bailes de la región Andina con sus coplas



El baile del torbellino
ha de bailarse versiao
adentro los de corrosca
ay sos camisón rosao.

Si es tan gallo pa las coplas
y si es guapo de verdá
echemos un desafío
con las coplas por mitá.

Alpargate guatecano
no te vas a estalonar,
de mi tierra me sacaste
y otra vez mi has de llevar.

Este baile de las vueltas
es muy sabroso de ver
la dama se ve huida
y el galán la va a coger.

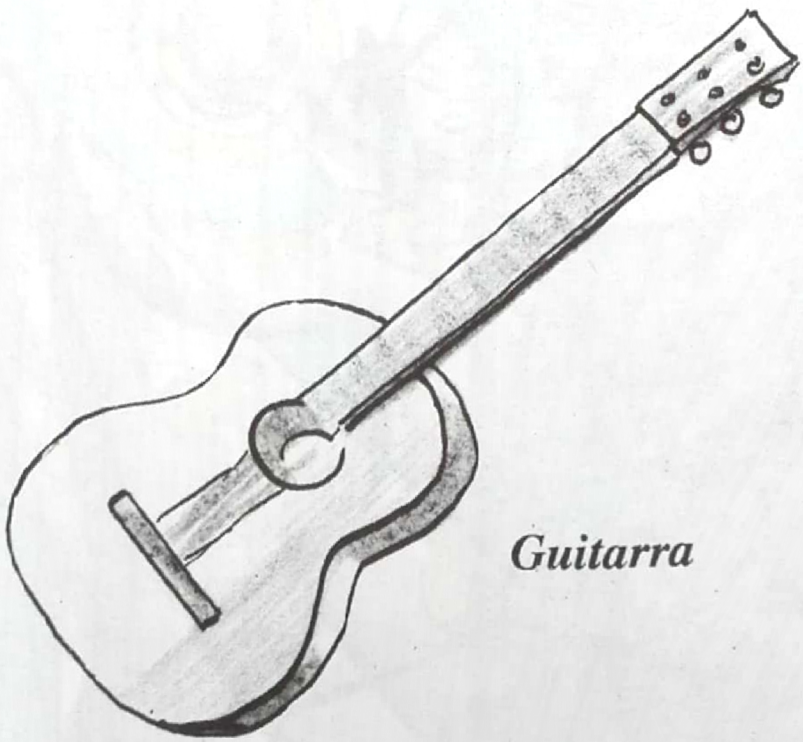


Aquí me pongo a cantar
muerto de frío y mojao
a ver si la dueña e casa
se manda con un cacao.



CUMBIA. *Aire musical folclórico más representativo del Caribe, cuyo nombre parece derivar de la voz "cumbé", y que viene a representar el alma musical del pueblo colombiano, por su ritmo alegre y candente.*

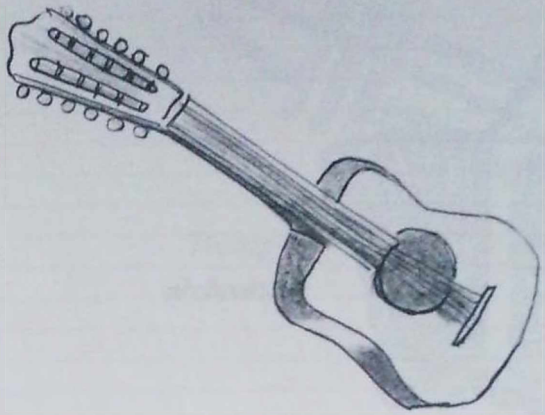
Los instrumentos musicales son aportados por los españoles, para acompañar los bailes y cantos populares. Entre los instrumenos transculturados de Europa que más han influído a la conformación del folclor musical colombiano están:



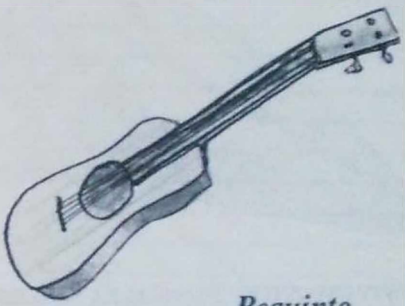
Guitarra



Bandola



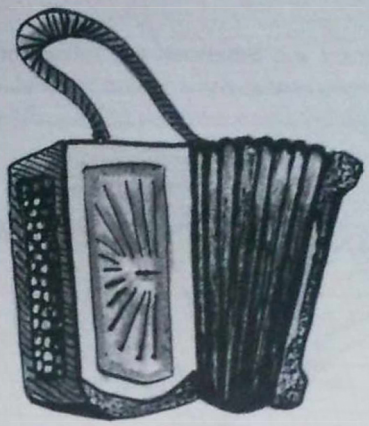
Tiple



Requinto



Arpa

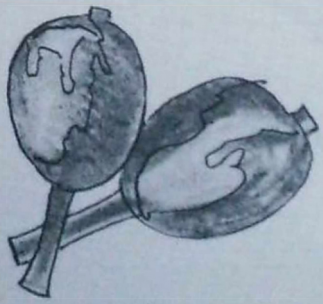


Acordeón

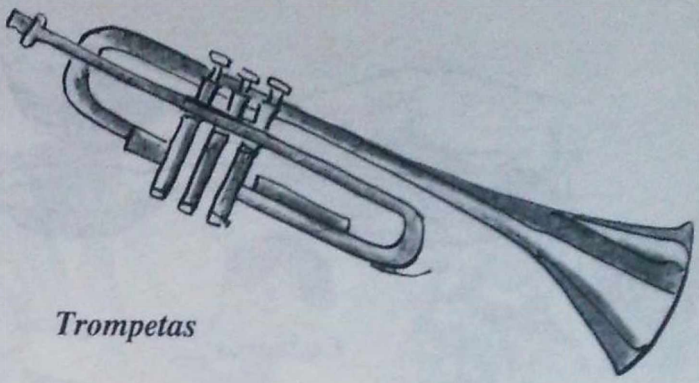
Mi tiple se toca solo
compadrito Don Torcuato,
me lo hizo en Chiquinquirá
don Tomasito Norato.

INSTRUMENTOS MUSICALES AMERICANOS

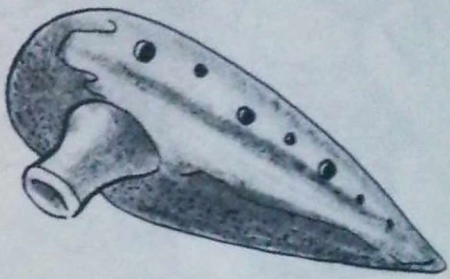
Los aborígenes Americanos idearon los instrumentos musicales para obtener sonidos sucesivos con los cuales expresaron sus estados anímicos y sociales que se hicieron presentes en los ritos, guerras y fiestas, recordemos algunos:



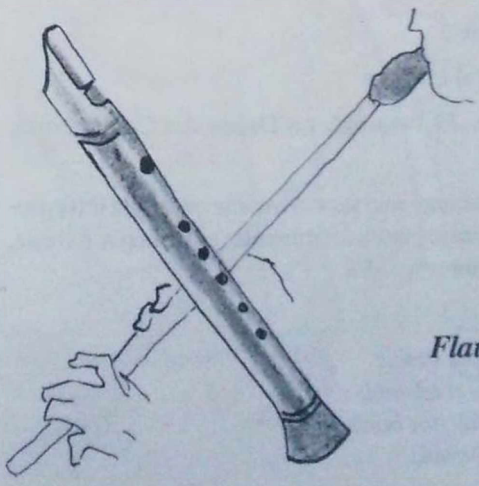
Maracas



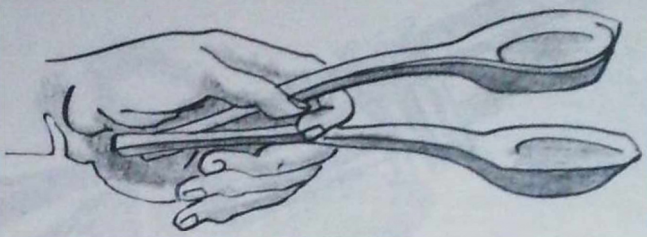
Trompetas



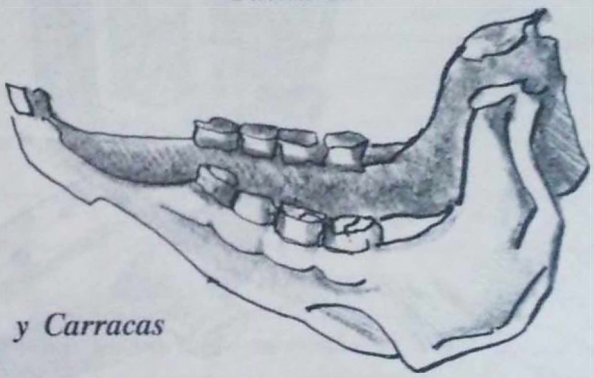
Ocarinas



Flautas



Cucharas



y Carracas

Ejemplos de Danzas y Ritmos del Litoral Pacífico

Entre los principales están: El Currulao, El Patacoré, La Danza, La Contradanza, La Jota, El Buellerengue.

El baile de la Contradanza, se manifiesta como una supervivencia española interpretado por los negros, con un acento de sátira al pueblo dominante; se baila por parejas, una frente a la otra y haciendo círculos entrelazados.

Para plátano Patía;
para caña, el telembí;
para muchachas bonitas
el río Güelembí.



V. FACTOR DE RIESGO
AUSENCIA O DEFICIENTE DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD

Se toma como un factor de riesgo, debido a la enajenación de la educación que ha excluído del proceso educativo a todos los miembros de la comunidad: jóvenes, padres de familia, líderes comunitarios de todas las especificaciones, siendo todos ellos también agentes educativos y responsabilizar de la educación sólo al maestro y por su intermedio a la Institución Educativa y en menos grado al alumno. Todo esto ha repercutido negativamente en el desarrollo de la creatividad, fundamento animador del proceso de conocimiento y facilitador imprescindible de todo cambio. *"La Creatividad es una propiedad del hombre total y es una actitud, o también conjunto de actitudes ante la vida"*. No es que se haya perdido; sólo está inhibida, desactivada y en el niño los adultos tienden a anularla. No olvidemos que el niño es el más grande de los maestros de la Creatividad: imagina, sueña, idealiza, estructura y vive.

Nosotros los Docentes, como animadores del proceso educativo, tenemos que recuperar nuestra propia creatividad, porque la ausencia de ésta lleva al hastío en el trabajo y nos convertimos en expositores, anulando la capacidad de pensar en nuestros alumnos: viene la apatía y se pierde la capacidad de producir ideas para abordar un problema.

Recordemos las características de la Creatividad, para que en un determinado momento podamos orientar a nuestro alumnos.

— Se destaca la **MOVILIDAD,** o aquella capacidad de encontrar varias estrategias de solución a un conflicto o problema.

— Reflejemos esta característica en ejercicios como:

* Pensar en 10 usos, mínimo, que se le pueden dar a un libro, diferentes a leer.

* Pensar en 10 usos, mínimo, que se le pueden dar a un vidrio, diferentes a colocarlo en una ventana.

— Otra característica de la Creatividad es la **ORIGINALIDAD**, que es el surgimiento de algo nuevo, novedoso, diferente; mientras que aquello que siempre sucede, las mismas reglas de juego, lo conocido, se opone a lo original.

— Por lo general las ideas creativas requieren un largo proceso de formación, en donde se les estructura, se planean y se ejecutan. Luego deben estar sujetas a una

ELABORACION. Esto indica la presencia de la responsabilidad del individuo, para lograr un acto creador.

—Una de las más importantes es la **FANTASIA,** característica propia del pensar creativo, ella permite trascender y evitar la repetición de la vida cotidiana para innovar la forma de pensar y de vivir.

—Viene la **INTEGRACION**, que hace referencia a la manera como puede relacionar las ideas y las imágenes para constituir una figura armoniosa y coherente. Al respecto Sidney Parnes, da un ejemplo para generar ideas:

"Cómo seríamos de diferentes
si en lugar de que en la escuela
nos hubieran puesto a escribir cien veces:
No debo llegar tarde a la escuela,
nos hubieran pedido escribir
Cien maneras diferentes para no llegar tarde".

— Finalmente, se puede contemplar como característica, la **FLUIDEZ**, o sea el hecho de producir numerosas ideas en poco tiempo, es una ayuda para alejarse de lo convencional y alcanzar lo desconocido.

El desarrollo de la Creatividad permite la sensibilidad para transformar al mundo, en la medida en que lo captemos y lo descubramos por medio de todos los sentidos. De igual manera, es importante tener en cuenta lo imposible, lo absurdo. Porque ellos son el origen de pensamientos verdaderamente creadores. Ejemplo de ello son inventos como el teléfono, el helicóptero, la nave espacial, etc.

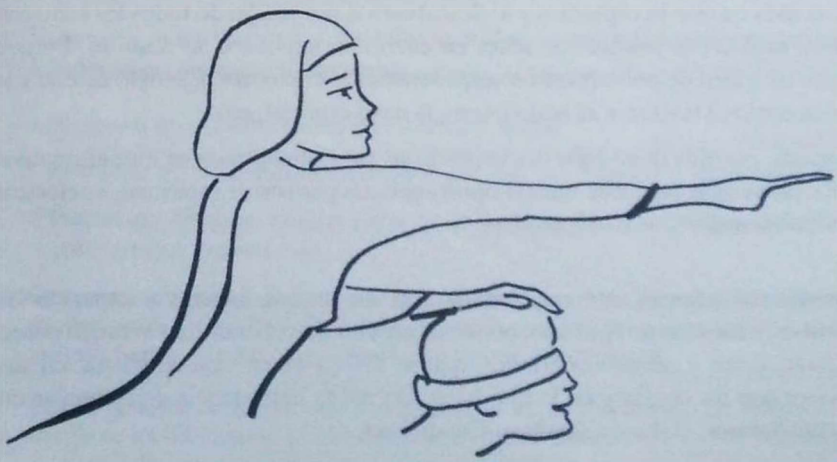
La persona creativa tiene bien desarrollada su autoestima, pues es autoafirmativa; ante los problemas descubre nuevas oportunidades para crear espiritual, intelectual y personalmente.

La creatividad además está relacionada con los deseos, afectos y experiencias archivadas en nuestro ser; por ello, podemos afirmar que el individuo creativo posee un pensar, sentir y actuar coherentes, que se refleja en su vida cotidiana, en sus relaciones con los demás y en lo que hace. De ahí la importancia de estimular en nuestros alumnos, el desarrollo de su Creatividad.

El poema "**UN NIÑO**", es, en sí mismo, una reflexión y nos hará pensar sobre nuestro rol como educadores.

Una vez un niño fue a la escuela
El era bien pequeño
y la escuela era bien grande
pero cuando el niño
vio que podía ir a su clase
caminando directamente desde la puerta de afuera,
él se sintió feliz
y la escuela no le parecía
tan grande así.

Una mañana,
cuando hacía poco que él estaba en la escuela,
la maestra dijo:
— *Hoy vamos a hacer un dibujo*
— *bien* — pensó él.
A él le gusta dibujar
él podía hacer todas las cosas:
leones y tigres,
gallinas y vacas,
trenes y barcos...
y tomó su caja de lápices
y comenzó a dibujar.



Pero la maestra dijo:
— *¡Esperen! ¡No es hora de comenzar!*
Y él esperó hasta que todos estuviesen prontos

— *¡Ahora*!— dijo la maestra
— *Vamos a dibujar flores.*
— *¡Bueno!*— pensó el niño
A él le gustaba dibujar flores
y comenzó a hacer bonitas flores
con lápiz rosa, naranja, azul.
Pero la maestra dijo:
— *¡Esperen! Yo les mostraré cómo se hacen.*
— *¡Así!*— dijo la maestra
Y era una flor roja con tallo verde.
— *¡Ahora sí!*— dijo la maestra
Ahora pueden comenzar.
El niño miró la flor de la maestra
y luego miró la suya
a él le gustaba más su flor que la de la maestra.

Pero el no reveló eso,
simplemente guardó su papel
e hizo una flor como la de la maestra.
Era roja, con el tallo verde.

Otro día
cuando el niño abrió la puerta de afuera,
la maestra dijo:
— *Hoy vamos a trabajar con plastilina.*
— *¡Bien!*— pensó el niño.
El podía hacer todo tipó de cosas con plastilina:
Víboras y muñecos de nieve,
elefantes y rabitos; autos y camiones...

Y comenzó a apretar y amasar
la bola de plastilina,
pero la maestra dijo:
— *¡Esperen! No es hora de comenzar.*

Y él espero hasta que todos estuviesen prontos.

— *¡Ahora!*— dice la maestra.
Nosotros vamos a hacer una víbora.
— Bien, pensó el niño
A él le gustaba hacer víboras.
Y comenzó a hacer unas
de diferentes tamaños y formas.
Pero la maestra dijo:
— *¡Esperen! yo les mostraré cómo hacer*
un víbora larga.
— *¡Así!*— dice la maestra.
Ahora pueden comenzar.

El niño miró la viborita de la maestra
entonces, miró las suyas.
A él le gustaban más las suyas que las de la maestra
pero no reveló eso.
Simplemente amasó la plastilina en una gran bola,
e hizo una viborita como la de la maestra,
que era una viborita larga.

Así y luego ,
el niño aprendió a esperar,
y a observar,
y a hacer cosas como la maestra.
Y luego
él no hacía las cosas por sí mismo.

Entonces sucedió
que el niño y su familia
se mudaron para otra casa, en otra ciudad
y el niño tuvo que ir a otra escuela.

Esa escuela era mucho mayor que la primera,
entonces había puerta afuera,
para llegar a su salón
él tenía que subir algunos escalones
y seguir por un corredor largo
para finalmente llegar a su clase.

Y justamente en el primer día,
que él estaba allí,
la maestra dijo:
— *Hoy vamos a hacer un dibujo.*
— *Bien*— pensó el niño
Y esperó a la maestra
para que le dijera cómo hacer
pero ella no dijo nada
apenas andaba por el salón.

Cuando se acercó al niño
ella le dijo: — *¿Tú no quieres dibujar?*
— *Sí* — dijo el niño
pero ¿qué vamos a hacer?
— *Yo no sé, hasta que tú lo hagas,*
dijo la maestra.
— *¿Cómo lo haré?* —preguntó el niño.
—*¿Por qué*? — dijo la maestra.
De la manera que tú quieras.
— *¿Y cualquier color?* — preguntó él.
— *De cualquier color* — dijo la maestra.

— Si todos hiciesen el mismo dibujo
y usasen los mismos colores,
¿cómo yo podría saber quién hizo qué?,
¿ y cuál será de quién?
— Yo no sé — dice el niño.
Y comenzó a hacer una flor roja,
con el tallo verde.

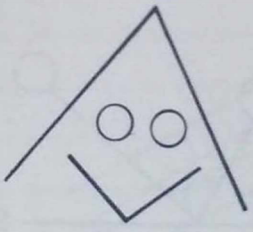
Helen E Buckley

SECCION LUDICA

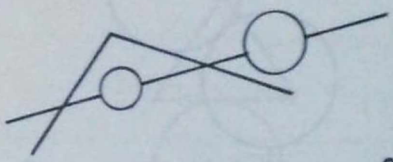
Juguemos con la Creatividad y las Matemáticas....

¿Qué puedes hacer con 4 líneas y 2 puntos?

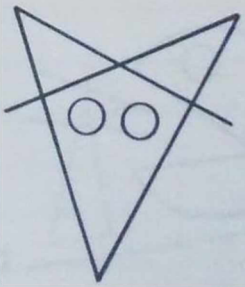
¿Qué nombres colocarías a estos dibujos?



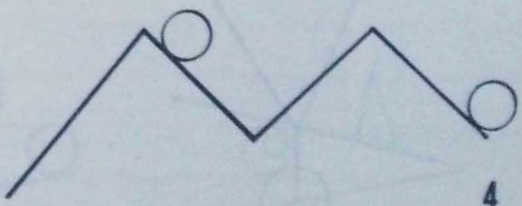
1



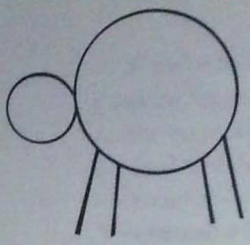
2



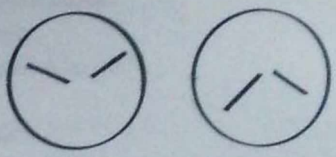
3



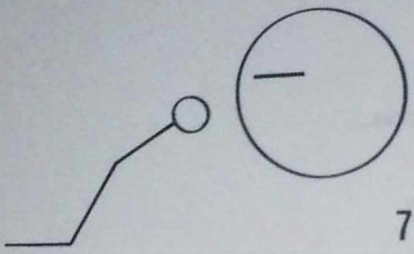
4



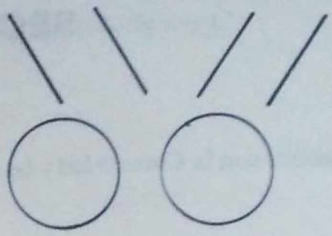
5



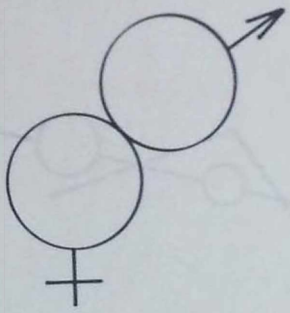
6



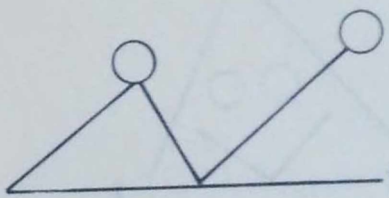
7



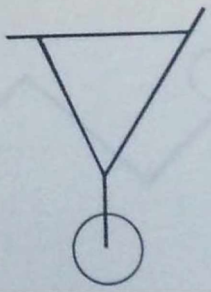
8



9



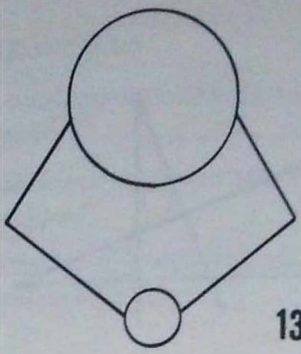
10



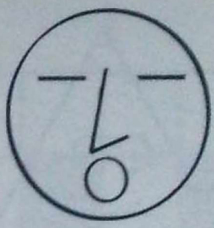
11



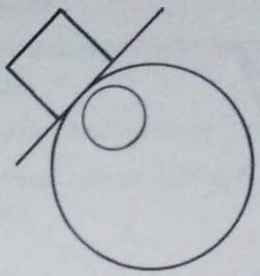
12



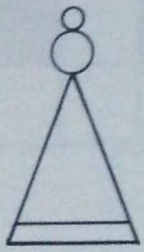
13



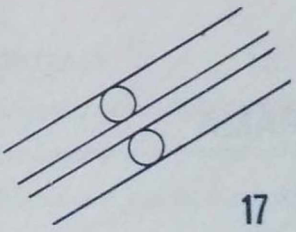
14



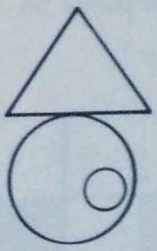
15



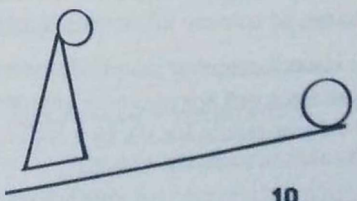
16



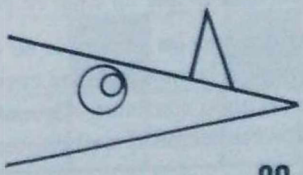
17



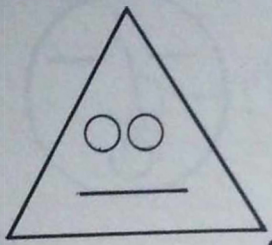
18



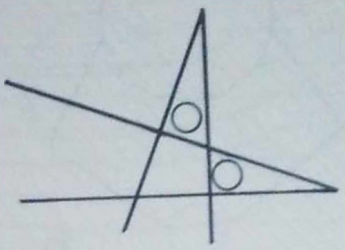
19



20



21



22



23

ver respuestas página 102

MATEMAGRAMA

(Interpretación y traducción de problemas)

Estos ejercicios numéricos se resuelven como si fueran crucigramas comunes. La diferencia está en que en lugar de colocar letras, se colocan números y signos.

Lea con cuidado las pistas. No se afane si inmediatamente no puede colocar los valores; siga la lectura y se dará cuenta de que estos van apareciendo; regrese sobre los que no pudo contestar. Algunos de los valores colocados darán y facilitarán el llenar correctamente el matemagrama.

Matemagrama completo y bien contestado, equivale a un diez en su auto-evaluación.

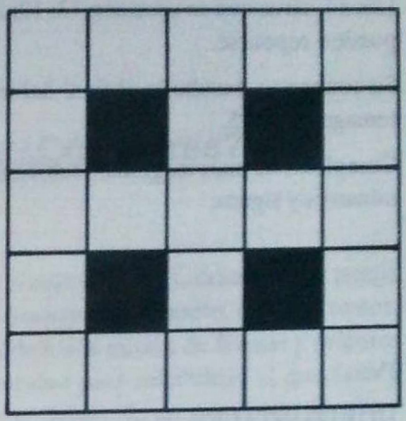
I.

HORIZONTALES

1. Da como resultado el cuadrado de un número.

2. Dividido por el número anterior es igual a cuatro.

3. Al adicionar el módulo de la adición, da el mismo número.



VERTICALES

1. Al multiplicarlos por cuatro veces su valor da cien

2. Disminuido en sí mismo da cero

3. Cuatro veces este número es igual a una centena.

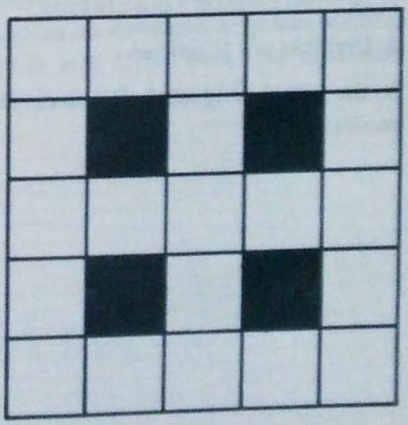
II.

HORIZONTALES

1. Sumados entre sí, son iguales a once

2. Sumados entre sí, son iguales a cinco

3. Sumados entre sí, son iguales a dieciseis.



VERTICALES

1. Su suma es igual a la decena

2. Su suma es igual a media docena.

3. Su suma es igual a una docena más un tercio de docena.

III.

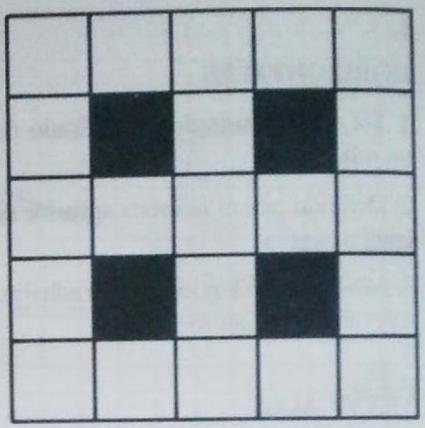
HORIZONTALES

Se trata de sumas y multiplicaciones.

Los números que se usan son 13; 12; 25, pueden repetirse.

Se conoce un resultado al final del matemagrama, 625.

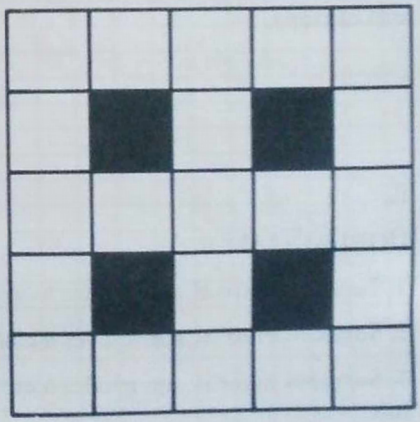
Completar el matemagrama, colocando números y signos.



IV.

HORIZONTALES

1. Docena y media.
2. Dividido por la unidad.
3. Dos docenas y media.



VERTICALES

1. Su suma es igual a dos docenas.
2. Dividido por la unidad.
3. Su suma es igual a dos docenas y media.

MAESTRO: Evalúa ¿Cómo eres?

Al revisar los anteriores Factores de Riesgo en el aula de clase, todo educador puede esforzarse al máximo en que su autoridad esté basada en el respeto, no en el temor, porque el que tenga bajo su responsabilidad la delicada misión de formar y orientar personas debe poseer una gran dosis de Autoridad para rehabilitar al que falla y señalar los caminos que cada alumno debe tomar, dentro de un grupo, una familia y la sociedad. Formar personas es lo más difícil y a la vez, la más encomiable profesión, porque nada más delicado que recibir un grupo de jóvenes con la responsabilidad de convertirlos en personas adultas, capacitadas, equilibradas e integradas a una sociedad cada vez más exigente y desajustada.

En la personalidad del alumno deben acrisolarse con esmero los Valores Humanos para cimentar la conducta humana. Entre estos valores se cuenta el respeto, la creatividad, la amabilidad, la discreción, la responsabilidad, etc. Los valores deben estar ya impresos en el maestro; ahí está el secreto del gran **MAESTRO**: en ponderar con su personalidad y sostener con su ejemplo todas las virtudes que quiere sembrar para siempre en el alumno. Esta forma será la más eficaz para una verdadera **"Prevención contra problemas socialmente relevantes"** de hijos y alumnos.

JOVENES

JOVEN

Utiliza creativamente tu tiempo libre...
ATREVETE a disfrutar de la aventura de aprender...
gozar el contacto con la ciencia, las letras y las artes,
VOLVER A TUS RAICES...
y APRECIAR el legado de tus mayores
que trabajaron para darte una identidad propia
y por medio del DEPORTE y la RECREACION
formar tu personalidad, rectitud y servicio a la comunidad.

Lee..... Analiza.....
y saca tus propias conclusiones....

EL ESCUELANTE Y LA ORUGA

¡Feliz la mariposa que libre al aire vuela!
decía un estudiante cansado de la escuela;
"¡qué suerte me ha tocado! ¡Qué esclavitud la mía!
¡vivir atado a un libro! ¡trabajar todo el día!

Y luego dirigiéndose al tejedor gusano
le dijo: "¿Qué capricho de fraile cartujano
te induce a atarearte labrando tu prisión?"



— "Con gusto la trabajo, pues de mi triste fosa
saldrá luciente y libre y alada mariposa",
fue su contestación.

A estudio y disciplina resígnate estudiante,
que nunca entre los hombres fue libre el ignorante.
Hoy no sabes ser libre. La virtud y la ciencia
serán tu independencia.

Rafael Pombo. Colombia.

SABIAS QUE....

-

- El precursor de los Derechos Humanos en Colombia, fue el cacique Tumerqué, Don Diego de Torres, quien defendió la dignidad humana, la libertad, los derechos humanos y la justicia social de los indios en 1578?
- Los Mayas utilizaron el **CERO** en las matemáticas, los Griegos el Algebra, Isaac Newton el Cálculo Diferencial y John Napier los Logaritmos.
- Chirón, asteroide que describe una órbita entre Saturno y Urano, fue descubierto por Charles Kowal, y los 23 satélites alrededor de Saturno fueron descubiertos por la **NASA.**
- Las esmeraldas "*Gota de Aceite*" de Muzo (Boyacá), son las más finas del mundo.
- El lugar más seco de la tierra: Arica (Chile) con medias anuales de 0.76 mm.
- Los accidentes que más muerte causan son producto del alcohol.
- Brasil y Colombia, son los dos países de Latinoamérica que tienen un "*Código del Menor*" para defender y estimular a los niños.
- Una nave espacial puede volar alrededor de la tierra en una hora y media.
- Las dos ciudades más pobladas del mundo son: Nueva York con población de 17.602.000 habitantes y México con 13.993.000 habitantes.
- De las pirámides de Egipto, la más alta y antigua es la "Pirámide de Keops", con 147 ms. de altura y construída alrededor de 2.000 años A.C.
- El Museo más completo y único en el mundo, dedicado al arte de la orfebrería se encuentra en Bogotá y en él se muestra el arte desarrollado por las culturas Precolombianas, verdaderos artistas que trabajaron con altísima capacidad creativa el oro. Este es el Museo del oro.
- En la mayoría de los casos, los jóvenes se meten en problemas de droga, por no saber rechazar la presión de sus amigos.
- Los Juegos Olímpicos nacieron en Grecia.
- Entre las pinturas más famosas encontramos: "*La Gioconda*" de Leonardo Da Vinci; "*Nacimiento de Venus*" de Botticelli; "*Las Meninas*" de Velásquez; "*Ronda de Noche*" de Rembrandt; "*La Arlesina*" de Van Gogh; "*Niños comiendo fruta*" de Murillo; "*Los Bañistas*" de Césanne; "*La madre de Margote*" de Turner.

- La obra "*El Guernica*" de Picasso, fue pintada tras el bombardeo del pueblo vasco del mismo nombre, en 1937. Su composición está a base de sombras grises y negras.
- Las dos lenguas más habladas son: Mandarín (se habla en China Norte y Centro) y el Inglés (hablado en Inglaterra, E.E.U.U. y Common-Wealth).
- Entre las principales películas que se catalogan como joyas encontramos: "*Casablanca*", "*Lo que el viento se llevó*", "*El ciudadano Kane*", "*Cantando bajo la lluvia*", "*La Diligencia*", "*Una Eva y dos Adanes*".
- Tres de los más grandes compositores del mundo son: Ludwing Van Beethoven (alemán) quien a pesar de su sordera, compuso 9 sinfonías, 2 misas y 32 sonatas; Juan Sebastián Bach, escribió 3 pasiones (Pasión según san Mateo), 5 misas, más de 200 cantatas, 29 conciertos, 48 preludios y fugas; Wolfgang Amadeus Mozart (austríaco) escribió más de 40 sinfonías, óperas y conciertos.
- El lago situado a mayor altitud es el Titicaca a 3.810 ms. sobre el nivel del mar (Perú-Bolivia).
- La mayor profundidad oceánica a 11.033 ms. es la fosa de las Islas marianas (Océano Pacífico).
- Fernando Lesseps (francés), hizo construir el Canal de Suez e inició la construcción del Canal de Panamá.
- Sogamoso era considerada la Ciudad sagrada o Roma Chibcha allí se reconstruye el Templo al sol (único en su género).
- En julio de 1987 en Sipán, poblado del departamento de Lambayeque, Perú, Walter Alba descubrió la tumba virgen de un gobernante moche (200-300 años D.C.) y mil años antes de los Incas, llamado el Señor de Sipán, guerrero y sacerdote.
- En Villa de Leyva (vereda El Infiernito), el arquéologo y antropólogo, Eliécer Silva Celis, descubrió un doble observatorio astronómico de los indios chibchas.
- El carabao, es un bovino de gran tamaño, originario de la china y uno de los animales de mayor sensibilidad emocional para con sus dueños; siempre se ha utilizado como animal de tiro.

- ***Evalúa tu Cultura General..... ¿Cuántos datos sabías?***

DETENGASE Y PIENSE



ARBOLES VIEJOS

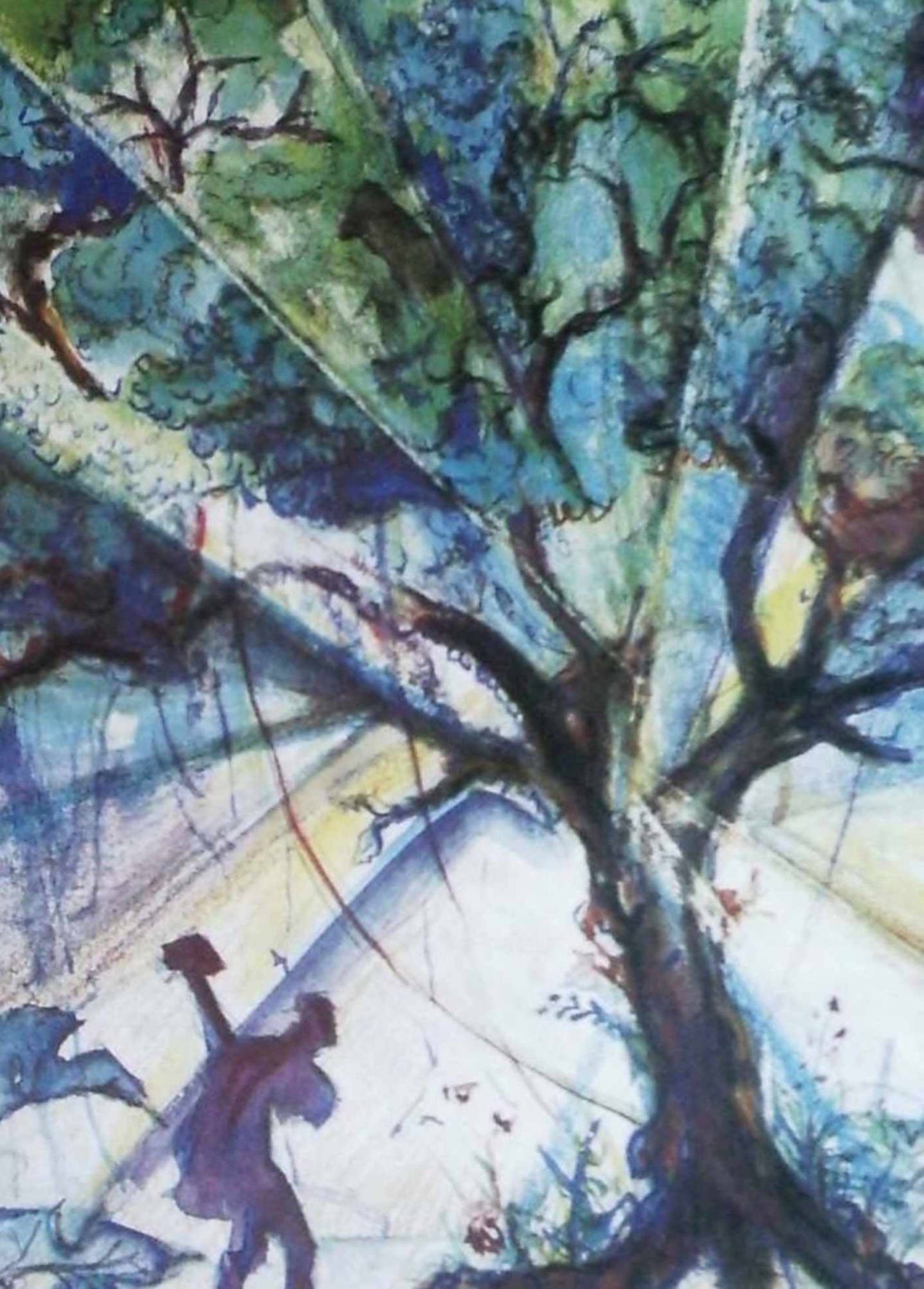
Hasta el árbol tronchado en el camino
sin y sin frutos y sin flores
puede prestar asiento a los pastores
y un báculo ofrecer al peregrino.

Así el anciano de experiencia y tino
máximas da que evitan sinsabores
y sin savia ni aroma ni colores,
cumple su ley y tiene su destino.

¡Oh labrador! Escucha mi consejo
te debes resistir cual me resisto
a cortar ramas aunque estén desnudas;

porque puede salir de un árbol viejo
quizás la cruz en que sucumba un Cristo,
quizás la rama en que se cuelgue un Judas.

José Santos Chocano.



EL LEÑADOR Y EL SANDALO

Un leñador el tronco destrozaba
de un sándalo oloroso;
y el árbol generoso,
el hacha con su esencia perfumaba.

Imitad un ejemplo tan hermoso,
que el alma noble y pura,
de la virtud divina resplandece;
cifra en el bien su gloria y su ventura,
y hasta en cambio del mal el bien ofrece.

José Rosas.

PREGUNTAR: MOTOR PARA APRENDER

Una vieja copla dice:
Seis caros amigos
me enseñaron lo que sé:
qué, quién, dónde,
cuándo, cómo y por qué.

La pregunta es:

Una herramienta natural para conocer y aprender.

Generadora de curiosidad e interés.

Estímulo para buscar respuestas.

Desafío a la inteligencia.

Compromiso para la atención.

Del libro "*Eficiencia Personal*" de F. Addigton Symonds hemos tomado la siguiente lectura:

GRANDES HOMBRES QUE HICIERON PREGUNTAS

Newton vió caer de un árbol una manzana, y se preguntó algo mientras caía. Siguiendo el curso de esa pregunta, descubrió un día de la Ley de la Gravedad.

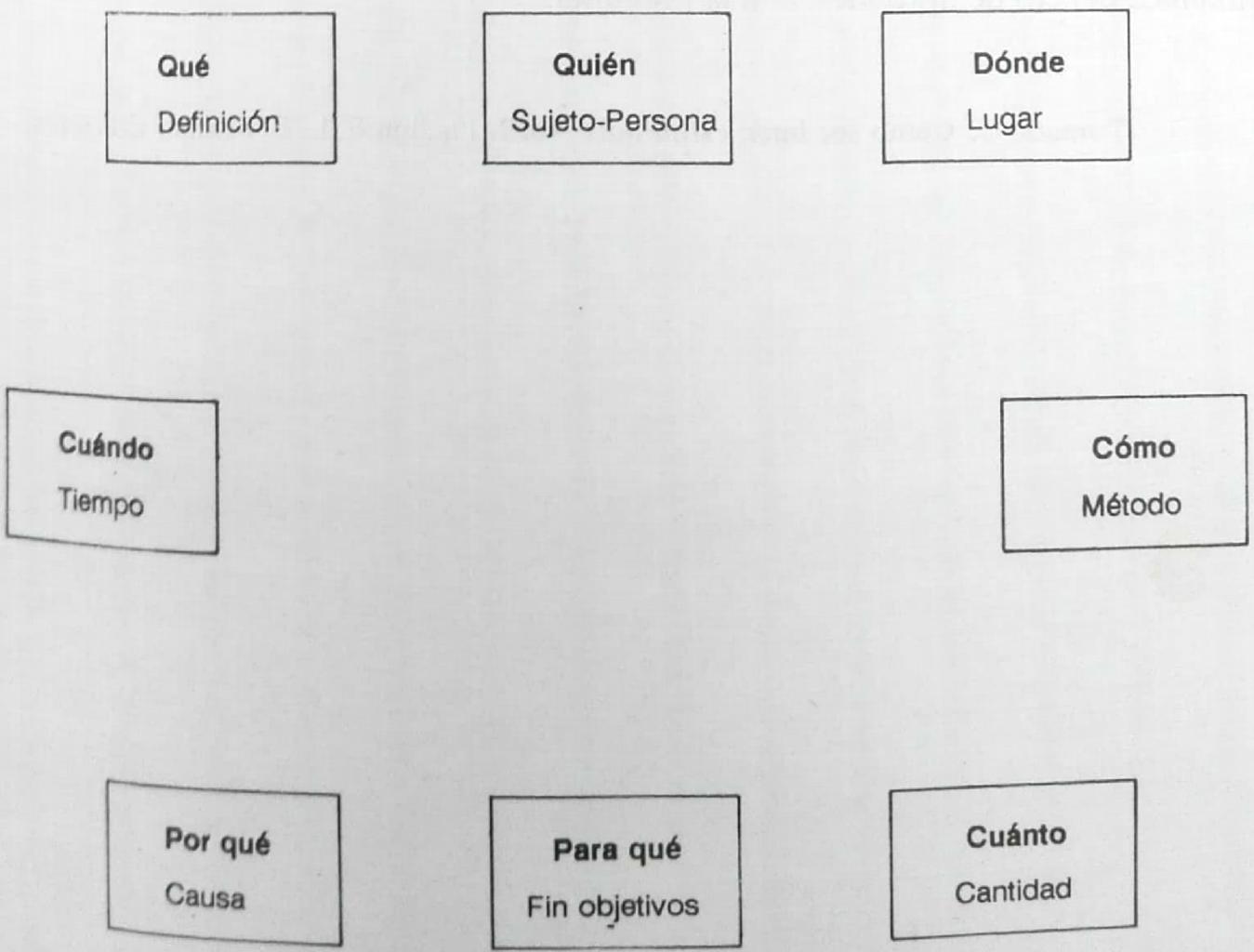
Marconi, el mago de la telegrafía sin hilos y uno de las mayores benefactores de la Humanidad se preguntaba qué pasaría si sujetaba un bidón de hojalata en la punta de un mango de escoba. Así hizo la primera antena.

A Henry Ford le fascinaba un motor anticuado que se utilizaba para mover una máquina de trillar, y asediaba al conductor de la máquina a preguntas. Las contestaciones le dieron pie para pensar en lo que más tarde había de darle fama y fortuna, como inventor del automóvil Ford.

Jaime Watt se pasó horas enteras contemplando cómo salía vapor del caño de una marmita, e incluso lo recogía en una taza. No tardó en hacer preguntas acerca de la fuerza potencial del vapor... y dió forma a su idea de la máquina de vapor, que había de revolucionar al mundo entero.

Y así podríamos seguir citando ejemplos de casi todos los hombres y todas las mujeres que han aportado sus ideas al progreso humano. Todos ellos fueron niños preguntones, que ni en sus años maduros dejaron de hacer preguntas. Ellos nos probaron que no hace falta que crucemos siquiera el umbral de nuestra casa para encontrar cosas sobre las cuales podemos preguntarnos. Estamos rodeados de ellas; día y noche; se apiñan y empujan unas a otras; intentando insinuarse silenciosamente en nuestra curiosidad. Basta con pensar en algunos de los grandes nombres de la historia para reconocer que la imaginación, la hija del asombro es la fuerza más potente de nuestra naturaleza humana, la verdadera dueña de la humanidad y la fuente de todo progreso.

Aprenda el significado de cada pregunta. Distíngase porque sabe preguntar y le gusta preguntar.



Ahora que ya conoce las preguntas claves y su significado, pase a aplicarlas al aprendizaje así:

1. Cuando lea, convierta cada título y cada subtítulo en varias preguntas breves y concretas.
2. Desde que inicie el estudio de una asignatura vaya elaborando su propio cuestionario aplicando la técnica anterior. Es decir, haga preguntas de todos los títulos y subtítulos. Hágalas por escrito. Asegúrese de las respuestas. Esta es una forma de repasar y preparar los exámenes.

   Recuerde que la pregunta que más interesa es la que Usted haga. Construya su propio cuestionario.
3. Antes de clase interésese haciendo preguntas. Si usted sabe qué tema van a desarrollar en clase, exprese con preguntas lo que quiera saber del tema. Es una manera de estimular el interés y la atención.

   Cuando un estudiante va dispuesto con varias preguntas en su mente puede entender mucho mejor.

Dinamice el acto de aprender, con la pregunta.

Tomado de **Cómo ser buen estudiante No. 2.** Pachón F. L. E. Semper Ediciones.


EL AGUA ES
NO LA DESTRUYA-MOS
VIDA
MARIO ANDRES MUÑOZ
12 AÑOS

GOTITA DE AGUA

Gotita de Agua que bajas de los cielos,
que corres por entre peñascos y riscos,
nunca te vayas a olvidar de los niños,
porque tú eres Vida, para ellos.

Mario Andrés Muñoz Onofre

Buscando en nuestras raíces, el pasado y el presente de nuestra nacionalidad



AMERICA EN EL QUINTO CENTENARIO

El 12 de octubre de 1992, el mundo americano celebra los quinientos años de su descubrimiento, que lleva en su esencia la culminación pentacentenaria del proceso del "***Encuentro de Dos Mundos***": El Antiguo y el Nuevo o "***Novus Orbis***". Es el tiempo que nos lleva a reflexionar sobre lo que somos, lo que hemos realizado y lo que hemos aportado al proceso civilizatorio de la Cultura Universal.

El Libertador Simón Bolívar en su célebre "***Carta de Jamaica***" de 1815, reflexionó sobre lo que somos los americanos:

> "*Nosotros somos un pequeño género humano: poseemos un mundo aparte; creado por dilatados mares. Nuevo en casi todas las artes y ciencias, aunque en cierto modo viejo en los usos de la sociedad civil*".

Y qué somos racialmente? Así dice el Padre de la Patria:

> "*No somos indios ni europeos, sino una especie media entre los legítimos propietarios del país y los usurpadores españoles; en suma, "**nosotros americanos**" por nacimiento y nuestros derechos los de Europa, tenemos que disputar éstos a los del país y que mantenemos en él contra la invasión de los invasores*" (Carta de Jamaica).

Los americanos conformamos un pueblo de "***pluralismo cultural***", resultado de la convergencia de tres sociedades: la amerindia o aborígen, la europea y la africana. Estas han convivido en un espacio geográfico que va desde Alaska hasta la patagonia; se han mezclado o fusionado, consolidando pueblos de esencia mestiza en el panorama mundial. Algunos pueblos son de mayoría indígena, como México, Guatemala, Bolivia, Perú y Ecuador; otros son de mayor población europea como Estados Unidos, Canadá, Argentina, Uruguay y Chile; otros tienen mayor tendencia africana en su población como Las Antillas, las costas americanas del Caribe y el Brasil; y por último otros son de predominio mestizo como Colombia, Venezuela, Paraguay y Centroamérica.

Cuando llegaron los europeos al continente americano a finales del siglo XV encontraron "***pueblos amerindios o aborígenes***", procedentes de Asia y Oceanía con más de 25.000 años en su formación histórico-cultural. En América Indígena flore-

cieron altas culturas indígenas como los Aztecas, Mayas, Incas, y Chibchas, que dejaron huellas de gran importancia para la cultura universal. Otros pueblos de comunidad tribal se dispersaron en diversas áreas del continente americano.

Durante los siglos XVI, XVII, XVIII América entró en el proceso mundial de la dominación colonial europea. Europa dominó al Mundo y todos los pueblos de la tierra se convirtieron en "***colonias***". En América, las colonias dominadas por los españoles conformaron un conjunto de pueblos que se llamó "Hispanoamérica"; los portugueses dominaron el Brasil o "***Lusoamérica***"; los franceses dominaron el Canadá o "***Francoamérica***"; los ingleses dominaron las colonias de Norteamérica y parte de las Antillas "***Angloamérica***"; en la misma forma, llegaron otros pueblos europeos como los holandeses y alemanes; y así mismo se concentraron los negros africanos en diversas áreas de América, quienes fueron traídos por el laboreo de las minas, los cultivos en las plantaciones y haciendas y el transporte fluvial y marítimo. El conjunto de pueblos de hispanoamérica y el Brasil, colonizados por españoles y portugueses, conforman lo que hoy llamamos "***Iberoamérica***". En la misma forma, el conjunto de pueblos al sur del Río Grande y entre México y Argentina y Chile con las Antillas y El Caribe, conforma el conjunto de pueblos que hoy llamamos "***Latinoamérica***".

En la coyuntura histórica mundial de las llamadas Revoluciones Burguesas de Occidente en la segunda mitad del siglo XVIII y primera mitad del XIX, los americanos se liberaron de la dependencia colonial de las metrópolis europeas y conformaron y consolidaron los Estados Nacionales. Así se hizo la **Independencia de América** y surgieron las Repúblicas Americanas, que se fortalecieron en los siglos XIX, y XX, a pesar de los problemas del regionalismo, el caudillismo, la anarquía, las guerras civiles, el constitucionalismo y otros.

En el transcurso de los quinientos años del Encuentro de Dos Mundos, América recibió de Europa toda su cultura enraizada en las culturas griega y romana: sus lenguas, razas, tradiciones y costumbres, creencias y vigencias, sus usos y técnicas y las instituciones políticas, económicas, sociales, religiosas, ideológicas y culturales. Las lenguas castellanas, portuguesa, inglesa, francesa y otra se convirtieron en fuerzas de cohesión espiritual que integra a las comunidades de pueblos. Una de ellas, la lengua castellana es el lazo sublime de unión de la comunidad hispanoamericana; es la lengua que reúne la armonía, belleza y perfección del espíritu griego, junto con la majestad, grandeza y altivez romana, el misterio árabe y la variedad linguística de lo americano.

Es la lengua inmortal que pronunciaron Colón y los tripulantes españoles de las tres carabelas: la Santa María, la Pinta y la Niña, cuando descubrieron las tierras

americanas el 12 de Octubre de 1492. Es la lengua que dio unidad a un conjunto de pueblos hermanos en la cultura: **HISPANOAMERICA**, nuestra gran Nación y Patria Grande.

La grandeza del mundo moderno no es posible, sin la presencia de América en el proceso civilizatorio universal. América ha influído en los grandes cambios políticos, económicos, sociales, científicos, culturales, religiosos de la humanidad. **El nuevo mundo es la tierra de la libertad, la democracia y la república**, que se establecieron cuando en Europa se fortalecían las monarquías y se luchaba por consolidar el coloniaje, la esclavitud, la dependencia y los llamados imperios de Ultramar.

El descubrimiento de nuevas tierras y nuevos pueblos en América cambió la visión del Mundo, que pasó a una nueva época de la llamada "***Edad Moderna***". El mar Mediterráneo que era el centro del "***Orbis Terrarum***" de las antiguas culturas europeas, cambió su eje geopolítico por el océano Atlántico con el nuevo mundo, en el campo económico también se manifestaron grandes cambios; los nuevos productos y en especial, las plantas de cultivo americanas: **la papa, el maíz, el tabaco, el tomate, la vainilla, el cacao, la quina y numerosas plantas medicinales**, suministraron con sus materias primas el fundamento de la revolución industrial de occidente. En lo social, el sistema feudal fue perdiendo gradualmente su importancia, fortaleciéndose la burguesía en una nueva época del Mercantilismo. La ciencia experimental y natural cambió radicalmente, pues los nuevos descubrimientos de la naturaleza y el hombre americano fueron indispensables para el conocimiento del mundo en su forma total.

En los quinientos años del "***Encuentro de dos Mundos***" encontramos también en América la formación de regiones de gran desarrollo industrial y teconológico y países subdesarrollados, que son la mayor parte de los pueblos americanos. Países como Estados Unidos de américa que tienen su mayor influencia en el destino del mundo contemporáneo y su gran influencia en el orden económico y político a nivel mundial. Encontramos también, países como Canadá, Brasil, México, Venezuela, Colombia, Argentina, Chile y Perú que son de gran desarrollo, a pesar de sus dificultades internas. Y en la misma forma, países de bajo desarrollo como los centroamericanos y de las Antillas, Bolivia y otros con grandes problemas económicos, sociales y políticos.

Teniendo en cuenta los anteriores planteamientos, el pentacentario que celebra América en 1992, da las bases para una evaluación sobre lo que ha sido América en el proceso civilizatorio mundial, sus grandes aportes a la cultura universal y su presencia de grandes dimensiones en la historia de la humanidad. Este señala que el

Quinto Centenario de América (1492 - 1992) es la celebración, no solamente del hecho histórico del **Descubrimiento de América** y de la iniciación del **Encuentro de dos Mundos**: El Antiguo y el Novus Orbis, sino la antología o el ser total de América con su independencia y su libertad, su identidad histórico-cultural en las cinco centurias o medio milenio, y su posición grande en la historia universal. Lo que los americanos debemos celebrar es **LA AMERICANIDAD** o encuentro de culturas en una verdadera raza mestiza, trihíbrida o *"Cósmica"* como bien lo expresa José Vasconcelos; sin indigenismos o encubrimientos, ni hispanismo o europeísmo con la idea de descubrimiento.

Se fortalece así una idea de **América, síntesis de culturas,** tierra de la democracia y la libertad; tierra de la revolución contra los despotismos; tierra y pueblo que se liberó del coloniaje y la dependencia, que hizo la independencia y se encuentra en la consolidación de la República.

Por ello, en la celebración pentacentenaria, tiene más vigencia la independencia que el descubrimiento y conquista, y más la república que la colonia.

Siguiendo las ideas del maestro Germán Arciniegas, **América es otra cosa** después de la independencia y en los dos siglos de vida republicana. América es el panteón de los Imperios Europeos y la tierra de la libertad y de la democracia. He aquí la profundidad de esta efeméride histórica.

Javier Ocampo López.

SABIAS QUE....

Yo contribuyo a la cultura
soy un gran pintor
pinto mi escuela y mi hogar.

Hago amistad con los libros
y con mi indisciplina aporto al humor,
tengo nueve años y a mis amigos esto les digo:

"Por una Colombia sana practica el Deporte
y cumple con tus Deberes".

Juan Camilo García 9 años.


mi Escuela
Ellos son mi Familia Papá mamá hijo

Los ojos se avalanzan, los pies se cansan y las manos no alcanzan.

Si quieres vivir fuerte y sano come como el gato y bebe como el perro.

No allanes nunca morada;
ni te aprietes mucho el cinto,
ni enamores a casadas,
ni montes caballo pinto.

Lo que nada cuesta, hagámoslo fiesta.

Lo que conviene, a casa viene.

ADAGIOS

Pegársele el bobo al listo miles de veces se ha visto.

Las caídas, enseñan al jinete.



Machete, estate en tu vaina.

Mal de muchos, consuelo de tontos.

Mula resabiada
si no lo hace hoy
lo hará mañana.

Manda más semillas que una patilla.

La Perseverancia y el esfuerzo vencen al Talento.

Donde se saca y no se echa, se acaba la cosecha.

¡Joven adelante. El triunfo es vuestro!

De la calle vendrán, quienes de casa te echarán.

La boca hablando y las manos trabajando.

La abundancia trae vagancia.



SABIDURIA POPULAR



Haz el bien, y no mires a quien.

Cuida el orden, y el orden te cuidará.

Cuando hay higos en el huerto, hay amigos en la puerta.

Por los ojos entran los antojos.

Para gente honrada, no hay puerta cerrada.

Al caballo y al amigo, no se le debe cansar.

APRENDIENDO CON LA MENTE MAESTRA

Napoleón Hill llama "*Mente maestra*" la unión de varias mentes, para aprender y para solucionar problemas. Trabajando en grupo hay complementación que multiplica el rendimiento; se suman las experiencias, las informaciones, las inquietudes; las carencias de un participante las compensa el conocimiento de otro; hay compartir generoso de lo propio, en beneficio del grupo.

El estudio en grupo es muy ventajoso y lleva a alta productividad. El grupo sirve, además, de apoyo para cada participante.

En educación creemos que no debe existir la competencia: quién lleva primero, quién da más, quién saca más puntos. En cambio debemos estimular la emulación, que se sintetiza en: cómo nos ayudamos a aprender.

PARA TRABAJAR EN GRUPO

Para que el estudio en grupo sirva al máximo, guiémonos por estas condiciones:

DISCIPLINA: El desorden y la impuntualidad distraen y hacen perder tiempo.

SERIEDAD: Es decir, que todo el grupo de al tema o al asunto de estudio, toda la importancia que tiene.

COLABORACION: Que todos participen con entusiasmo y generosidad; que haya en realidad sentido de equipo.

ENTUSIASMO: Es condición para comprometer al grupo y estimularlo a avanzar con alegría y ánimo.

RESPETO: Primero, por cada persona del grupo, y segundo, por sus ideas, sus informaciones, sus puntos de vista.

UNIDAD DE METODO: Porque puede canalizarse el esfuerzo de todos, si todos conocen y dominan las mismas metodologías.

La experiencia nos ha enseñado que un grupo animado por las seis características anteriores es un grupo que rinde, progresa, tiene la satisfacción de sentirse en marcha.

Algo, realmente urgente hoy en día, es, aprender a trabajar en equipo, ser solidarios, sentirse aportando algo al grupo, ejercer este acto tan positivo de compartir.

NADIE SABE TANTO COMO TODOS JUNTOS.





EL DEPORTE



"El mejor regalo que se puede hacer a la juventud es ofrecerle la posibilidad de desenvolverse en el seno de su grupo en forma positiva. Pero es preciso brindarle ambiente para que esto sea posible. Y el Deporte es factor de Desarrollo Humano, antídoto contra los vicios, fuente de equilibrio, escuela de valores espirituales y oportunidad de integración juvenil"

Padre Efraín Rozo
Capellán Nacional del Deporte.





JOVEN: ¿Cómo está tu autoestima?

COMO SE MANIFIESTA UNA BUENA AUTOESTIMA

Recordemos que la autoestima es un sentimiento que se manifiesta a través del comportamiento: podemos conocer si una persona tiene una buena o mala autoestima observando **QUE** hace y **COMO** lo hace. Resumiendo a Clark, Clemes y Bean (1987), citaremos algunas características. Un niño o adolescente con buena autoestima demostrará:

- Independencia en sus actuaciones. Será capaz de tomar decisiones respecto a la elección de amigos, actividades, ocupaciones, vestimenta y demás.
- Asumirá responsabilidades. En casa tomará parte activa en tareas domésticas como recoger su ropa, arreglar su cuarto o colaborar en el aseo. En el colegio se responsabilizará de sus actividades sin necesidad de supervisión.
- Se sentirá orgulloso de sus logros. Reconocerá y manifestará la satisfacción que siente por ellos: Ser un buen deportista, un buen estudiante.
- Manifestará deseos de enfrentarse a situaciones nuevas. Se sentirá entusiasmado por aprender cosas diferentes, por integrarse a otros grupos o actividades.
- Aceptará sus fracasos y frustraciones. Será capaz de hablar de sus sentimientos y aprender de la experiencia.
- Reconocerá su influencia sobre los demás. Tendrá confianza en sí mismo y sentirá que tanto él como sus ideas son valoradas por otros.

- COMO SE MANIFIESTA UNA BAJA AUTOESTIMA

- El niño o adolescente con una pobre autoestima se comportará así:
- No reconocerá sus capacidades. Tendrá expresiones como: "No puedo, eso es muy difícil para mí". Sentirá que lo infravaloran, e inseguridad respecto al aprecio de los demás. Por ejemplo el niño dirá: "Nadie quiere meterse conmigo".
- Se dejará influir por otras personas. Cambiará de opinión de acuerdo a las circunstancias; será alguien fácil de manipular.

- Manifestará dificultad para enfrentar situaciones difíciles. Por ejemplo: Temor de ir al colegio, de asistir a una reunión social, o de participar en actividades deportivas.
- Se frustrará con facilidad, ante las críticas, retos o fracasos. Así por ejemplo, el niño al que la profesora le hace una observación se sentirá rechazado por ella.



CONCLUSION

- **REGULA TUS EMOCIONES Y VALORA TUS DECISIONES**

- Esto es lo que llamamos el **AUTOCONTROL**: Hay que tomar decisiones para cumplirlas y saber sortear todas y cada una de las eventualidades que nos ofrece la vida.
- Respeta tus decisiones y exige que los otros también las respeten.
- Maneja tu voluntad. Exígete disciplina.
- Controla tus emociones:

* Piensa que si estudias adecuadamente lograrás aprender.

* Sólo si piensas en lo provechoso de tu estudio lograrás comprender cuántos éxitos podrás alcanzar después.

* "Querer es poder" y si te lo propones vas a triunfar en el estudio.

- Equilibra tus compromisos sociales:

* No dediques mucho tiempo a tus amigos, ellos y tú deben atender sus propias actividades.

* Piensa en tu beneficio personal, sin olvidar los aportes que puedes brindar a otros.

* No dediques mucho tiempo a los medios de comunicación (periódico, radio, T.V., cine), busca en ellos elementos de formación que contribuyan en tu realización personal.

* Dosifica tus actividades recreativas. Recuerda que todo en exceso es malo.

JOVEN: BUSCA TU PROYECCION HACIA LA COMUNIDAD, LUCHA POR EL ESPACIO QUE TE CORRESPONDE Y ORGANIZATE.

- ¿COMO?... Estas sugerencias te pueden ayudar:
-
- Busca jóvenes y personas con la misma afición y similares habilidades deportivas, culturales , científicas, de servicio social, con ellos puedes promover la formación de una organización, comité o club.
- Haz un inventario de los recursos humanos, técnicos y materiales que pueden servir al grupo.
- Actúa con entusiasmo, para motivar y orientar a muchos jóvenes en el proyecto de formar la organización, sus proyecciones y ventajas. Los jóvenes que ocupan posiciones en los periódicos escolares, en los consejos estudiantiles, en los grupos de discusión, lo mismo que los que participan en debates en el salón de clase, pueden hacer mucho en el sentido de propagar ideas constructivas.

Es un deber.....
de Admirar
y





Cuidar la
Naturaleza

- Plantea principios orientadores del trabajo y define formas y procedimientos. Los miembros del grupo se conocen entre sí y empiezan a integrarse a través de reuninoes, intercambios donde cada cual puede expresar lo que siente, experimentando la solidaridad para concretar objetivos y planes de acción.
- Planea actividades que contribuyan a la consecución de los objetivos propuestos. ***"Todo esfuerzo que se hace para mejorar la humanidad comienza siempre en el corazón de alguien que se atreve a soñar y que se preocupa lo suficiente para corregir lo que está malo. Miles de jóvenes han iniciado programas que han beneficiado a muchos"***.
- Busca capacitación permanente para los miembros. No importa cuál sea el carácter o la finalidad de la organización: Para desarrollar habilidades manuales, artísticas, deportivas, para servir a la comunidad se necesita adquirir y aumentar los conocimientos bajo la dirección de personas idóneas.
- Finalmente una vez que el grupo se ha consolidado, se deben proyectar hacia su colegio y comunidad para permitir su integración, asociarse con otras Organizaciones Juveniles y generar espacios de participación juvenil en el desarrollo y progreso de la ciudad y del país.

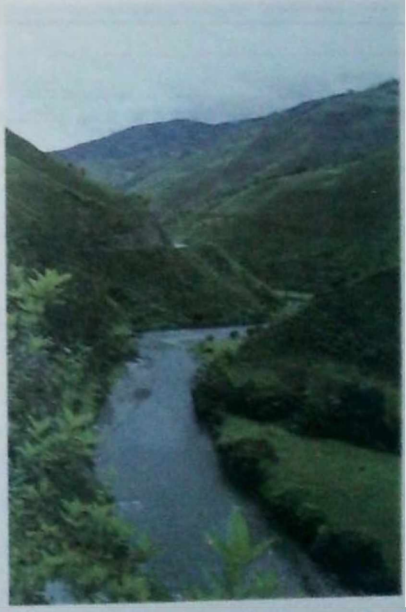
"UN JOVEN PUEDE CAMBIAR EL CURSO DE LA HISTORIA, UNOS POCOS BASTAN, DESCUBRE TUS RIQUEZAS, TODOS SOMOS CREATIVOS. PUEDES CON TUS HABILIDADES AYUDAR A LOS DEMAS".

Más valioso que todos los bienes, comodidades, conocimientos y oportunidades que la vida nos ofrezca es la alegría y el entusiasmo de que dispongamos para disfrutarlo. Y para gozar de entusiasmo y alegría no necesitamos dinero ni mucha suerte. **JOVEN!** Nada más cierto que el aforismo que dice: **"Cada cual es el arquitecto de su destino"** Nuestro destino no depende de bienes, títulos que tengamos, sino de nuestra actitud y calidad de nuestras vidas.



Dios puso para tu beneficio, las flores, árboles, aguas, montañas...

...Es el legado para las nuevas generaciones. Presérvela...



"EL VERDADERO VALOR RESIDE EN LO QUE SOMOS, NO EN LO QUE TENEMOS", por lo tanto:

Desarrolla y utiliza los dones que Dios te dió para tu enriquecimiento personal y el de tu familia.

¿Cuáles son?

_____

_____

_____

_____

¿Qué ideales compartes con tus amigos?

_____

_____

_____

_____

¿Cuáles son las cualidades que más admiras de tus maestros?

_____

_____

_____

_____

¿Qué has logrado?

_____

_____

_____

_____

¿Qué debes cambiar ahora?

¿Qué aspectos debes cuidar más?

¿Cómo podrías mejorar el trato con las personas?

¿Qué estás haciendo por tu familia?

¿Qué vas a hacer en favor de tu País?

RESPUESTAS SECCION LUDICA

Solución a los nombres de los gráficos:

1. *Monstrico*
2. *Nadador*
3. *Caballo triste*
4. *Rodar y rodar*
5. *Hormiga santandereana*
6. *Coloquio lunar*
7. *La dama y el Vagabundo*
8. *Espanto*
9. *La vida.*
10. *Vecinos*
11. *La copa*

12. *Glotón*
13. *Abrazo*
14. *Bostezo*
15. *Saludo*
16. *Angel*
17. *Nos separa una pared*
18. *Mi lámpara*
19. *Amor.*
20. *Rino*
21. *La pirámide viviente*
22. *Coloquio ratonil*
23. *El Santo.*

Respuestas al Matemagrama

I.

5	×	5	=	25
×		−		×
20	÷	5	=	4
=		=		=
100	+	0	=	100

II.

7	+	4	=	11
+		+		+
3	+	2	=	5
=		=		=
10	+	6	=	16

III.

13	+	12	=	25
+		+		x
12	+	13	=	25
=		=		=
25	x	25	=	625

IV.

12	+	6	=	18
+		÷		+
12	÷	1	=	12
=		=		=
24	+	6	=	30

"Educar el comportamiento para desarrollar el pensamiento y así construir el conocimiento".

Nelsón Fonseca.

BIBLIOGRAFIA

Aponte Villamil, Nancy E. **"Manual de Orientación para un estudio efectivo"** Talleres gráficos del Instituto San Pablo Apóstol. 1a. Edición. 1987.

Beltrán, P. **"Sociología de la Familia Contemporánea"**. Edic. Sígueme, Salamanca. 1977.

Betancur, María Cecilia **"Mañana será otro día"**. Psicología para la vida cotidiana. V.H.S. Editores. 2a. Edición. Bogotá.

Carreño H., Fernando **"Enfoques y Principios Teóricos de la Evaluación"**. México. Editorial Trillas. 1978

Colombia. Ministerio de Educación. **"Programa Promoción Juvenil y Prevención de la Drogadicción"** Evaluación. 1987

Coldeportes. Políticas, planes y programas. Documento Informativo.

Dodson, F. **"El Arte de ser Padres"**. Edit. Aguilar, Madrid. 1973.

Gordom Thomas. **"P. E. T. Padres Eficaz y técnicamente preparados"**. Ediciones Diana, México. 1978.

Pachón F., Luis Enrique **"Cómo ser buen estudiante No. 2"** Semper Ediciones. Bogotá.

Lemus, Luis Arturo. **"Evaluación del Rendimiento Escolar"**. Editorial Kapeluz, Buenos Aires. 1968.

Reader's Digest, Selecciones. **"Cómo formar niños extraordinarios"** México. 1987.

Reader's Digest, Selecciones **"Cómo inculcar valores a los hijos"** México. 1988.

Revista de todo un poco No. 1 **"Sus hijos y las drogas"**. 1989.

Moritz, Hans **"La familia y sus Valores Formativos"**. Editorial Herder. Barcelona. 1969.

Respuesta a todo. Círculo de Lectores. Editorial Carvajal.

Ocampo López, Javier **"Música y Folclor de Colombia"**. Bogotá, Editorial Plaza y Janés. 1976.

Ocampo López, Javier **"El Folclor y los Bailes Típicos Colombianos"** Manizales, Imprenta Departamental. 1981

Ocampo López, Javier **"El Folclor y su manifestación en las Supervivencias Musicales en Colombia"**. Tunja, UPTC. Ediciones la Rosa y El Aguila. 1970.

INDICE

Presentación, 5

Símbolos de Santafé de Bogotá, 7

PADRES, 11

Padres e hijos, 13

Los factores de riesgo familiares que pueden contribuir y como resolverlos, 15

1. Factor de riesgo: FALTA DE COMUNICACION FAMILIAR, 15

2. Factor de riesgo: CARENCIA DE METAS Y RETOS, 16

3. Factor de riesgo: AUSENCIA DE VALORES Y CREENCIAS, 17

4. Factor de riesgo: PADRES VIOLENTOS QUE MALTRATAN A SUS HIJOS, 19

5. Factor de riesgo: USO DEL ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS POR PARTE DE LOS PADRES, 21

6. Factor de riesgo: FALTA DE UNIDAD FAMILIAR Y DESAVENIENCIAS FAMILIARES, 23

Es mejor dar que recibir, 27

El príncipe feliz, 29

MAESTROS, 31

Un libro, 33

Maestros y alumnos, 35

I. Factor de riesgo: JORNADA ESCOLAR CONTINUA, 35

II. Factor de riesgo: MAESTROS CONSUMIDORES, 38

III. Factor de riesgo: CURRICULUM ACADEMICISTA Y FALTA DE COMPROMISO DE LOS DOCENTES, 39

IV. Factor de riesgo: AUSENCIA O DEFICIENTE ESTÍMULO AL DESARROLLO DE NUESTRA IDENTIDAD CULTURAL, 41

V. Factor de riesgo: AUSENCIA O DEFICIENTE DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD, 52

SECCION LUDICA, 59

Maestro: Evalúa ¿Cómo eres?

JOVENES, 67

Joven, 69

El escuelante y la oruga, 71

Sabías que..., 72

Deténgase y piense, 74

Arboles viejos, 75

El leñador y el sándalo, 77

Preguntar: motor para aprender, 78

Gotita de agua, 82

Buscando nuestras raíces, 83

América en el V Centenario, 84

Sabías que..., 88

Adagios, 90

Sabiduría popular, 91

Aprendiendo con la mente maestra, 92

El deporte, 93

Joven: ¿Cómo está tu autoestima?, 94

Joven: Busca tu proyección hacia la comunidad, hecha por el espacio que te corresponde y organízate, 96

Respuestas sección lúdica, 102

Bibliografía, 105

Agradecimientos

a la Embajada de los Estados Unidos de América quien financió esta obra y

a la Dirección Nacional de Estupefacientes por su valioso apoyo y colaboración.

Distribución gratuita