Tutoría

**Implementamos acciones creativas para el bienestar familiar y comunitario (SEMANA 6)**

¡Hola! Te saluda Sebastián, trabajaremos la actividad correspondiente a la semana 6, o a la Experiencia de Aprendizaje 2, actividad 3. En esta actividad, implementaremos nuestras acciones creativas que beneficien a nuestras familias y a nuestra comunidad.

Nos acercamos al tema

Leamos con atención la siguiente historia:

Historia de Isabel

¡Hola! ¡Soy Isabel! Vivo en Chachapoyas, tengo 15 años y estoy en cuarto de secundaria. Les cuento que aquí en mi ciudad mucha gente había cerrado sus negocios. Hasta mi familia, que vende ropa, pasó por la misma situación, a causa de la pandemia. A otras personas les ocasionó estrés, miedo, preocupación y ansiedad. Como verán, los problemas no solo han sido económicos, sino también emocionales. Leyendo algunas revistas y libros, y viendo videos, encontré ideas interesantes para mejorar la salud emocional y cómo reinventarse en este contexto. Soy muy hábil editando videos, así que empecé a grabarme proponiendo actividades para manejar nuestras emociones. Incluí algunos ejercicios físicos utilizando elementos comunes de casa. Asimismo, edité algunos videos con historias de emprendimiento. Estos videos los compartí con mis primas, tíos y otros familiares. ¡Les encantó!

Historia de Leonardo

¡Hola! ¡Soy Leonardo! Vivo en Tumbes y con mis compañeras y compañeros estamos creando afiches digitales y físicos que colgaremos en las ventanas de nuestras casas para que las vecinas y los vecinos no dejen las bolsas de desperdicios en la calle a cualquier hora. Los perros del barrio rompen las bolsas y con eso se genera mucha contaminación.

Historia de Lucas

¡Hola! ¡Soy Lucas! Vivo en Lima, en el distrito de Carabayllo. En mi familia hemos tratado de encontrar un lado positivo a la situación generada por la pandemia. Como tenemos un terreno grande, empezamos a sembrar hortalizas para nuestro consumo y vendemos a las vecinas y los vecinos las que no utilizamos. Trabajar el biohuerto nos ha ayudado mucho como familia, sobre todo, porque también contribuye a nuestra salud emocional y seguimos aprendiendo de los conocimientos de nuestros padres y abuelos.

Después de haber leído atentamente las historias, reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

* **¿Qué busca solucionar Isabel?**

- Con los videos que ella va a editar grabando videos busca solucionar el conflicto que pasa en su comunidad en los problemas económicos y mejorar la salud emocional, ya que, debido a esta pandemia, en su comunidad muchas personas cerraron sus negocios y en su salud emocional, les ocasiono estrés, ansiedad, miedo, preocupación.

* **¿La solución planteada por Leonardo y sus compañeras y compañeros será adecuada?** (Leonardo busca crear afiches digitales para que lo cuelguen en la ventana de su casa junto a sus demás compañeros, para que los vecinos no boten bolsa de desperdicios en la calle y no se genere contaminación, ¿Qué opinas?, ¿crees que es adecuado la solución que plantea Leonardo y sus compañeros?)

-

* **¿Qué fortalezas podemos identificar en la familia de Lucas?**

- Buscan el lado positivo a la situación generada por la pandemia, ellos incentivan a que las personas busquen el lado positivo de la pandemia, ya que tienen un biohuerto, y con las hortalizas que les sobran, les dan a sus vecinos para que se pongan a hacer con ellos un biohuerto y no piensen mucho, que no se estresen, y no estén preocupados por la situación de la pandemia, ellos son empáticos y buscan el bien común en su comunidad.

* **¿De qué manera las iniciativas de Isabel y Leonardo promueven el bienestar de su familia y comunidad?**

- Isabel y Leonardo se preocupan por la salud de sus vecinos, esta iniciativa que ellos han ido haciendo, mejora el bienestar de su comunidad a través de los propósitos y objetivos que buscan conseguir en su comunidad.

Ahora que hemos reflexionado sobre la base de las preguntas, es importante que vayamos comprendiendo algunos elementos claves.

Implementar acciones creativas para el bienestar de nuestra familia y comunidad implica que desarrollemos las siguientes acciones:

1. **Identificar el problema o asunto público**

Podemos usar la técnica “Lluvias de ideas”, la cual consiste en listar todas las ideas que se nos puedan ocurrir para resolver un problema. Posteriormente, seleccionaremos aquellas que sea posible realizar.

1. **Elaborar una lista con las personas que pueden aportar a la solución, con quienes tengamos mejor conexión**

Podemos usar el “Mapa de la empatía”, que consiste en identificar y ubicar a las personas con quienes se pueden cumplir las metas comunes. Tenemos que preguntarnos: ¿Quién es? ¿Dónde está? ¿Qué piensa y siente? ¿Qué oye? ¿Qué ve? ¿Qué dice y hace? ¿Cómo puede aportar a la solución? Debemos practicar este ejercicio con cada una de las personas con las que queremos aliarnos para transformar una situación en beneficio de nuestra familia o comunidad.

1. **Diseñar**

Diseñaremos la idea junto a las personas con quienes nos hemos aliado. Podemos emplear estas preguntas: A partir de la situación, ¿qué podemos hacer?, ¿para qué lo haremos?, ¿dónde lo haremos?, ¿cómo lo haremos?, ¿qué necesitamos?

1. **Implementar**

Para implementar un proyecto o una actividad necesitamos que muchas personas conozcan y valoren el propósito. Podemos empezar por el círculo más cercano: nuestra familia y las familias de las personas con quienes nos hemos aliado.

En el contexto que estamos atravesando a causa de la COVID-19, es muy importante ser perseverantes. Esto implica mantener la motivación, el interés y el esfuerzo de manera sostenida para alcanzar las metas y afrontar las dificultades. La perseverancia es una virtud que muchas personas han puesto en práctica para sacar adelante a sus familias y aportar a su comunidad. Nada es fácil. Todo toma un tiempo. Hay que tener paciencia.

Recordemos que las acciones creativas no solo deben estar orientadas al emprendimiento, sino también al bienestar emocional de las personas y la comunidad. Tal como lo hizo Isabel, que creó y difundió videos con orientaciones sobre actividades físicas para mejorar la salud emocional de sus familiares.

Ponemos en práctica lo aprendido

Luego de conocer algunas experiencias de acciones creativas, es momento de poner en práctica lo aprendido.

* Identifiquemos un problema en la comunidad, propongamos una acción creativa para solucionarlo y hagamos una lista con las personas que creemos nos podrían ayudar a llevar adelante la idea que hemos propuesto.

(Básicamente, te diré como hacerlo, y te daré una plantilla para que lo hagas a tu gusto con el problema que vas a identificar en tu comunidad, la acción creativa para que lo soluciones, y la lista de personas que te van a ayudar en lo que has propuesto)

**Problema o asunto publico que identifique en mi comunidad:**

**Mi acción creativa para solucionarlo:**

**Personas que me van a ayudar en mi propuesta de solución:**

**Nombre:**

**¿Quién es?:**

**Nombre:**

**¿Quién es?:**

**Nombre:**

**¿Quién es?:**

**Nombre:**

**¿Quién es?:**

Recuerda:

¡Seamos creativas/os y organicemos nuestras producciones utilizando el material que tengamos a nuestro alcance! Podemos compartir nuestros trabajos con la tutora o el tutor.

**¡Ya estamos culminando!** A continuación, algunas ideas muy valiosas e interesantes.

* Para poner en marcha acciones creativas se requiere liderazgo
* Cada persona tiene una forma distinta de aportar a la solución de un problema. Ello debe ser una fortaleza en el trabajo en equipo.
* La iniciativa y la perseverancia son factores que nos ayudan a emprender soluciones creativas a problemas que enfrentan nuestra familia y comunidad.
* Desarrollar acciones que promuevan el bienestar en la familia y la comunidad es un acto de ejercicio de la ciudadanía.

Evaluamos nuestros avances

**Ahora, observemos juntos nuestros aprendizajes para seguir avanzando. Marcamos con una X en el recuadro correspondiente.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Aprendizajes | **Mucho** | **Más o menos** | **Poco** |
| Reconocí mis propias habilidades y confié en ellas. |  |  |  |
| Identifiqué oportunidades en mi entorno |  |  |  |
| Fui creativa/o al elaborar propuestas que ayuden a mejorar el bienestar personal, familiar y comunitario. |  |  |  |

Con esto ya habríamos terminado toda la Experiencia de Aprendizaje 3 del área de Tutoría, la semana 7 nos veremos con una nueva Experiencia que comprenderá de 4 actividades, hasta pronto nwn

Si te ayudo y te agrada la forma en que te ayudo, puedes agradecerme siguiéndome en mis redes:

<https://www.youtube.com/channel/UC5mNe7XZoqhQbbObpblpSZg>

<https://www.facebook.com/sebastian.durand.acosta.5891/>

Sebastián Durand