

## LA FAMILIA: ESPACIO PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA (Parte I)

*“La habilidad es lo que eres capaz de hacer. La motivación determina lo que harás. La actitud determina lo bien que lo harás”*

Entender los desafíos y la exigencia de la vida diaria es quizás el reto Psicosocial e individual que debemos afrontar las personas. Para poder vivirlo hay que entenderlo de acuerdo a nuestros roles, necesidades e intereses.

Es muy importante reconocer cómo el desarrollo de las habilidades para la vida contribuyen para que los niños, adolescentes, jóvenes y adultos identifiquen la grandeza de su vida, reconozcan en ella el reto del conocimiento, el crecimiento personal y social al que nos enfrentamos todos los días. ***Sin duda la Familia es el espacio privilegiado para ello.***



Click en la imagen para acceder al video: “El aprendizaje social y emocional”

# *Click Pastoral*

## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia

La OMS nos orienta en la educación de Habilidades para la vida buscando mejorar la capacidad de sentirnos sanos y felices entendiendo nuestra realidad e interviniendo sobre los determinantes de la salud y bienestar personal y social.



Click en la imagen para acceder al video: "Habilidades para la vida"



## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia

Las habilidades para la vida que desde la familia, en apoyo con la Escuela, estamos llamados a desarrollar son:

1. Autoconocimiento
2. Empatía
3. Comunicación Asertiva
4. Relaciones interpersonales
5. Toma de decisiones
6. Solución de problemas
7. Pensamiento creativo
8. Pensamiento Crítico
9. Manejo de emociones
10. Manejo de tensiones



Click en la imagen para acceder al video: "Proyecto de vida: 10 lecciones para adolescentes"

# Click Pastoral

## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia

### AUTOCONOCIMIENTO Y EMPATIA

*Conocerse* es el soporte y el motor de la identidad y de la autonomía, es saber qué se quiere en la vida e identificar los recursos personales con que se cuenta para lograrlo.

*Empatía o “Ponerse en la piel”* de la otra persona para comprenderla mejor y responder de forma solidaria, de acuerdo con las circunstancias.

Estas dos habilidades son fundamentales en el desarrollo de los niños, jóvenes y adultos. Son transversales en el diario vivir y en el desarrollo de los diversos roles.



Click en la imagen para acceder al video: “El autoconocimiento”

## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia

Se presentan algunas iniciativas que pueden contribuir a desarrollar el **Autoconocimiento**. Pueden trabajarse de manera personal (en casa o en el colegio) o direccionarla para grupos de trabajo. Se invita a los Padres de familia a participar de ellas junto con sus hijos(as):

- Escribir el nombre completo, decorarlo con diversos elementos o técnicas que escoja la persona.
- Consultar con fuentes primarias (la familia) la historia del nombre.
- Escribir los intereses, cualidades, talentos y habilidades que posee, los logros personales o representarlo a través de imágenes y realizar un afiche personal que represente cada uno de los aspectos trabajados.
- Solicitar a un familiar o conocido cercano que le escriban una carta en donde describan la imagen que representa para otros.



Click en la imagen para acceder al video: “¿Quién Soy?”

## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia



- a. Escribir los momentos importantes que han marcado la vida (alegres, tristes).
- b. Escribir los retos personales a corto, mediano y largo plazo en los diversos roles en los que se participa.
- c. Crear una frase que represente la actual existencia.
- d. Recordar la canción favorita y reconocer las emociones positivas que encuentra en el mensaje de ésta.

## Recursos (para educadores y padres) para el desarrollo de habilidades para la vida desde la Familia

Ahora se presentan algunas que pueden contribuir a desarrollar la **Empatía**. Pueden trabajarse de manera personal (en casa o en el colegio) o direccionarla para grupos de trabajo. Se invita a los Padres de familia a participar de ellas junto con sus hijos(as):



Click en la imagen para acceder al video: "Empatía"

- a. Tomar un cuento reconocido de la tradición cultural a la que pertenece.
- b. Realizar una lista de cada uno de los personajes que hacen parte de esta narración.
- c. En esta lista reconocer las fortalezas y debilidades que tengan (los personajes) además de hacer un corto análisis de su contexto y motivaciones.
- d. Intentar cambiar el final del texto explicando los cambios que se le ha dado al cuento y cuáles de las características fortalezas y debilidades cambiaron en el nuevo final comparándolo con el texto original.

# *Click Pastoral*

**Si requieres de profesionales que puedan abordar este tipo de temas** con Padres de familia, educadores o estudiantes en talleres, seminarios, conferencias; no dejes de comunicarte con nosotros para ayudarte a contactarlos:

**Camilo E. Rodríguez F.**  
**Director de Pastoral CONACED Nacional**

**[pastoralconaced@conaced.edu.co](mailto:pastoralconaced@conaced.edu.co)**  
**3184320369**