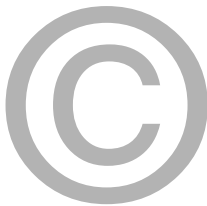


Capacidades y competencias p a r a l a v i d a

Aprender a aprender

**UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN HUMANA
PARA ENFRENTAR LOS RETOS DE LA VIDA**





FE Y ALEGRÍA COLOMBIA

P. Hernando M. Gálvez Arango S.J.
Director Nacional

Víctor Murillo Urraca.
Director Ejecutivo Nacional

Jaime Benjumea Pamplona
Coordinador General del Proyecto

Claudia Marcela Cruz Páez
Autora

María Fernanda Vinueza
Diseño gráfico

Corcas Editores S.A.S.
Impresión

Módulo de Aprender a Aprender
ISBN: 978-958-8365-31-2

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajo sociales y/o comunitarios, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro, está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

© Fe y Alegría Colombia

Carrera 5 No. 34-39
Teléfono 3209360
Fax 2458416
Página web: www.feyalegria.org/colombia
E-mail: dinlal@feyalegria.org.co

Primera edición (2009)
Realizado con el apoyo de Alboan y
la Diputación Foral de Bizcaia

Impreso en Bogotá, Colombia. Enero 2013.

Contenido

PRESENTACIÓN 8

INSTRUCTIVO METODOLÓGICO 15

NUESTRO PUNTO DE PARTIDA19

- 1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?19
- 2. ¿Cómo estamos? 22
- 3. Nuestro compromiso con el aprendizaje 23

UNIDAD 1. ¡CUANDO QUIERO PUEDO!
MOTIVACIONES PERSONALES PARA EL APRENDIZAJE 27

- 1. Presentación 29
- 2. Conocemos, practicamos y aprendemos30
- 3. Glosario57
- 4. Aprendamos más58

UNIDAD 2. MI CAPACIDAD EN MARCHA.
ACCIONES PARA EL APRENDIZAJE OPERATIVO..... 61

- 1. Presentación 63
- 2. Conocemos, practicamos y aprendemos63
- 3. Glosario85
- 4. Aprendamos más86

UNIDAD 3. CAMINO TRAZADO.
RUTAS DE APRENDIZAJE DESDE LA PLANIFICACIÓN COGNITIVA 89

- 1. Presentación 91
- 2. Conocemos, practicamos y aprendemos 91
- 3. Glosario117
- 4. Aprendamos más118

AUTODIAGNÓSTICO DE SALIDA 121

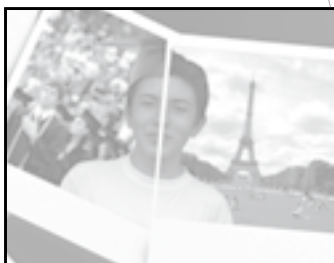
costeando

CAPACIDAD SIN LÍMITES
Capacidad sin límites

Unidad uno

**Competencias
Laborales
Generales**

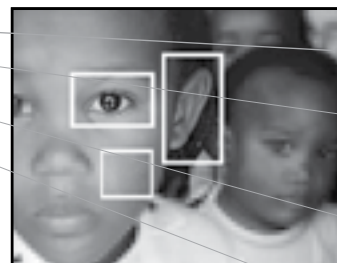
Actividad 1/ Pág.33



Actividad 2/ Pág.39



Actividad 3/ Pág.47



La motivación, motor de la acción

La motivación es un factor que ha cobrado valor en los últimos años debido a su incidencia al emprender cualquier acción humana. Es desde ella donde se establecen los comportamientos y la energía necesarios para alcanzar cualquier meta.

Desde este punto de vista, el psicólogo Juan Antonio Huertas define la motivación “como un proceso psicológico [...] que determina la planificación y la acción del sujeto. Se incluyen en este proceso motivacional todos aquellos factores cognitivos y afectivos que influyen en la elección, iniciación, dirección, magnitud y calidad de una acción que persigue alcanzar un fin determinado”⁴.

En el campo educativo, la motivación es determinante en la capacidad de aprender, pues los conocimientos pueden ser fáciles o difíciles de adquirir, dependiendo de la actitud con la que estudiamos un tema en particular. Esto quiere decir que mientras más motivación exista para alcanzar un logro concreto, mayor es la disposición mental y afectiva a la hora de establecer un plan de acción que permita el acercamiento al fin deseado.

Tal es la influencia de este aspecto que ha permitido la conquista de metas inalcanzables. Por ejemplo, Beethoven, brillante compositor de música clásica, a pesar de su sordera creó obras de tan alto nivel que actualmente hacen parte importante de este género.

Por esta razón, es el momento para hacernos conscientes de las motivaciones que nos activan diariamente, con miras a determinar las razones que nos hacen avanzar hacia fines específicos. De esta forma podremos reafirmarlas o establecer rutas distintas que nos permitan desarrollar al máximo nuestras potencialidades y alcanzar los objetivos que nos planteamos, para llegar así a la verdadera realización personal.

Objetivo de la actividad

-  Sensibilizarnos para reconocer la importancia de aprovechar nuestras capacidades personales.

Evidencia de aprendizaje

-  Motivaciones que producen acciones presentes.

Duración de la actividad

120 minutos distribuidos de la siguiente manera:

-  10 minutos para observar el video.
-  30 minutos para responder preguntas sobre el video y la vida personal,
-  20 minutos para compartir las respuestas con los compañeros de manera colectiva.
-  20 minutos para la elaboración del listado de acciones y motivaciones.
-  20 minutos para diligenciamiento de la escalera.
-  20 minutos para reflexión colectiva

Recursos didácticos necesarios

-  Televisor o video beam.
-  DVD.
-  Video corto sobre un testimonio de superación personal. (Algunos ejemplos son: Sandra, niña con parálisis cerebral; Tony Meléndez: hombre sin brazos que interpreta eficientemente la guitarra; Nick: joven sin brazos ni piernas que se vale por sí mismo al realizar actividades cotidianas⁵. También se puede usar la historia de vida de cualquier persona que ha alcanzado sus sueños con dedicación y esfuerzo).
-  Una hoja en blanco y un lapicero.

Instrucciones de la actividad

Es muy importante que en esta actividad asumamos una actitud reflexiva y sincera que nos permita identificar los aspectos que realmente mueven nuestra existencia. Para desarrollar el ejercicio:

4. HUERTAS, José Antonio. Motivación. Querer aprender. Buenos Aires: Aique, 1997. Citado por CARRETERO, Mario; SOLCOFF, Karina y VALDEZ, Daniel. Psicología. Buenos Aires: Aique, 2002. p. 121.

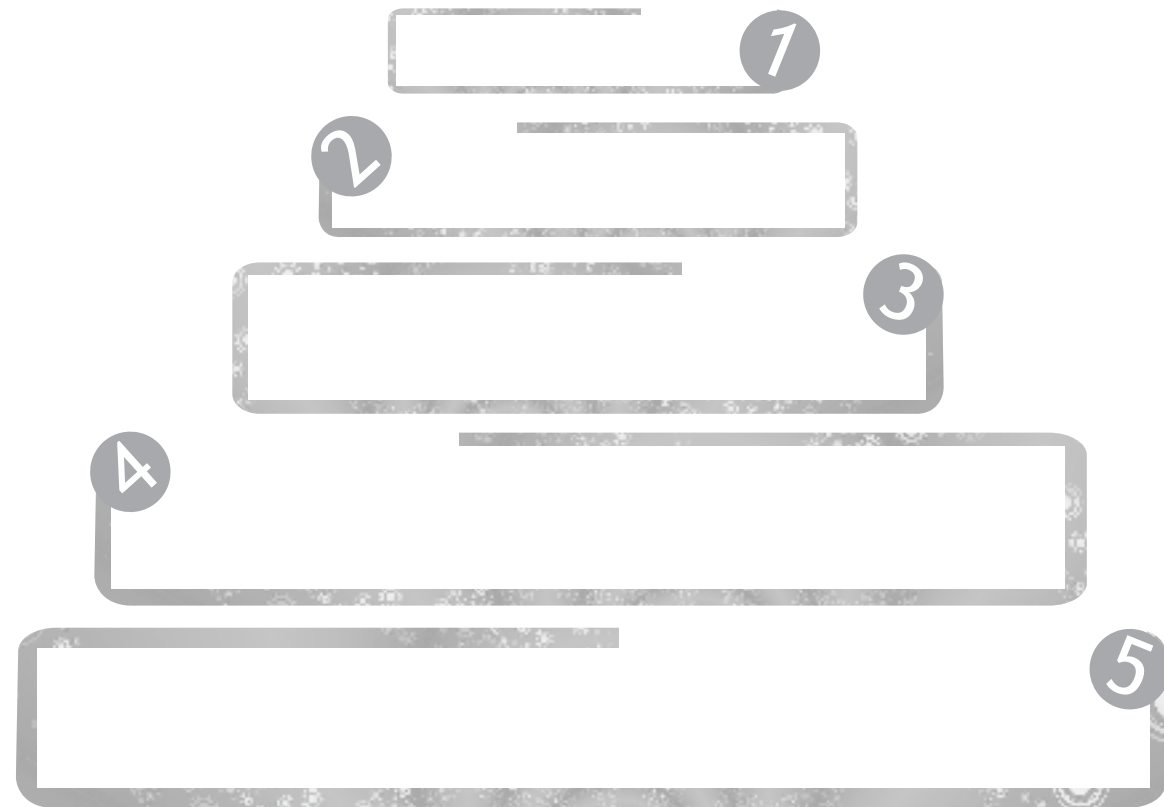
5. FUNDACIÓN TELETON. Tony Meléndez. [Video en línea]. Disponible en Internet en: <http://www.youtube.com/watch?v=RoLoFe3Eze8> Fecha de consulta: 29 de septiembre de 2008.
ESTE VIDEO PUEDE cambiar radicalmente tu manera de pensar. [Video en línea]. Disponible en Internet en: http://www.youtube.com/watch?v=G_59L8RK0iM&feature=related Fecha de consulta: 29 de septiembre de 2008.

Aprender a aprender

-  Observamos detenidamente el video.
-  Respondemos individualmente las siguientes preguntas en relación con la vida del protagonista:
 - ¿Qué piensa de su condición?
 - ¿Qué necesita?
 - ¿Qué piensa sobre su futuro?
 - ¿Cuáles son los principales logros que ha alcanzado en su vida?
 - ¿Qué actitudes mueven su vida?
 - ¿Qué ideas de las expresadas por el protagonista nos llaman la atención y por qué?
-  Individualmente, exploramos nuestras condiciones actuales. Con este fin respondemos las siguientes preguntas en una hoja en blanco:
 - ¿Cuál es mi condición actual?
 - ¿Qué pienso sobre ella?
 - ¿Qué pienso sobre mi futuro?
 - ¿Cuáles son mis principales metas?
 - ¿Qué necesito para alcanzarlas?
 - ¿Con qué recursos cuento? (Físicos, intelectuales, materiales, económicos, humanos).
 - ¿Qué limitaciones u obstáculos me dificultan alcanzar lo que deseo?
-  Compartimos con nuestros compañeros los aspectos que más nos llamaron la atención del ejercicio inicial.
-  Complementamos la experiencia registrando de manera individual y en hojas blancas los siguientes aspectos:
 - Listado de acciones cotidianas que nos hacen pensar que realmente estamos motivados en lo que hacemos.
 - Listado de las principales motivaciones que nos hacen actuar de determinada manera en los diferentes ámbitos de nuestra vida (personal, familiar, académico, social, etc.).
-  Según la reflexión anterior, diligenciamos la escalera de motivaciones que aparece a continuación. En su base escribimos la motivación menos relevante y en la cima, la de mayor influencia en nuestras vidas. Al finalizarla, la incluimos en el portafolio de evidencias.

CIMA

Aprender a aprender



Reflexiones sobre nuestro aprendizaje

Para complementar lo aprendido con la actividad anterior, respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué importancia tiene lo aprendido para nuestras vidas?
- ¿Qué aspectos personales y del ejercicio favorecieron ese aprendizaje?
- Según lo trabajado hoy, ¿cómo definimos la palabra motivación?.

Descubrir el grado de motivación que poseemos frente a las metas que nos planteamos es determinante para proponer acciones exitosas. Por tal razón, es importante habituarnos a hacer reflexiones periódicas que nos ayuden a descubrir, tanto el grado de disposición que imprimimos en nuestras acciones diarias, como el horizonte deseado.

Lo anterior tiene como objetivo establecer un camino concreto, seguro y directo hacia el fin que perseguimos. De no ser así, podríamos caer en la realización de actividades sin sentido que debilitarían nuestro ánimo y nos alejarían cada vez más de nuestras metas.

Así que, mientras más sinceros seamos con nosotros mismos y dediquemos tiempo a autoevaluar nuestras motivaciones y actitudes, podremos avanzar con paso seguro hacia lo que queremos.