

IMPULSO

Número 16
Junio 2017

RISTA



ÍNDICE

EDITORIAL	4
BICENTENARIO	
Día Champagnat	5
TEJIENDO ESPERANZA	
¿Para qué el campamento de los GEM?	8
Universidad para Todos	11
DE INTERÉS	
Dios en las Redes Sociales	13
DE COYUNTURA	
Ser y Hacer Familia	14
El Abuelo, el padre y el hijo	16
VIDA Y OBRAS	
Marcelino Peregrino	18
Una experiencia con rostro infantil que trasciende la escuela	19
MARISTAS A FONDO	
Congreso REM 2017	24
El caminar que se comparte y alienta corazones	27
COMUNICACIÓN	
Recomendaciones para hablar en público	28

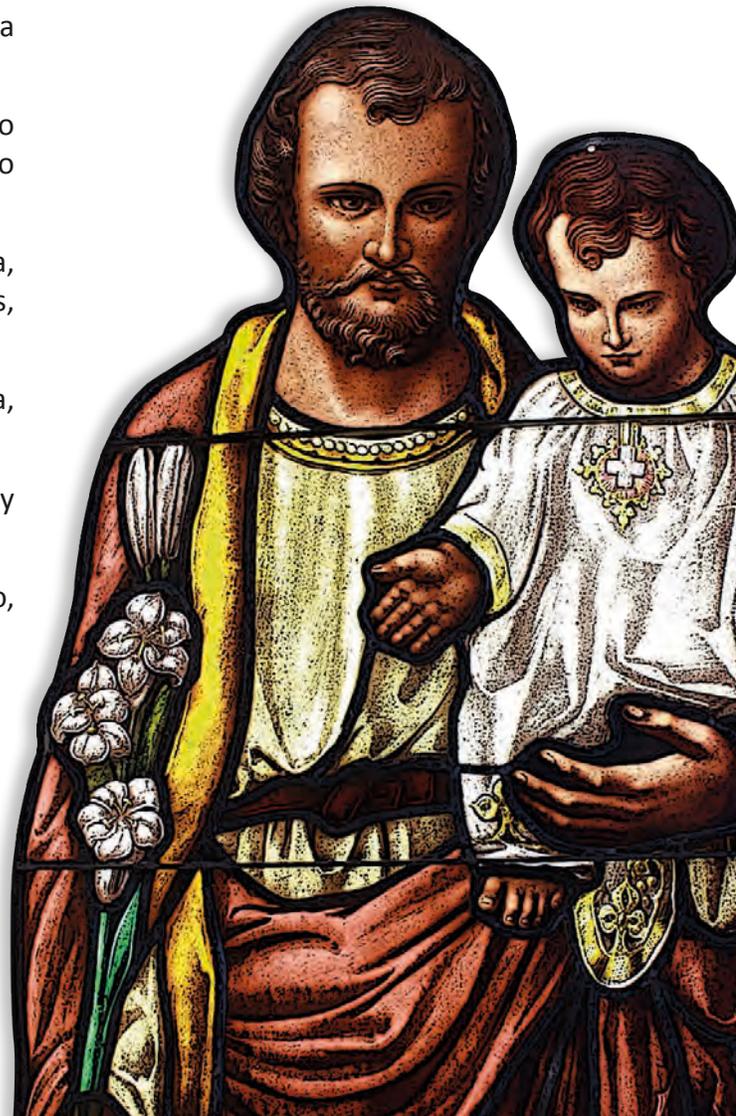
Estimados Maristas de Champagnat.

“Queridos Hermanos – escribía el Hno. Francisco – el sábado 6 de junio, a las cuatro y media de la madrugada, se dormía apaciblemente en el Señor, después de tres cuartos de hora de dulce agonía, nuestro venerado Superior...Lloremos a un tierno Padre, a un digno Superior y Fundador, a un santo sacerdote, nuestro apoyo, guía y consuelo... Su muerte como su vida, fue una sucesión de ejemplaridad: no dudamos de que habrá sido preciosa a los ojos de Dios... Ahora nos corresponde a nosotros recoger y proseguir cuidadosamente sus últimas y conmovedoras instrucciones; hacerlo revivir en cada uno de nosotros por la imitación de las virtudes que en él admirábamos”.

Con estas sentidas palabras se nos narra la conclusión de una vida entregada a Dios y a la infancia, y como sugiere el Hno. Francisco, la mejor manera de honrar a una persona que ha sido significativa es continuar su legado de bondad:

- Sabiéndonos profundamente amados por Jesús y María y mostrando ese amor a los demás.
- Trabajando con celo por dar a conocer a Jesucristo y hacerlo amar, entre los niños y jóvenes, teniendo cuidado especial con los más necesitados.
- Amando profundamente la vocación que Dios nos da, como familia en torno a María, junto con los Padres, Hermanas, laicos, y con toda la Iglesia.
- Amándonos los unos a los otros, en unidad, tolerancia, perdón y alegría.
- Haciendo vida las virtudes maristas de humildad y sencillez.
- Construyendo una Iglesia incluyente, de rostro mariano, en diálogo compasivo con el mundo.

Marcelino es un santo de la Iglesia, no sólo de los maristas. Es un peregrino de la fe en Dios, de la confianza en María y el amor al prójimo. Desde la comunidad educativa de Toluca nos comparten cómo, de manera sencilla para los pequeñines, van haciendo vida la riqueza que nos legó.



Así como el 6 de junio es la fiesta de nuestro fundador, el 12 de este mismo mes, nos pone a reflexionar nuevamente en torno a la infancia, en el contexto del día Internacional contra el Trabajo Infantil, y los datos nos recuerdan lo lejos que nos encontramos en México y en muchas partes del mundo del cuidado de aquellos a quienes dedicamos nuestros mejores esfuerzos. A partir de datos del INEGI se afirma que en 2015 había en México 2 millones 475 mil 989 niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años que realizaban alguna actividad económica, y 2 millones 217 mil 648 en “ocupaciones no permitidas”, consideradas de esa manera porque ponen en riesgo su salud, afectan su desarrollo o se llevan a cabo por debajo de la edad mínima permitida para trabajar, de acuerdo con la Ley Federal del Trabajo. Sabemos que el trabajo infantil y adolescente está directamente asociado al ingreso insuficiente de los padres o tutores, y ello nos remite a una reflexión más profunda sobre nuestra sociedad y la distribución de los recursos.

En este sentido, nos alegra presentar en este ejemplar de Impulso Marista la propuesta Educativa de la Escuela Miravalles como una alternativa educativa incluyente y participativa, desde un paradigma de la educación popular. Del mismo modo el trabajo con los niños y jóvenes con capacidades diferentes atendidos en nuestros grupos GEM, que narran el porqué de su actividad de campamento, así como el proyecto de inclusión de esta población en la Universidad Marista de la Ciudad de México.

¿Dios utiliza Twitter, Face, Whatsapp...? Ciertamente no, pero a través de muchas mediaciones que promueven la vida, sí. Otro aliado del apostolado son todas las tecnologías de información, que nos abren nuevas oportunidades de educación y evangelización. Compartimos de Querétaro una sencilla experiencia al respecto, entre muchas otras que van y seguirán surgiendo.

Así como el mes de mayo dedicamos una reflexión en torno a María y a la maternidad, el mes de junio nos invita a hacer lo propio en relación al padre, y con ello, por la familia. Estudios recientes nos hacen reflexionar en la vital importancia del rol paterno, de su presencia y ejercicio del rol directamente en el desarrollo de los niños, adolescentes y jóvenes, afirmando que existen procesos humanos y psicológicos en los cuales su atinado ejercicio, son fundamentales, indispensables, en el sano desarrollo de la persona. No es sólo la figura de “proveedor” de recursos, sino mucho más profundo. Así pues, compartimos un cuento, del Abuelo, el Padre y el Hijo, metáfora de la vida, (acaso una discreta comparación con la Trinidad) y una hermosa reflexión en torno a la familia, desde el rol paterno.

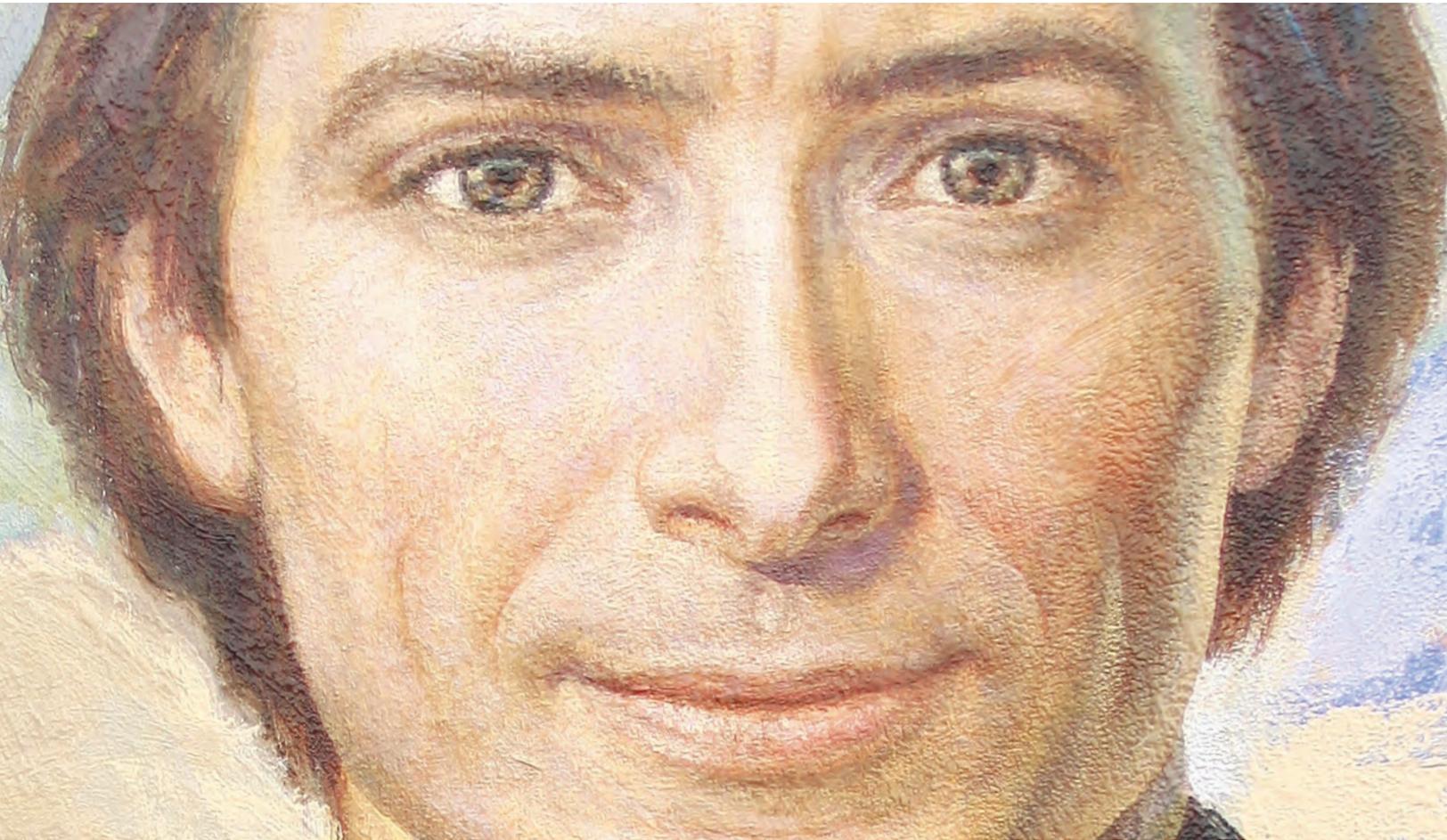
La Educación, que inicia en la familia y continua en la Escuela, surge de la interacción entre personas, con la finalidad de desarrollar lo mejor de cada uno, con propósitos, herramientas y adecuaciones al contexto y a la persona concreta, no puede ser estática. Requiere una reflexión continua y progresiva por lo delicado de su fin: el ser humano. Agradecemos a la comunidad de Querétaro, que, en torno a su 75 aniversario de presencia educativa en dicha ciudad, ha organizado el Congreso “Los Retos de la Educación en México”, del cual se nos comparten los principales ejes y contenidos reflexionados.

Finalmente, se nos presentan algunas herramientas para el cotidiano de la vida escolar y experiencias de nuestras obras. Que este cierre de actividades escolares próximo para muchos y pasado para otros esté concluyendo adecuadamente y vaya mostrando los frutos del esfuerzo del día a día.

A todos un cordial saludo y una provechosa lectura de este boletín.

Diseño del boletín: Alfonso Barba Mendoza. Comunicación EPPE.

Revisión y edición: Lupita Mora Velasco, Comunicación EPPE.



DÍA CHAMPAGNAT

CELEBRANDO EN FAMILIA. PORRAS CANTOS RALLY Y ADORNOS.

■ INSTITUTO MÉXICO PRIMARIA

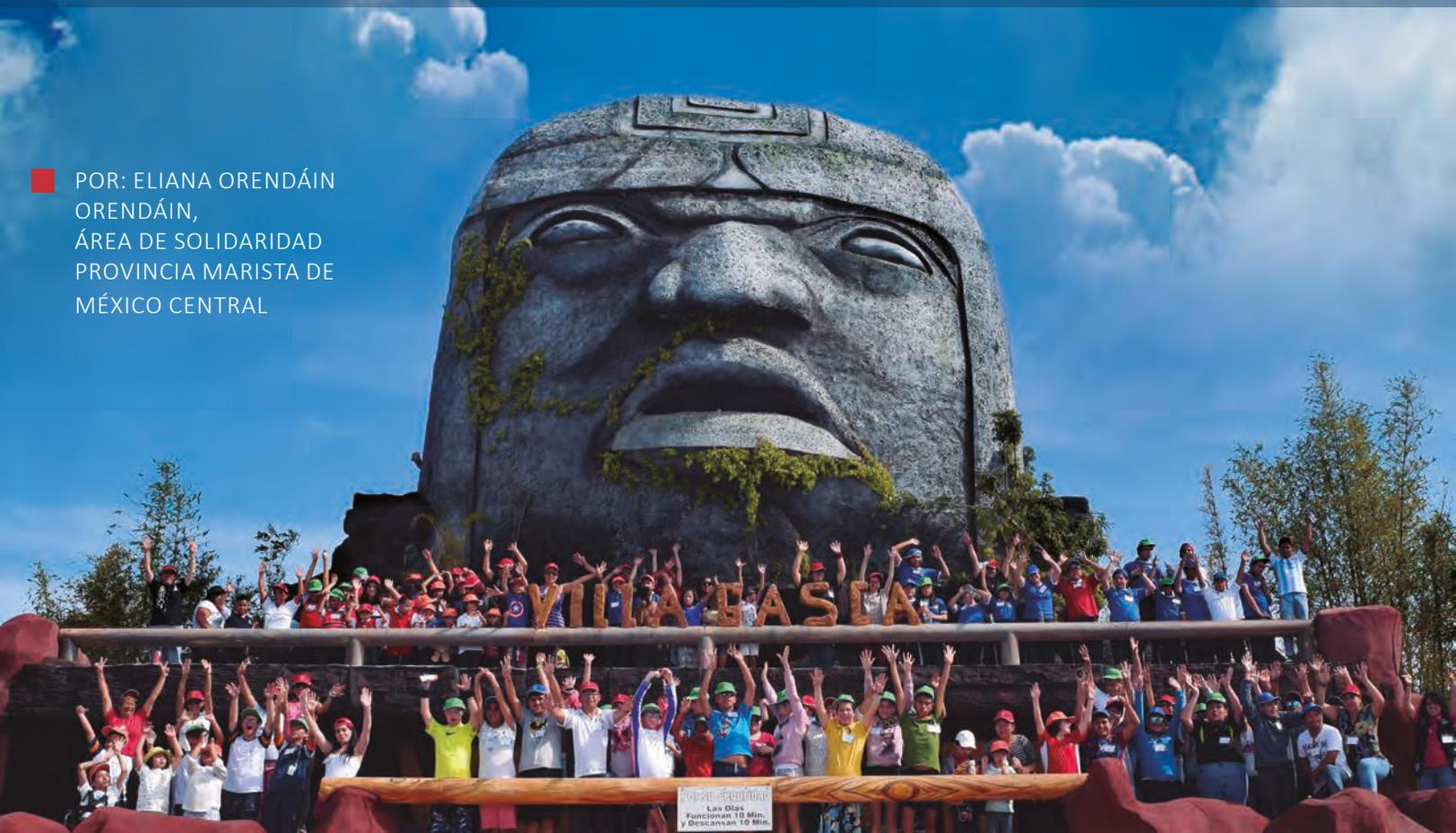




¿PARA QUÉ EL CAMPAMENTO DE LOS GEM?

Año con año los alumnos y alumnas del Grupo Especial Marista (GEM) son convocados a participar en un campamento que congrega a todos los grupos existentes, junto a sus maestros y maestras y un equipo de apoyo. -En algunas ocasiones y, bajo el concepto de inclusión, se nos ha preguntado por qué se realizan campamentos específicos para nuestra población con discapacidad intelectual. La respuesta radica en su programa de trabajo y la finalidad que perseguimos con esto.

POR: ELIANA ORENDÁIN
ORENDÁIN,
ÁREA DE SOLIDARIDAD
PROVINCIA MARISTA DE
MÉXICO CENTRAL



Los Grupos Especiales Maristas persiguen dos objetivos generales: que sus alumnos y alumnas logren de acuerdo a sus capacidades, tres metas, independencia en la vida diaria, realización vocacional y autonomía personal. Por otro lado, se busca que la escuela y la sociedad en general, al CONVIVIR con los niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad intelectual reconozcan su situación, su historia, sus derechos legales y su dignidad de hijos de Dios. Es decir, sensibilizar a la comunidad educativa para el cambio de mirada hacia la discapacidad.

Los campamentos GEM tienen como objetivos específicos valorar las destrezas adquiridas durante año de trabajo, de esta manera los campamentos se convierten en espacios privilegiados de convivencia y participación pero también en un espacio para reforzar y observar la madurez de nuestros alumnos y alumnas. Finalmente, en este espacio de desarrollo de vida independiente, los padres de familia tienen la posibilidad de contar con tiempos de distanciamiento de sus hijas e hijos contribuyendo a la confianza en ellos y a su proceso de separación.

Durante estos campamentos, los alumnos y alumnas GEM van adquiriendo la seguridad necesaria para una vida independiente, situación que les posibilita su participación en otros espacios maristas a los que son igualmente invitados como por ejemplo a eventos y actividades organizadas por nuestra Pastoral Juvenil Marista.

Mirando a la inclusión como un proceso, soñamos con que cada vez más nuestros alumnos y alumnas con discapacidad intelectual participen en los espacios definidos para el encuentro entre niños, niñas, adolescentes y jóvenes maristas de nuestra pastoral juvenil u otros de diálogo contando con los apoyos necesarios para que esto sea posible, entre ellos primordialmente el cambio de mirada y aceptación a la diversidad. Esto implicaría flexibilidad en los contenidos de los programas, adecuaciones y accesibilidad de los espacios.



Del 26 al 28 de abril, se realizó el campamento GEM 2017 en el balneario Villa Gasca en Guanajuato con la participación de 10 escuelas maristas, Colegio México Bachillerato, Colegio México Roma, Instituto México Primaria, Instituto México Secundaria, Escuela Agustín Anfossi, Instituto Hidalguense, Colegio Pedro Martínez Vázquez (Irapuato), Bachilleres México (Poza Rica), Instituto Queretano e Instituto México Toluca. En total 98 alumnos y alumnas GEM de primaria a preparatoria, 5 jóvenes maristas de apoyo del IMT, Colegio Pedro Martínez y de la UMA así como 11 maestras y maestros para equipo de apoyo provincial y externos.

Durante este campamento se realizaron actividades de lectura en voz alta a cargo de las maestras y talleristas de Arte Fátima Guzmán Martínez y Leonor Juárez Chacón quienes nos enseñaron cómo a través del arte y la lectura podemos generar espacios más inclusivos. Se presentó la fábrica de burbujas en donde la creatividad, la física y psicomotricidad se

conjuntaron a cargo de Kay Nicté García y su equipo Alejandra Trujillo y Francisco Arguello, quienes hicieron posible que los alumnos y alumnas fabricaran sus propias burbujas y desarrollaran su imaginación.

También hubo presentaciones realizadas por las escuelas participantes en la línea del bicentenario marista, actividades acuáticas y dinámicas de integración, estas últimas a cargo de los alumnos maristas de la PJM de Irapuato y Toluca. Finalmente, agradecemos el apoyo de Leticia Peña y Alfonso Barba miembros de equipo provincial quienes participaron en la logística del evento.

En espera de nuestro próximo campamento y con la confianza de que nuestros alumnos y alumnas GEM continuarán con sus salidas a la comunidad (culturales, recreativas y de entrenamiento) como parte de su vida cada vez más independiente, estamos seguros de seguir dando pasos a una verdadera inclusión.





UNIVERSIDAD MARISTA

Ser para servir

UNIVERSIDAD PARA TODOS

■ POR: ELIANA ORENDÁIN ORENDÁIN,
ÁREA DE SOLIDARIDAD
PROVINCIA MARISTA DE MÉXICO CENTRAL

Con la mucha alegría les compartimos que la Universidad Marista de México (UMA) abre sus puertas a los Grupos Especiales Maristas (GEM) para el siguiente ciclo escolar, gracias al sueño de Silvia Mendoza Aquino fundadora de los GEM, la visión y apoyo de su rector el H. Alejandro Aldape Barrios, así como del gran impulso generado por la Dra. Consuelo Manero Soto, Directora de la Escuela de Psicología siempre en la línea de realizar acciones para una sociedad cada vez más incluyente.

La universidad ya contaba con CINDA (Centro de Inclusión y Discapacidad Auditiva) con un programa de inclusión para personas sordas. De manera oficial CINDA abrió sus puertas desde hace cinco años pero la universidad ha ofreciendo servicios a la comunidad de sordos desde hace diez años. Actualmente CINDA impulsa el desarrollo educativo de nueve alumno(a)s sordos a nivel preparatoria y de once alumno(a)s a nivel licenciatura. El proyecto inclusivo marista está coordinado desde la Escuela de Psicología contando con traductores en Lengua de Señas Mexicana (LSM) formados en la misma universidad con la participación de alumnos y exalumnos.

El pasado lunes 16 y jueves 18 de mayo se iniciaron los procesos de Sensibilización para preparar el camino y la llegada de los alumno(a)s con discapacidad intelectual que ingresarán a las aulas universitarias con un programa específico de formación. Durante esta jornada, un equipo de maestros y maestras GEM, alumnos de preparatoria y exalumnos del Centro Universitario México, Colegio México Bachillerato, Instituto México Primaria e Instituto México Toluca Secundaria y Preparatoria en vinculación con la coordinación provincial GEM y la UMA, se dieron cita para entrar a cada una de las aulas y compartir la experiencia de aceptación a la diversidad y los testimonios de las personas que directamente se han visto beneficiadas con el programa GEM; adolescentes, jóvenes y adultos con una historia por contar.

Al interior de cada aula, una experiencia nueva despertó el interés y aceptación de los presentes. Dinámicas de participación y el compartir de medios audiovisuales permitieron hacer de este primer contacto un encuentro de voces, rostros reales y aprendizajes significativos sobre la discapacidad y la diversidad. En el segundo día, alumnos y alumnas del GEM del Instituto México Primaria visitaron la UMA como parte de sus actividades y entrenamientos de salida a la comunidad abonando también a las actividades de sensibilización.

Al contar con una comunidad educativa ya sensibilizada sobre la aceptación a la diversidad la llegada del Grupo Especial Marista a la UMA ha sido accesible. Será en agosto de este año cuando se continúe la sensibilización en esta ocasión con maestros, maestras y administrativos de la UMA al mismo tiempo que los alumnos y alumnas GEM iniciarán su proceso formativo en la universidad.

Agradecemos el apoyo de directivos y la participación de los maestro(a)s GEM, Jossany Vázquez, Cesar Palma, Gisela Arvizu, Roxana Vázquez, Sara Cerón, Marcela García, Brenda Castro, Diana Mendoza y Diego Hernández por su disposición, calidez y preparación, así como a los alumnos y alumnas del GEM y ex alumnos: Pablo Arrubarrena Moreno, Adbeel Mendoza Gómez, Luis Gustavo Hernández Cabrera, José Pablo Pacheco Vera, Luis Fernando Alcocer Zendejas, Diana García Amador, Abril Azucena Cervantes Cortés, Francisco Martín Salazar Álvarez, Juan Sebastián Castillo Mares, Miguel Ángel Aguirre Lona, Daniela Alonso Ochoa y Josué Abraham Carrillo Frausto por su testimonio de vida.

Finalmente también agradecemos al equipo UMA que nos acompañó en las aulas y facilitó los espacios y equipos necesarios para lograr los objetivos planeados en este primer encuentro: Andrea García, Fernanda Ramírez, Alejandra Granados, Daniela Vit, Rodrigo Rivera, María Elena Santoyo, Alejandra Flores y las maestras Yara Soto y Gabriela Márquez.





DIOS

EN LAS REDES SOCIALES

POR: GABRIEL MACARIO
AGENTE DE PASTORAL DE PRIMARIA

Desde pequeños hemos aprendido que Dios se encuentra en todas partes, en el cielo, la tierra y todo lugar; el gran reto ahora es saber encontrarlo y compartirlo a través de las necesidades y los signos de nuestros tiempos.

Hoy en día las redes sociales son parte indispensable en la transformación de la sociedad, en especial la niñez y juventud, y es justo en estas etapas de la vida donde parte el reto de redescubrir a Dios en lo cotidiano. El mal uso de estas redes nos pueden separar físicamente de nuestra realidad y fragmentar nuestras relaciones personales por la importancia que les otorgamos, sin embargo, ya están inmersas en nuestro entorno, la pregunta es: ¿qué hacemos ahora con ellas?

Es tiempo de usar las circunstancias a nuestro favor y renovarnos para seguir evangelizando, recordando que el Facebook, Twitter, Youtube, Instagram entre otras, son herramientas que podemos usar a nuestro favor. Un ejemplo de cómo utilizarlas para reencontrar a un Dios vivo en ellas, lo descubrimos en el Instituto Queretano Primaria, la cual a través de la Pastoral Familiar se realizó un concurso de selfies familiares maristas; se invitó a las familias, en el marco del bicentenario, a participar subiendo una foto familiar en la Fanpage del colegio. El objetivo fue:

- Reunir a la familia entorno a un mismo espacio de convivir entre sí. Compartir su foto – convivencia.
- Tomar conciencia de que ser Marista nos genera una identidad de familia y entre familias, porque formamos parte de un mismo espíritu.
- Dar Like y compartir la importancia del ser maristas e inspirar a más familias a convivir entre ellas y a ser comunidad; favoreciendo la utilización de este recurso de forma positiva.

Confiamos de que, así como se usó el Face en esta ocasión, así también podemos compartir la oración y la propia experiencia de Dios de manera más consciente. Utilicemos los recursos de nuestros tiempos, para anunciar la Buena Nueva y encontrar a Dios en lo cotidiano. Usemos las redes sociales a nuestro favor.

■ POR: JOSÉ ALBERTO CAMPOS JIMÉNEZ,
DESARROLLO INSTITUCIONAL

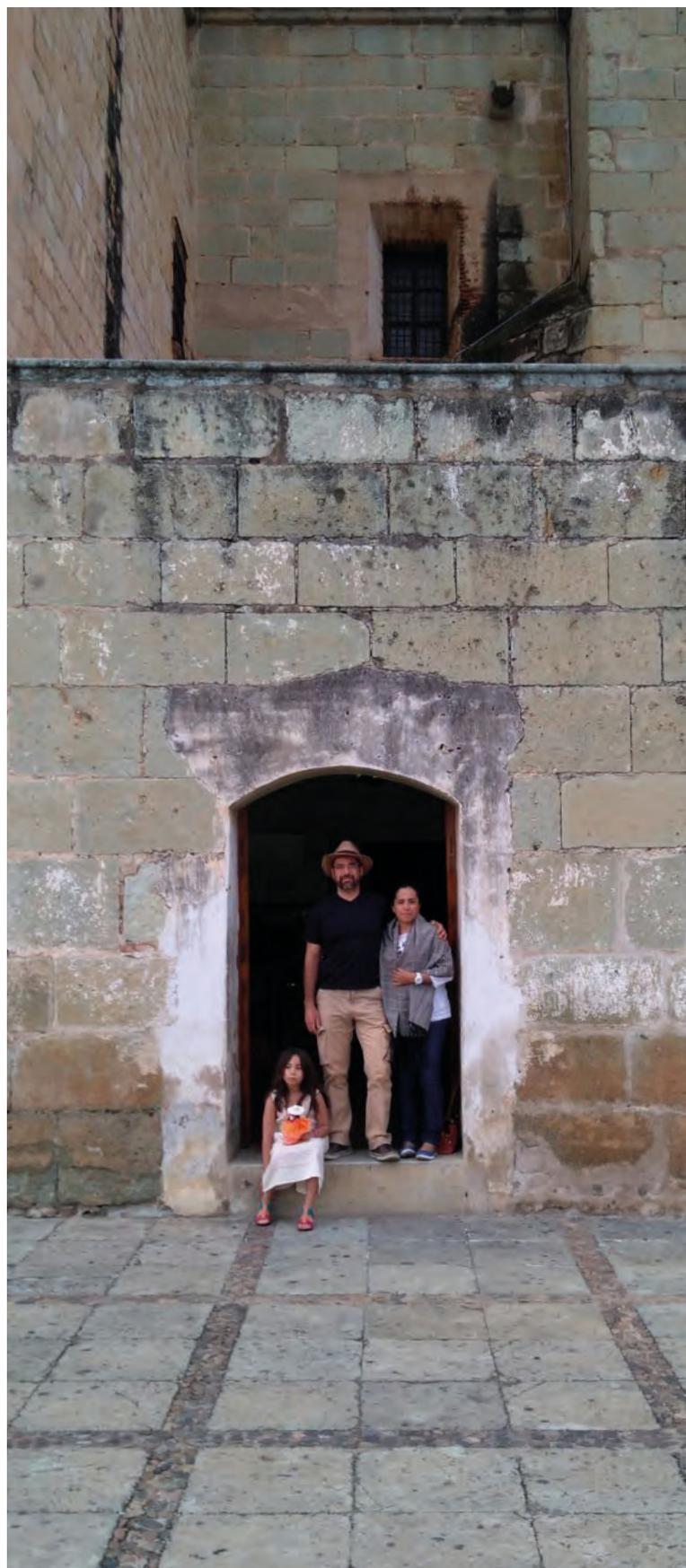
Ser y hacer familia

Regalo, don y privilegio.

PARA JAVIERCITO Y MARÍA JOSÉ: UNO NOS BENDICE DESDE ARRIBA, LA OTRA ESCULPE LUZ Y VIDA CON NOSOTROS.

Me invita una amiga y comadre a proclamar lo que significa la senda labor de ser padre. ¿Por qué no le preguntas a los que son papis de varios vástagos? Yo apenas pude una que otra vez, le reviro a la editora. Porque tenemos poco espacio y si son varios los frutos del esfuerzo; no alcanza el papel, ni el presupuesto. Ah no pues sí, contesto convencido, media hora después (gracias a mi gran destreza mental, recuerdo que la revista es virtual). ¿Qué puedo responder a la pregunta qué sentiste al ser papá?.

Lo primero, lo primero que sentí, sentí un gran, pero un gran ... desfalco. Si, cuando recibí la cuenta del hospital, el doctor y las florecitas (que todavía debo). Escucha la canción "La vida no vale nada", triste José Alfredo, se ve que no conociste los paquetes parteros. Después los colegas, machos alfas ellos todos, me susurraban a la cartera -Uyyyy y espérate chiquito, lo que te falta: pediatra, guardería, mamelucos, biberones, papillas, pañales, paseos, carriola. De repente se nubló la vista y demostrando una gran entereza... me desmayé (con lo sólo conseguí engrosar la cuenta del nosocomio).



Han pasado algunos años y, poco a poco, hemos logrado entender que la vida no nos da respuestas, nos ofrece significados. Las respuestas rápidas (como la de los renglones anteriores) son efímeras y banales. Los significados: volverte cómplice y colaborador de Dios participando en el hermoso milagro de gestar la vida; superan con mucho los balances económicos.

En nuestro caso, Dios nos regaló dos hijos, uno nos bendice desde el cielo y la otra es una chamaca pícara, alegre y bisbirinda. Una fábrica de preguntas y comentarios incómodos. ¿Papá tu pansa es por tanta cerveza? Ay papá, te volviste a dormir en mis clase de catequesis. Pero también un manantial de ternura, cariño y alegría. Creo que uno de las tantas muestras de la sabiduría divina, es la facilidad que tienen nuestros hijos, de transformar la oscuridad en luz. Ellos, son socios de Dios, y él, los convierte en alquimistas, pues transforman el carbón oscuro, en oro luminoso. Y así, los papás (mamá y papá) sabemos que cada día valdrá la pena, si al final, nuestros chamacos se acurrucan en nosotros y nos regalan un abrazo.

Dicen que cada que nace un bebito, significa que a pesar de todo, Dios sigue confiando en la humanidad. Parece pertinente apuntar al futuro y con esperanza musitar un gracias, gracias por nuestros hijos, que tejen junto con nosotros, los episodios más transparentes. Con su historia nos convencen que la familia, es el mejor andamio para construir un mañana más digno.

“Yo soy porque nosotros somos” “Si quieres llegar rápido, camina sólo, si quieres llegar lejos, camina acompañado”. Lemas maristas, rescatados de las tribus africanas. Ser papá, a muchos hombres, nos ha regalado la posibilidad de borrar a la primera persona del singular, para usar siempre el pronombre “nosotros”. Esta palabra ocupa más tiempo y espacio, pero acarrea más plenitud. Paso a paso, vamos entendiendo que, andar acompañados, nos hace menos rápidos, pero nos permite caminar con huellas más profundas y mirada más erguida.



EL ABUELO, EL PADRE, EL HIJO.



POR: ABUELO CARMELINO

Estaba amaneciendo... Sabía que faltaban pocos días para que naciera su hijo. Quería preparar su corazón para esta experiencia que marcaría su vida para siempre. Tomó su café, mientras contemplaba el fuego del fogón. Sus ojos se iluminaron. Había llegado el tiempo. Tomó su morral lleno de esperanzas, se despidió de su mujer y fue a consultar a sus abuelos sobre las enseñanzas de que es ser padre.

Al llegar a la casa grande saludó. Ya lo esperaban. Pasa le dijo el abuelo. Estaba desgranando unas mazorcas de maíz. El joven contempló por un tiempo, como el abuelo con mucho respeto tomaba el maíz en sus manos. "Aquí está la vida". La abuela estaba haciendo unas tortillas para el desayuno. El joven recordó cuando era niño, que llegaba con sus abuelos y le daban una tortilla con sal. Como la abuela lo conocía, conocía su corazón, como si estuviera leyendo su pensamiento, le sirvió una taza de café y le ofreció una tortilla. El joven sonrió y agradeció.

Hace muchos años, tu abuela y yo decidimos emprender un camino juntos. Este camino no lo conocíamos. Lo que si sabían nuestros corazones es que nuestros pasos irían juntos. Y que, si Dios nos bendecía de una u de otra manera, otros caminarían un tiempo con nosotros. Llegó tu papá, sus hermanos, con el tiempo llegaste tú y llegará tu hijo. El caminar te da sabiduría, fortalece tu corazón. Mira el agua de los ríos, caminando se purifica; en momentos va más fuerte, en otros con más calma. Así es la vida. No lo olvides, camina y enseña a tu hijo a caminar. Pregunta al Creador y Formador por dónde quiere que tus pasos y los de tu hijo caminen.

Hubo un momento de silencio. Se escuchó el canto de los pájaros. Los años me han enseñado muchas cosas, dijo la abuela. Me enseñaron a conocer mi corazón y conocer el corazón de tu abuelo. Dios sembró en cada uno semillas. Somos diferentes, somos complementarios, como los árboles del bosque.

Aprendimos a mirar y a reconocer la fuerza, el regalo sembrado en cada uno de nuestros hijos. Aprendimos a respetar y ayudar a desarrollar, para lo que cada uno fue creado. Esta es la base para que no haya envidias. No quiero ser como el otro porque sé quien soy yo, porque conozco mi rostro y mi corazón. Si quieres ayudar a tu hijo a crecer tienes que aprender a conocer su corazón y ayudarlo a que se conozca. Así su corazón estará contento y armonizado.

El abuelo se levantó, tomo la red donde estaban las mazorcas y se la mostró a su nieto. Con tu mujer estas tejiendo una historia, estás juntando la sabiduría a través de las vivencias que has tenido. No dejes que el tejido como pareja, como familia, de la comunidad se rompa. Estamos ligados a la Creación, cuanta sabiduría hay allí. Nadie puede vivir solo. En ese momento tocaron la puerta, eran otros nietos que llegaban a saludar. El abuelo con una sonrisa les preguntaba: ¿Cómo está tu corazón hoy? Todos los días antes de ir a la escuela pasaban, era sólo un momento y continuaban su camino.

El tiempo había transcurrido. En ese momento llegaron a buscar al joven. Ven que tu hijo está por nacer. Agradeció a los abuelos sus palabras y regresó a su casa. De regreso las palabras, la vida compartida resonaba en su corazón. Al llegar a su casa ya había amanecido. No tardó mucho en llegar, la partera le dijo: Aquí está tu hijo. Él lo tomó en sus manos y recordó al abuelo tomando el maíz: "Aquí está la vida".

Prepara tu corazón, carga esperanza, escucha, contempla, respeta, la vida está en tus manos, camina, conoce tu corazón, se agradecido, descubre el proyecto de Dios para ti y tu hijo, a cada uno le fueron regalados dones, vive en familia, en comunidad, la sabiduría vivida.

¿Qué palabras resuenan en mi corazón?

¿Qué me dice como abuelo, como padre, como hijo?



Marcelino Peregrino

ESTRATEGIA GLOBAL



En el Instituto México de Toluca durante las Reuniones de Consejo Técnico Escolar hemos diseñado una Estrategia Global de Mejora Escolar. Esta estrategia abarca de primero a sexto grado y consiste en la presentación al grupo de un muñeco de peluche de San Marcelino Champañat. Dicha estrategia atiende la comprensión lectora, redacción de textos, resolución de problemas matemáticos y la convivencia sana, pacífica y libre de violencia. Estas actividades son de acuerdo al grado. Cada grupo cuenta con un muñeco que la titular presenta a los alumnos y proporciona una lectura con algún pasaje de la vida de San Marcelino con preguntas de comprensión, esta lectura se retoma para el planteamiento de problemas matemáticos, al finalizar la jornada escolar los alumnos saben que Marcelino los acompañará a casa, por lo que deberán observar una serie de condiciones a cumplir para hacerse merecedores de su compañía. Algunas de ellas son: orden y disciplina, cumplimiento en el trabajo escolar, trabajo en equipo, apoyo entre sus compañeros en pocas palabras imitar las cualidades de San Marcelino. El niño que se lo lleva a casa le sirve de confidente y podrá redactar en su cuaderno la experiencia que tuvo con el muñeco. Al día siguiente Marcelino llega a clase dispuesto a ayudar a otro compañerito.



Esta estrategia ha gustado tanto a chicos como a grandes y a los papás.

■ POR: ANGÉLICA SOLEDAD ZACARÍAS VILLALOBOS.
DIRECTORA DEL INSTITUTO MÉXICO DE TOLUCA.



MARISTAS e m MIRAVALLS

Una experiencia con rostro infantil que trasciende la escuela.

VIVENCIA GLOBALIZADA DEL “REINO DE DIOS QUE YA ESTÁ ENTRE NOSOTROS”.

(PARTE 1)

POR: JORGE A. CARBAJAL G. F.M.S.

En nuestro país: “6.1 millones de niños entre 3 y 17 años no asisten a la escuela; 2.6 millones ,entre 5 y 17 años tienen actividades laborales, 1.5 millones de menores de 5 años tienen desnutrición crónica, 4.7 millones se encuentran en pobreza extrema, 62% de los adolescentes han sufrido maltrato” , esto es parte de los que nos dice el informe sobre la situación de la niñez y la adolescencia en México 2014.

Fundamental del trabajo educativo, el análisis crítico del contexto mundial, nacional y local, para llevar a cabo su actuar como agente liberador, concientizador e impulsor de mecanismos que favorezcan el desarrollo de capacidades, habilidades, actitudes y comportamientos. La escuela es y seguirá siendo, un espacio privilegiado de construcción y re-conversión personal y colectiva que tiendan a aportar elementos para una transformación social desde la micro realidad,

-es decir la propia comunidad educativa, la comunidad local- , hasta llegar a la incidencia en las políticas públicas que repercutan en los cambios adecuados para favorecer el desarrollo integral de los educandos desde un enfoque plenamente sustentado en el goce y disfrute de sus derechos.

La experiencia de la Escuela Miravalles Marista es una más, entre las muchas experiencias de búsqueda existentes en el país, por renovar los modelos pedagógicos locales a fin de orientarlos en el ejercicio de derechos de la infancia y de la construcción de una sociedad diferente y renovada. Desde el punto de vista de la fe, diríamos: lograr la vivencia globalizada del “Reino de Dios que ya está entre nosotros”. Esa aventura dialéctica entre “la realidad padecida y la realidad soñada” (siguiendo a E. Galeano) que constituye el humus de nuestra labor educativa, a su vez ha generado la dinámica de nuestra escuela a lo largo de 28 años de trabajo.

Asentados a las faldas del volcán de Guadalupe, en la Sierra de Santa Catarina, Delegación Iztapalapa, de la ciudad de México, nuestra comunidad local -la colonia Miravalle con 13 000 habitantes -resiste los embates del neoliberalismo y se niega a la exclusión y marginación. El contexto de nuestros alumnos habla de un claro abandono de las políticas públicas, de los efectos de los grupos criminales y las afectaciones que de ello derivan. La falta de oportunidades de las familias: la carencia de trabajo bien remunerado, las largas distancias recorridas a diario, la violencia interna, así como la externa vividas en lo cotidiano, constituyen elementos necesarios a tomar en cuenta para la organización de nuestra escuela.

Una escuela conformada por más de 1070 alumnos de primaria y secundaria, cada uno de ellos y ellas con necesidades particulares a atender. De este universo estudiantil más de 120 de ellos con alguna discapacidad clínica diagnosticada.

1. IDENTIDAD INSTITUCIONAL

Generar mecanismo educativos que permitan al trinomio: educando-educador-comunidad (Sujeto educativo) y a la sociedad local (colectivo educativo); reflexionar sobre su realidad y buscar en corresponsabilidad, las alternativas de transformación para tener una vida digna de acuerdo a sus derechos. Y ser una propuesta educativa alternativa en la región para niños y jóvenes en situación de vulnerabilidad y violación de derechos, constituyen la misión y la visión de nuestra Escuela. Iluminados por la espiritualidad marista y por la pedagogía crítica, nuestra propuesta educativa de Educación Popular (Freire) desde una escuela formal, nos ha llevado a la construcción de un modelo pedagógico particular.



Como comunidad educativa tenemos como principios rectores:

- La Realidad como principio epistemológico y punto de partida para nuestro quehacer educativo.
- La Fe, la certeza de que otro mundo es posible (Reino de Dios).
- La Ecosofía (la urgencia de transformar la relaciones entre los seres humanos y las relaciones con el medio ambiente).
- El trabajo en equipo (una nueva manera de organización).
- El sentido comunitario (una visión de transformación social).
- La persona como sujeto educativo (trinomio: educador-educando-comunidad).
- La Inclusión (posicionamiento ante el individualismo y la exclusión de los grupos vulnerables).
- La corresponsabilidad (la ética de la libertad y participación personales).
- La pedagogía crítica (que pretende recomponer la visión hegemónica y monolítica educativa del país).
- La opción por los más necesitados (los rechazados, los excluidos.) desde una escuela formal, nos ha llevado a la construcción de un modelo pedagógico particular.



2. AGENTES EDUCATIVOS

Partiendo del principio en Educación popular de ser SUJETOS de la labor educativa y no objetos de servicios educativos (Educación Bancaria. Freire), nuestra comunidad educativa se divide en 4 asambleas: asamblea de alumnos, asamblea de maestros, asamblea de padres de familia y asamblea de personal de mantenimiento, limpieza y alimentación. En esta lógica el trinomio: educando-educador-comunidad, todos como agentes educativos; reviste una manera diferente de educación: todos generamos nuevos conocimientos y desarrollamos habilidades y capacidades y modificamos actitudes. En este sentido todos somos educandos-educadores y la realidad es el medio donde nos educamos. Cada asamblea se convierte en un mecanismo de autoformación, organización y participación. Cada asamblea tiene niveles de participación- decisión claros y definidos dentro de la comunidad educativa que permiten impulsar acciones de aprendizaje y de transformación a nivel local. Como medio para lo anterior tanto las asambleas de alumnos, maestros y personal se reúnen una hora a la semana; que ya está establecido dentro del horario escolar. La asamblea de padres se reúne una vez al mes.

En nuestra experiencia el tener docentes y personal de tiempo completo ha favorecido la creación de un equipo de trabajo consistente que tiene una visión conjunta del proyecto, no obstante contar con 2 secciones de trabajo, primaria y secundaria y atender en ambas áreas a niños y jóvenes con discapacidades diferentes.



3. GESTION Y LIDERAZGO

Nuestro modelo pedagógico ha sido a lo largo de los años: dinámico, flexible y adaptable para responder a los retos que ha enfrentado derivado de la realidad de la comunidad y los educandos. La dinámica de la escuela se ha ajustado a nivel organizacional, metodológico, de infraestructura, etc. Anualmente llevamos a cabo de manera participativa la planeación durante 15 días previos al inicio del curso escolar donde: 1.- Evaluamos el proyecto (con nuestro método problematizador-dialógico) 2.-Diseñamos las líneas de acción. 3.- Conformamos las comisiones y áreas de responsabilidad, con su plan de trabajo anual. 4.- Señalamos las metas de cada sección 5.- marcamos la organización del curso (horarios, actividades generales, etc.) 6.-Determinamos las acciones de conocimiento de los educandos de nuevo ingreso. 7) Determinamos las estrategias para elaborar los PEI (Programa Educativo Individualizado) de los educandos con alguna necesidad particular.

La coordinación general de la escuela la conforman los 2 coordinadores de cada asamblea antes mencionada junto con los coordinadores de: la sección primaria, secundaria, del área de Educación

Especial y el Administrador en turno. Esta manera colectiva de organizar la escuela, fomenta la participación y corresponsabilidad de la comunidad educativa, así mismo favorece escuchar a todas las voces internas para ser tomadas en cuenta en las decisiones generales.

Cabe resaltar que en este modelo, la designación de los coordinadores de cada sección, así como el administrador del proyecto, se realiza mediante un proceso democrático de elección, bajo voto universal de todos los miembros de la comunidad educativa. Llevamos ya 16 años realizando de manera escalonada cada 2 años los cambios de los coordinadores respectivos. En nuestro proyecto al no haber una sola cabeza al frente (director), la manera colegiada de coordinación ha resultado altamente favorable, oportuna, y eficaz. Colegiadamente se analiza, se reflexiona, se ilumina y se decide. Hemos elaborado a la par un manual de funciones de esta forma colegiada de coordinación.

Acabamos de terminar el proceso de elección 2017-2021, quedando las maestras: Marilú Reyes y Lidia Martínez como coordinadoras de primaria y Educación Especial (Kintum) respectivamente.



CONGRESO REM 2017

■ POR: DR. RAFAEL ARTURO LAUDA MONESTEL
COORDINADOR GENERAL DEL CONGRESO REM

Con motivo del festejo de los 200 años de la fundación y presencia de los hermanos maristas en el mundo, 100 años en México y 75 años de actividades educativas en Querétaro, se les hace una cordial invitación a estudiantes, egresados, profesores, investigadores, funcionarios gubernamentales y demás interesados en analizar los principales retos de la educación en México en el marco de la sociedad del conocimiento.

Se convoca a las instituciones educativas de todos los niveles (desde básica hasta educación superior) y del sector público y privado para entender y analizar: la gestión del conocimiento, los desafíos de la educación privada, sus aportes, las formas de vinculación, extensión y difusión de la educación superior, el reto de aprender a lo largo de toda la vida y tendencias que se generan con el uso de las tecnologías de la información y la comunicación en la educación.

Este Congreso se realizó en la Ciudad de Querétaro, los días 28, 29 de abril del 2017. ¿Pero qué fue lo que hicimos en estos días? Además de convivir en torno a temas educativos, nos integramos con diferentes instrumentos académicos como son conferencias, talleres, mesas de trabajo, así como presentación de libros y de experiencias educativas. Todo estuvo enmarcado por sendos espacios extraordinarios. Inicialmente trabajamos el 28 de abril en el Instituto Queretano San Javier, para terminar el 29 de abril en las instalaciones de la Universidad Marista de Querétaro. En los dos espacios pudimos compartir el espíritu de la fundación marista en Querétaro,

así como la visualización del futuro posible de la educación en México y en el Mundo.

Tuvimos la oportunidad de compartir en torno a Conferencias Magistrales, las que estuvieron presentadas por sendos autores educativos, coincidentemente el viernes fueron Hermanos Maristas y Doctores en Educación, que compartieron sus ideas.

- El primero fue el Hno. Clemente Ivo Juliatto, él es rector emérito de la Pontificia Universidad Católica de Río Grande del Sur, ubicada en Curitiba, en el Departamento del Paraná. Durante los 15 años que dirigió la PUCRS su institución creció hasta tener 35,000 alumnos, ya nos contará un poco de sus experiencias educativas. Por otro lado sus estudios lo llevaron temprano a especializarse en el área educativa, primero con un doctorado en Stanford y posteriormente con su estancia postdoctoral en Harvard y en Londres. Su conferencia se refirió al saber y al conocimiento, ayudándonos a entender la educación como un proceso de crecimiento en el que el maestro, las escuelas, las universidades y en específico, las instituciones maristas, están llamados a ayudar al estudiante a crecer con sabiduría, descubriendo de la mejor forma sus competencias. Específicas.

- El segundo fue el Hno. Marino Latorre, Él es Director del Posgrado de la Universidad Marcelino Champagnat en Lima, Perú. Es un reconocido autor de libros educativos, pero sobre todo de una propuesta educativa que trasciende fronteras. Ya hace varios años que su “Diseño curricular nuevo, para una nueva sociedad” se escucha en el medio educativo latinoamericano. Desde España inició su propuesta y se ha continuado ya por unos lustros. En México tuvimos la suerte de conocer su propuesta hace unos 8 años, cuando la presentó ante los directivos de la Provincia o Sistema Educativo Marista de México Central, a la que pertenece el Instituto Queretano y las escuelas que le han seguido con esta rica herencia cultural. En los últimos años no sólo se ha aceptado con mayor definición en las instituciones educativas de dicha Provincia, sino que se ha profundizado con talleres de programación y con definiciones que hablan de una gestión novedosa y propositiva.

A continuación se presentan los ejes temáticos en que se dividieron los 500 inscritos al Congreso REM:

EJES TEMÁTICOS

1ER. RETO: Gestión del Conocimiento: Sociedad del conocimiento, Ciudades del Conocimiento, sociedades del aprendizaje; Gestión pedagógica: Procesos académicos y Currículum; Evaluación del Conocimiento y de las Instituciones Educativas.

2º. RETO: Educación privada en México: El crecimiento de la educación privada en México; Instituciones educativas privadas laicas y de inspiración religiosa y; Aportaciones de las instituciones educativas privadas (laicas y religiosas) a la sociedad.

3ER. RETO: Vinculación, extensión y difusión de la educación; vinculación y articulación de la educación básica; vinculación de las universidades (públicas y privadas) ante los cambios del entorno social, político y económico y; experiencias exitosas de vinculación empresarial y gubernamental en universidades públicas y privadas.

4º. RETO: Educación para toda la vida: estilo educativo, gobernanza y gestión: estilos educativos y propuestas filosóficas, identidades educativas, organización de escuelas no directivas, populares; educación para toda la vida y nuevas organizaciones educativas; docencia y formación de formadores; políticas educativas, liderazgo en las instituciones y prácticas educativas democratizadoras y participativas; aprendizaje centrado en el alumno, ambientes de aprendizaje; sistemas educativos, modelos educativos y nuevas organizaciones educativas. “El caso del Nuevo Modelo Educativo en México, 2016.”

5º. RETO: Oferta educativa no escolarizada: Modelos educativos innovadores; Formación del profesorado en ambientes digitales y; Herramientas educativas comunicativas.

Casi 80 ponentes se presentaron entre las mesas de trabajo y los talleres que se realizaron en las instalaciones maristas de Querétaro. Las conferencias generales del segundo día fueron sobre temas educativos que atañen al mundo educativo Latinoamericano y de México. Se trató de localizar entonces, los elementos comunes y las dificultades de una política macroeducativa que estructura la dinámica propia de las escuelas y propiamente del núcleo escolar y aúlico de la siguiente forma:

- El Dr. Diego Iturralde vino del Centro de Cooperación Regional para la Educación de Adultos en América Latina y es Doctor en Derecho. Profesor investigador de tiempo completo para el CREFAL, coordinó la investigación sobre la Reforma Educativa en

cuatro países: México, Ecuador, Uruguay y Argentina, es importante comentar que el Dr. Diego nos compartió entonces un estudio comparativo de estos procesos.

- El Doctor Isaías Álvarez es un experto en el área de gestión educativa, que comparte desde le IPN un grupo que se dedica a la reflexión educativa en profundidad. Nos dimos cuenta de que su propuesta está muy fundamentada en procesos concienzudos y gráficos cuidadosos, donde los procesos cognitivos son claramente sustentados. Su estudio está inscrito en el conocimiento de los nuevos paradigmas educativos que surgen a partir del Nuevo Modelo Educativo 2017.
- La conferencia de clausura estuvo impartida por Carlos Ornelas, él es Doctor por la Universidad de Stanford y es Profesor investigador de la UAM, donde su insigne labor lo ha llevado a ser propuesto como rector de esta casa de estudios. Él es autor de 13 libros en donde destaca: El Sistema Educativo Mexicano (27 mil ejemplares publicados); Poder, Política y Pupitres; Educación, colonización y rebeldía; La herencia del pacto Calderón- Gordillo. Asimismo ha sido columnista de: El economista, El financiero, U2000; Crónica de la educación superior, Reforma, el Norte y Excelsior. El Doctor Ornelas es miembro del Sistema Nacional de Investigadores (nivel III) y miembro de la Corporative and International Education Society. Su voz es escuchada y es crítica, escuchemos su propuesta sobre el Nuevo Modelo Educativo desde sus características de tradición e innovación.

Podemos decir que el Congreso “Retos de la Educación en México” nos permitió ver de una manera diferente lo que hacemos a nivel micro en nuestras instituciones y a nivel macro en la Educación del Sistema Educativo Mexicano y en la propuesta educativa, tanto filosófica como en el Estilo Educativo Marista.

Sus repercusiones vienen a continuación y sabemos que será de mucha ayuda para avisorar nuevos caminos de educación y de concreción de espacios educativos en nuestras instituciones, que recogen, como se señaló en un principio, los retos de la educación y la gestión del conocimiento y de las instituciones educativas en México. Esperamos vernos en la siguiente oportunidad.



El caminar que se comparte y alienta corazones

Los días 13 y 14 de mayo del presente año, tuvimos la grata compañía de la y los hermanos Maristas, que con gran aprecio los recibimos, las y los jóvenes de la Pastoral Juvenil de la Diócesis de San Cristóbal de Las Casas, nuestra diócesis se ubica en un rincón abajo, al Sur del ombligo de la Luna, y es conocido como Chiapas.

La experiencia del taller de “Método Teológico Pastoral en la Pastoral Juvenil”, sentimos recibirlo como un abrazo alentador que fortalece nuestro espíritu de servicio y de esta manera nuestro acompañar se dibuja de manera más creativa y liberadora para con las y los jóvenes de nuestra diócesis, animándonos en la construcción de aquel sueño de un mundo nuevo, con hombres y mujeres de corazones alegres, amorosos y valientes.

Consideramos que los objetivos del taller, los cuales radicaban en reconocer la importancia de contar con

espacios personales y comunitarios para nutrir nuestra espiritualidad e interioridad, estará permitiendo que nuestro Ser y Hacer sean testimonios coherentes de vida; también al trabajar los elementos didácticos pudimos acercarnos al método teológico pastoral, y así tener herramientas de planeación de sesiones de catequesis que puedan incidir en la vida de las y los jóvenes que acompañamos. Creemos que este taller favorece el proceso de la Pastoral Juvenil, y nos anima a seguir soñando y construyendo vida digna para todas y todos en abrazo con la Madre Tierra.

Como parte de la Pastoral Juvenil, agradecemos desde la valiente y alegre Diócesis de San Cristóbal de Las Casas, a la Pastoral Juvenil Marista por acompañarnos en nuestro caminar y seguir alentando nuestros corazones para y por un mundo mejor.

¡Abrazos fraternos!



RECOMENDACIONES PARA HABLAR EN PÚBLICO

POR: LUPITA MORA VELASCO, ÁREA DE COMUNICACIÓN EPPE

Dicen por ahí que hablar en público para algunos, resulta un reto más aterrador que ser un soldado al frente de una batalla. En mis clases con universitarios siempre les hago esta pregunta, ¿a quién de ustedes les gusta hablar en público? Por ahí se levantan algunas manos y curioso, pero cada semestre son menos los entusiastas oradores. Luego les hago una segunda pregunta, ¿quién de ustedes habla en público? Y también muy pocas manos se levantan.

Entonces inicia el debate, les comento - ¿y que ustedes no hablan con sus amigos, con su pareja, en sus reuniones de familia, en una junta de trabajo, van a una entrevista de trabajo y guardan silencio?

-Claro que no - me contestan, pero eso es diferente.

Hablar en público es el acto sencillo de iniciar una conversación con otro o con otros, solo que en espacios públicos donde nos sentimos vulnerables. Sin embargo, no significa reto cuando el público es la familia o los amigos pues nos sentimos seguros. Ahí fluimos con soltura y hasta nos divertimos.

La buena noticia de este reto es que se puede entrenar, aquí te compartimos unas sencillas recomendaciones:

1. PREPARA TU PRESENTACIÓN:

La preparación es la base del desempeño de cualquier actividad, mucho más si se trata de hablar en público. Anticiparse a pensar lo que dirás, ordenarlo de manera lógica y ponerlo en práctica, brinda una dosis alta de seguridad. La improvisación suele ser peligrosa sobre todo si estás iniciando tu camino como orador, si no sabes con previsión lo que quieres decir, mucho menos lo sabrás decir en público.

2. HABLA CON SENCILLEZ

La gente que te escuche captará una o dos de las ideas del discurso que expongas. Especialmente aquellas que le sean significativas porque tienen que ver con su manera de ser o de pensar. Es importante lograr hacer una síntesis de lo que te propones comunicar en uno o dos enunciados. Si no puedes expresar así, no está bien definido.

3. ORDENA TUS IDEAS

Sea larga o corta tu exposición, es importante ordenar los elementos de la misma que en el siguiente gráfico te compartimos. A veces, una buena forma de comenzar resulta ser la frase final. Una vez que sabes a dónde te diriges, puedes escoger el camino que más te plazca para llegar allí. Hay quien inicia con una pregunta, una anécdota o hasta un chiste.

Es decisivo tener un final poderoso y contundente, pues en la mayoría de los casos es lo que la gente mejor recuerda.

4. ANALIZA A TUS DESTINATARIOS

Es fundamental tener claro a quién le vas a hablar, tu audiencia tiene un contexto que determina su forma de concebir el mundo, de analizar el entorno y por lo tanto, de conectar o no con tu exposición.

PARTES DEL DISCURSO:



5. SE BREVE Y SUSTANCIOSO

Un discurso no debe tomarte más de 8 minutos, después de eso tu público se pierde y termina por no quedarse con nada de tu presentación.

6. SÉ SINCERO

Si tratas de ser distinto a cómo eres (poco natural), probablemente no vas a convencer a nadie. Ser genuino es la mejor forma de conectar con tus destinatarios. Si no es graciosa para ti una anécdota, no será para los demás. Si la información que vas a transmitir no te despierta un verdadero interés, tampoco enloquecerá a quienes te escuchen.

Si tomas la palabra es porque has tenido una experiencia que los oyentes desconocen; compártela con ellos. Trata de que sientan lo mismo que tú sentiste: una profunda emoción, o indiferencia; miedo, o tristeza; fastidio, o perplejidad.

Dice Jonh Maxwell, experto en comunicación y relaciones públicas que para comunicarnos incluimos:

- a) El razonamiento, algo que sabemos.
- b) La emoción, algo que sentimos
- c) La acción, algo que hacemos

- Algo que se, pero no siento, mi comunicación es desapasionada.
- Algo que se, pero que no hago, mi comunicación es teórica.
- Algo que siento, pero no se, mi comunicación es infundada.
- Algo que siento, pero no hago, mi comunicación es hipócrita.
- Algo que hago, pero no se, mi comunicación es presuntuosa
- Algo que hago, pero no siento, mi comunicación es mecánica.



Una comunicación es convincente, apasionada y creíble porque incluye la razón, la emoción y la acción. El resultado es una conexión que deriva en una relación.

Todos los mensajes que intentes transmitir deberán tener algo de ti. No se trata solamente de hablar, no puedes transmitir información a secas, es importante conectar con la emoción. Tienes que ser más que un mensajero, tú debes ser el mensaje que deseas transmitir.

7. TOMA EL ESCENARIO COMPLETO

En los primeros momentos de un discurso se establece el vínculo entre el público y el expositor. Sonríe, agradece a la persona que te presentó y luego espera un momento. No empieces hasta que hayas captado la atención de todos los presentes.

Cuando el público se haya puesto atento, establece contacto visual. Escoge tres caras amigables: una a la derecha, una a la izquierda, y una al centro. Dirígete entonces a una, luego a otra, y así lograrás abarcar a todo el auditorio.

8. COMPARTE TUS IDEAS HABLANDO

Leer ante un auditorio no resulta tan eficaz como hablar directamente y con el corazón; la expresión espontánea quizá no sea tan pulida, es mejor.

No es recomendable redactar discursos y leerlos, pero sí lo es llevar notas para recordar lo que quieres decir. Una buena idea es hacer bullets con los puntos principales o con datos importantes.

9. RELÁJATE CON UNA BUENA RESPIRACIÓN

Cuando estamos sometidos a tensión nerviosa, a menudo olvidamos cómo respirar correctamente. Toda persona que acostumbra presentarse o actuar en público conoce la importancia de la respiración.

No inhales profunda y forzadamente, ni respire con mayor rapidez que de lo normal; te puedes hiperventilar. Para relajarte, sólo tienes que mover el diafragma suave y rítmicamente, además dar inhalaciones largas y profundas.



10. TU CUERPO HABLA

Cuando presentas un discurso envías dos tipos de mensajes a tu audiencia. Mientras que tu voz transmite el mensaje verbal, una gran cantidad de información es transmitida visualmente por tu aspecto, tu actitud, tus movimientos físicos, tus gesticulaciones que son como los signos de entonación del lenguaje hablado.

Hay estudios que muestran que más de la mitad de toda comunicación humana se realiza de forma no verbal. Cuando te diriges a un grupo, tus oyentes basarán las opiniones que tengan de ti y de tu mensaje en lo que vean, sumado a lo que escuchen.

- Lo que decimos representa un 7%
- La forma en que lo decimos el 38%
- Lo que los otros ven, representa el 55%

Al hablar en público, tu cuerpo puede ser una herramienta eficaz para aportar énfasis y claridad a tus palabras. También es el instrumento más poderoso que tienes para convencer a un público de tu sinceridad, seriedad y entusiasmo.

Sin embargo, si tus movimientos físicos distraen la atención o sugieren algo que no concuerda con tu mensaje verbal, tu cuerpo derrotará a tus palabras. Si tu propósito es informar, convencer, entretener, motivar o inspirar, tanto tu cuerpo como la personalidad que proyectes deberán corresponder con tus palabras.

Ya lo sabes, poner en práctica estos sencillos consejos, puede convertirte en un comunicador eficiente que logre transmitir su mensaje a sus receptores y que éstos se lo apropien. Es importante recordar que la clave está en la preparación, la organización y la sinceridad. Ser genuino te conecta con tu público, recuerda que tu cuerpo habla por ti, no puedes evitar enviar mensajes no verbales, pero sí puedes aprender a manejarlos y dirigirlos.



maristas®
PROVINCIA MARISTA DE MÉXICO CENTRAL