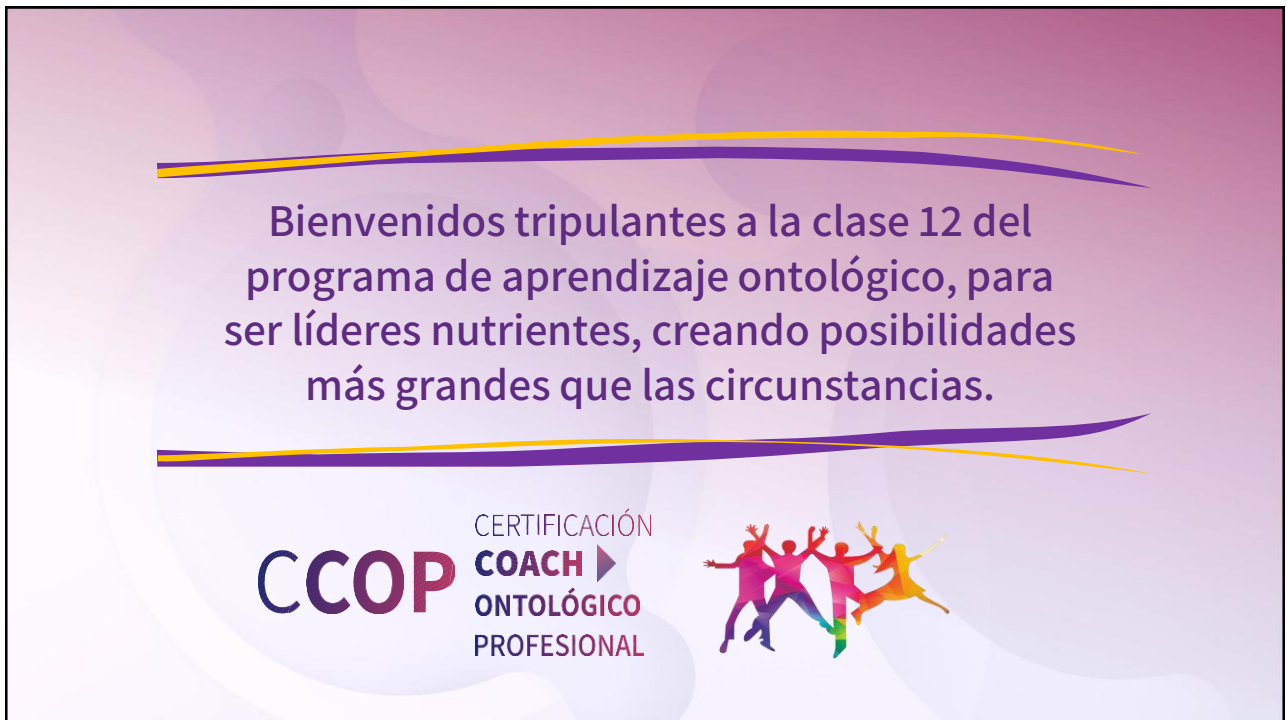




1



2

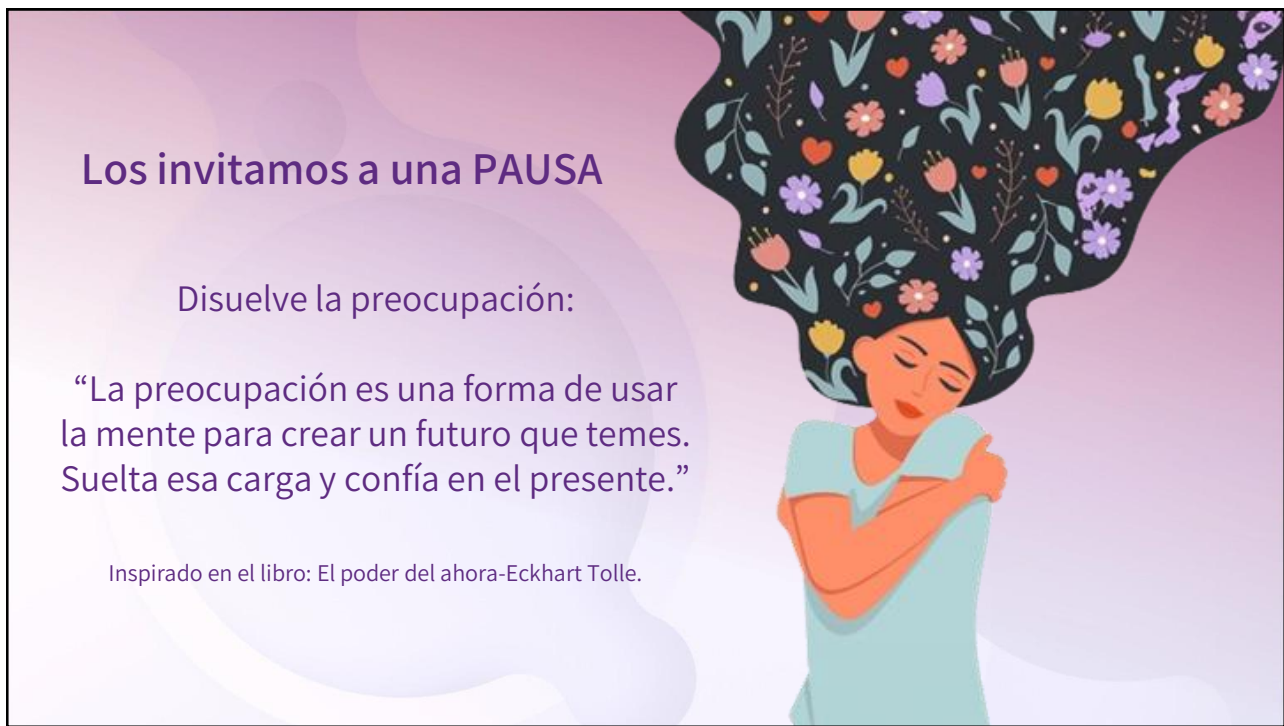


CHECK IN

¿Cómo llegás al encuentro de hoy?
¿Del 1-10 cuánto estás disponible?
¿Estás para estar?

A mood scale graphic with numbers 1 to 10. The scale is a semi-circle with a needle pointing to 5. The colors transition from red (1) to orange (3), yellow (5), green (7), and blue (10). Smiley faces are shown at 3, 5, 7, and 9, while frowny faces are at 1, 2, and 4. A colorful bird is flying in the top right corner.

3



Los invitamos a una PAUSA

Disuelve la preocupación:

“La preocupación es una forma de usar la mente para crear un futuro que temes. Suelta esa carga y confía en el presente.”

Inspirado en el libro: El poder del ahora-Eckhart Tolle.

An illustration of a woman in a light blue shirt hugging herself. Her head is surrounded by a large, dark, cloud-like shape filled with various colorful flowers and leaves.

4

¿Cómo les fue con la tarea de aprendizaje para la semana?



- 1) ¿Avanzaste con la **AP2**? Fecha de entrega Clase 13. Recuerden al finalizar agrega un párrafo indicando qué aprendiste al hacer la actividad relaciones.
- 2) ¿Continuaste con la **Pausa** y el ciclo de la respiración?, ¿Qué registraste al hacerlo en el lenguaje, en el cuerpo y en la emoción?.
- 3) ¿Completaste la **lectura** del PDF que te enviamos: Declaraciones y Actos Lingüísticos Fundamentales (Cap. 3 de Echeverría)? Y también el repaso de distinciones para el “Feedback Valorarte”.
- 4) ¿Registraste en tu bitácora de aprendizaje tus “**darte cuenta**” sobre los comportamientos que vas adquiriendo en tu vida diaria , relacionándolos con las distinciones que vas incorporando?, ¿Qué te animaste a hacer distinto?, ¿Cómo observaste tu estado emocional y corporal?.
- 5) ¿Respondieron las preguntas de consolidación en el **Campus**?.



5

“Hacia una Relación Nutricia” Desde la Huella.



Generando resultados desde la **creación de confianza** y el **lenguaje generativo**.

- ¿Cuál es la - **RC**- Realidad Circunstancial en sus Grupos de Pertenencia?
- Test de Relaciones Nutrientes -
- El poder de las **Declaraciones** y la **acción comprometida** para crear una **RI** - Realidad Ideal.



6

DINÁMICA GRUPAL



Generando resultados desde la creación de confianza y el lenguaje generativo.

- Consigna: En salas 15' Resumir para presentar al resto en 5'.
- Grupo 1 : Declaraciones. Declaraciones fundamentales: NO e Ignorancia.
- Grupo 2 : Declaraciones. Declaraciones fundamentales: Amor y Perdón.

Continuar con la actividad de aprendizaje 2 creando confianza con estas nuevas distinciones.

- **¿A quién le quiero declarar, qué y cuándo?**



7

Declaración del No y el Sí



- El decir «No» es una de las declaraciones más importantes que un individuo puede hacer. A través de ella asienta tanto su autonomía como su legitimidad como persona, y es la declaración en la que comprometemos nuestra dignidad.
- La declaración de «No» puede adquirir formas distintas. No siempre ella se manifiesta diciendo «No». A veces la reconocemos cuando alguien dice «Basta», con lo cual, declara la disposición a no aceptar lo que se ha aceptado hasta entonces.
- El «Sí» pareciera no ser tan poderoso como el «No». Después de todo, la vida es un espacio abierto al «Sí». Es, como dirían los especialistas en computación, la declaración que opera «por omisión» (by default). Mientras no decimos que «No», normalmente se asume que estamos en el «Sí».
- Sin embargo, hay un aspecto importante con respecto al «Sí». Se refiere al compromiso que asumimos cuando hemos dicho «Sí» o su equivalente «Acepto». Cuando ello sucede ponemos en juego el valor y respeto de nuestra palabra.

8

Declaración del NO SÉ y Gracias

- Declarar «No sé» es el primer eslabón del proceso de aprendizaje. Implica acceder a aquel umbral en el que, sé que no sé, y me abro al aprendizaje. Luego puedo declarar «Aprenderé» y, crear un espacio en el que es posible expandir mis posibilidades de acción en la vida.
- La capacidad de abrirnos al aprendizaje, a través del «No sé», representa una fuerza motriz poderosa en el proceso de transformación personal y de creación de quienes somos.
- Declarar «Gracias» implica el poder generativo de la acción que ejecutamos al decirlo. Cuando alguien cumple con aquello a lo que se comprometió con nosotros y le decimos «Gracias», estamos registrando el cumplimiento, y construyendo nuestra relación con dicha persona. No hacerlo puede socavar dicha relación. Nos permite hacernos cargo del otro y dirigirnos a su propia inquietud de ser reconocido en lo que hace y de recibir nuestro aprecio por la atención de que fuimos beneficiados.
- Decirle «Gracias a la vida», como lo hace, la canción de Violeta Parra, es un acto fundamental de regeneración de sentido, de reconciliación con nuestra existencia, pasado, presente y futuro. Al declarar nuestra gratitud, no sólo asumimos una postura «frente» a los otros y «frente» a la vida. Al hacerlo, participamos en la generación de nuestras relaciones con ellos y en la de la propia construcción de nuestra vida.

9

Declaración del Perdón-Te Amo-Te quiero

- «Perdonar» es un acto declarativo de liberación personal. Al perdonar rompemos la cadena que nos ata al victimario y que nos mantiene como víctimas, nos hacemos cargo de nosotros mismos y resolvemos poner término a un proceso abierto que sigue reproduciendo el daño que originalmente se nos hizo, reconocemos que no sólo el otro, también nosotros mismos, somos responsables de nuestro bienestar.
- Cuando hablamos de perdonar, suele surgir el tema del olvido. Olvidar o no es algo que no podemos resolver por medio de una declaración. No depende enteramente de nuestra voluntad. El perdón, es una acción que está en nuestras manos. El acto declarativo asociado al perdón es perdonarse a sí mismo.
- Declarar «Te Amo o Te quiero» remite a un vínculo particular, un tipo de relación, entre dos personas y forma parte de un mundo compartido. Dada la capacidad recursiva del lenguaje podemos hablar de amor a sí mismo, refiriéndonos al tipo de relación que mantenemos con nosotros mismos.
- Es importante examinar nuestras relaciones personales fundadas en vínculos de afecto y preguntarnos cuan a menudo declaramos mutuamente el afecto que nos tenemos. Preguntarnos qué diferencia le significaría al otro el escuchar esta declaración. Recordemos que el hablar y también el callar, genera nuestro mundo. -Extraído del libro "Ontología del Lenguaje" de Rafael Echeverría-

10



11

Auto-Feedback VALORARTE



- Realizaremos una experiencia y reflexión que te permitirá revisar tu proceso y que te servirá de Repaso y Anclaje para "Valor-Arte" El arte de darte valor.
- Es hacer JUICIOS y disponer de hechos que puedan fundamentarlos y así descubrir brechas para que puedas hacer un auto-feedforward.
- Es hacer una **PAUSA**, y un **PODEIS** para PARAR - OBSERVARTE - DISTINGUIR (el observador que estás siendo en relación a las distinciones incorporadas hasta la clase 10), ELEGIR (declarar y disparar el compromiso de cerrar la brecha de donde te encuentras ahora vs donde quieres estar), INTERVENIR (acción proactiva de cara a tu visión), y SOSTENER (con acciones congruentes y comprometidas con relación al compromiso declarado).



12

Auto-Feedback VALORARTE



Con el auto-feedback podrán y podremos distinguir 2 dominios:

- La marcha de tu proceso de aprendizaje, en relación a la conceptualización/anclaje de las distinciones.
- Nuestra efectividad en facilitar la corporalización del aprendizaje de cada distinción mostrada en el proceso de la cursada de forma que no solo se acerquen al conocer para entender sino al conocer para comprender.
- Luego del mismo les proponemos realizar un auto-feedforward para distinguir como equipo lo que faltó y que puedan cerrar la brecha con nuestra asistencia de aquellas distinciones mas débiles que aún no se han incorporado desde el entender e internalizado desde el comprender a tu vida diaria para que el aprendizaje de 1er y 2do orden se integre a tu manera de SER con un aprendizaje de 3er orden.
- Compartimos el link para completar el Formulario de preguntas:
<https://forms.gle/UZJ9n6ZzGxXMFUzQA>

13

LOGRANDO RESULTADOS DESDE LA PAUSA



PODA = Parar - Observar - Distinguir – Accionar.

PODEIS = Parar - Observar - Distinguir – Elegir – Intervenir – Sostener.

Para lograr resultados se requiere entonces, de un cambio del observador, que se logra incorporando nuevas distinciones:

- **ACTUALIDAD**
- **CONCIENCIA**
- **RESPONSABILIDAD**



14



Compartir inicial de la experiencia de Valorarte.

Testimonios

15



Tarea de aprendizaje para la semana:

- Completa la **AP2 Relaciones**: Fecha de entrega próxima Clase. Enviar a docentes. Recuerda al finalizar agrega un párrafo indicando qué aprendiste al hacer la actividad de relaciones. **Haz el Test de Relaciones Nutrientes** para conocer la – RC (Realidad Circunstancial). Preferiblemente elige un grupo con más de 2 personas, puede ser la familia, amigos, socios, etc. Trae tus comentarios a la plenaria.
- Continúen con la **Pausa** y el ciclo de la respiración. ¿Qué registro al hacerlo en el lenguaje, en el cuerpo y en la emoción?
- **Completa la lectura** del PDF que te enviaremos: **Diferencia Quiebre de R. Echeverría y Ser Líder** (Trabajaremos con él la semana próxima).
- Registra en tu bitácora de aprendizaje tus “**darte cuenta**” sobre tus comportamientos que vas adquiriendo en tu vida diaria y relaciónalos con las distinciones que vas incorporando. (¿Qué te animaste a hacer distinto? ¿Cómo está tu estado emocional y corporal?)
- Sigán respondiendo las preguntas de consolidación en el **Campus**.

16



CHECK OUT
¿Qué te estás llevando
del encuentro de hoy?

Registro en mi bitácora de aprendizaje:
¿Qué distinguí hoy? ¿De qué me doy cuenta?
Compartimos...