



TERCER BLOQUE TEMÁTICO: CORPORALIDAD Y AFECTIVIDAD

Nos encontramos en la mitad del Segundo Episodio que ha buscado preparar a los Caminantes para la misión. Hasta ahora, las tribus han construido y fortalecido su identidad y la relación entre sus miembros. Así también han podido descubrir y profundizar en la principal herramienta que tendrán durante la misión: la Palabra de Dios que los guía en el camino. Es el momento de dar un paso más en la aventura de ser hijos de Dios: un nuevo bloque temático se inicia, esta vez dedicado a la corporalidad y afectividad.

Motivados por la experiencia vivida por Israel al conquistar las distintas ciudades de Canaán, queremos invitar ahora a los Caminantes a conquistar nuevas tierras. En Abrahám, el Señor les ha prometido una rica tierra que mana leche y miel. Por ello, durante este bloque vivido en un **campamento de verano**, cada tribu se dedicará a conquistar estas nuevas tierras, que no son otra cosa que ellos mismos: primero, conquistar la tierra fértil de su cuerpo y sus emociones, aprendiendo a valorarse y quererse como el Señor los ama; para luego conquistar las maravillosas tierras de sus relaciones con los demás como expresión del amor que ellos experimentan.

Sin embargo, la historia de Israel nos recuerda que estas conquistas más que un mérito o una ganancia personal, son verdaderos dones del Señor. Canaán no fue conquistada por la gran capacidad bélica de Israel, muy por el contrario. Fue el mismo Señor quien fue abriendo el camino para que su Pueblo pudiese tomar en posesión las distintas ciudades. Del mismo modo, queremos invitar a los Caminantes a que nunca olviden que las conquistas que durante este campamento hagan, son verdaderos regalos del Señor. Por ello, la principal actitud es la gratitud y la apertura a recibir este don inmerecido y que los supera.

JOSUÉ

Josué aparece en escena durante el largo camino del Pueblo por el desierto del Sinaí, tras dejar la esclavitud vivida en Egipto. En un primer momento será un colaborador cercano de Moisés, quien guía al Pueblo camino a la Tierra Prometida. Al llegar el momento de la muerte de Moisés, éste le encarga ser el continuador de su rol de liderazgo en medio del Pueblo, guiándolo en el complejo proceso de la conquista de la tierra de Canaán. Así, Josué es continuador de la promesa de tierra y libertad que a través de Moisés Dios ha hecho una vez más a su Pueblo.

Por esta razón, Josué se transforma en un aguerrido luchador y en un astuto estratega que organiza la ocupación de la Tierra. Se transforma así en símbolo de unidad de las tribus, las cuales –según el relato bíblico– todas juntas logran conquistar Canaán, gracias a la acción poderosa de Yahvé. Durante este tercer bloque temático, dedicado a conquistar la propia corporalidad y afectividad, Josué motivará a los Caminantes a hacer frente a esta desafiante batalla: conquistar su propia tierra, derribando murallas que impiden su relación consigo mismos y con otros.

La conquista de las diferentes ciudades relatadas en el libro de Josué (especialmente entre los capítulos 1 y 12) son una hermosa reflexión sobre la acción y el poder que el Señor tiene sobre la historia del Pueblo de Israel. De la misma manera, Josué invitará a los Caminantes a reconocer que quien lidera la conquista de su propia tierra no son ellos mismos, sino más bien es el Señor que los invita a ser dueños de sí mismos. Del mismo modo, el botín de las conquistas no es para disfrute personal, sino siempre se transforman en ofrendas entregadas al Señor, quien actúa en ellos.



A LA CONQUISTA DE NUESTRA TIERRA

MOMENTOS	OBJETIVO	
Preparándonos para la conquista	Preparar y motivar el inicio del campamento.	
Celebración inicial: Celebremos la Alianza	Dar inicio al campamento, motivando la aventura que en él vivirán los Caminantes.	
A la conquista de la Tierra Prometida	Motivar el inicio de la aventura de conquistar la Tierra Prometida.	
A la conquista de Jericó	Que los Caminantes tomen conciencia que la integración de su cuerpo comienza con saber descifrar su lenguaje.	
A la conquista de Ay	Propiciar que los Caminantes reconozcan las diferentes emociones que experimentan cotidianamente.	
A la conquista de Betel	Desarrollar en los Caminantes la capacidad de expresarse corporalmente.	
A la conquista de Maqedá	Propiciar en los Caminantes el desarrollo de una sana autoestima.	
A la conquista de Jasor	Desarrollar en los Caminantes la capacidad de empatizar con las demás personas.	
A la conquista de Gadaón	Desarrollar en los Caminantes la capacidad de decir asertivamente lo que piensan o sienten.	
A la conquista de Hebrón	Propiciar en los Caminantes el desarrollo de la comunicación verbal y no verbal.	
Celebración final: "Renovación de la Alianza"	Celebrar y agradecer al Señor por lo vivido durante este campamento.	



ESQUEMA DEL CAMPAMENTO

MATERIALES	ENCARGADOS
Una Biblia, el Arca de la Alianza, albas, piedras grandes cada una pintada del color de una tribu y todos los materiales necesarios para instalarse en el campamento.	Asesores
Globos de diversos colores, dos lienzos (uno dice "Bienvenidos", el otro tiene el lema del campamento), serpentinas y otros elementos decorativos, antorchas, fósforos, el Arca de la Alianza, un cirio pascual, una bandera con los símbolos de todas las tribus que haya en la Unidad Pastoral, copias de las promesas de los servidores.	Asesores
Disfraces de los personajes, cuerno, lienzos o carteles con los nombres de las distintas ciudades a conquistar.	Asesores
Dos pliegos de papel por Caminante, maskin tape, plumones, una copia por Caminante del anexo "Mi relación con mi cuerpo", lápices, copias del Salmo 139(138),1-5.13, tarjetas del botón (una por Caminante).	Animadores
Una copia para cada Caminante de los anexos "Mirando mi sentir" y "Reconociendo mis emociones", lápices, una cartulina por tribu con los nombres o fotografías de cada uno de sus integrantes, una tarjeta de cada emoción por Caminante, pegamento o maskin tape, tarjetas del taller (una por Caminante).	Animadores
Naranjas o globos, papelitos con diversas acciones (ver anexo "Adivinanzas Corporales"), témperas de diversos colores, crema, telas, papel de diario, cola fría y diversos objetos, tarjetas del taller (una por Caminante).	Asesores
Tarjetas del taller (una por Caminante).	Animadores
Hojas blancas y lápices, tarjetas del taller (una por Caminante).	Animadores
Pelotas grandes, una copia por Caminante del anexo "Pienso luego digo", lápices, tarjetas del taller (una por Caminante).	Animadores
Un set de materiales para el juego ¿Te cuento lo que vi?, etiquetas (una por Caminante), tarjetas del taller (una por Caminante).	Animadores
El Arca de la Alianza, cirio, bandera, una Biblia, mapas de la Tierra Prometida, tercer megiláh (en ambos casos, uno por Caminante) y calcomanías de megiláh anteriores (según el número de Caminantes que los hayan completado). Y si es una Eucaristía, incluir también lo necesario para celebrarla. Copias de la Promesa de los Servidores.	Asesores

**"PREPAREN PROVISIONES, PARA IR A OCUPAR LA TIERRA
QUE EL SEÑOR SU DIOS LES DA EN POSESIÓN".**

(JOSUÉ 1, 11)

NOTAS METODOLÓGICAS:

- El material que a continuación presentamos contiene los momentos fundamentales del campamento de verano que proponemos realizar. No incluye horarios fijos, sino más bien indica la duración de los momentos, de modo que cada Unidad Pastoral, de acuerdo a la organización del campamento, adecúe los horarios. Sugerimos, de todos modos, la realización de todos los momentos y en el orden que los presentamos.
- Se necesitará contemplar tiempos para la acomodación en el lugar, el aseo, la preparación de alimentos, el descanso y otros, momentos que serán también muy importantes y ricos para el fortalecimiento de la integración dentro de la tribu.
- Verás que a continuación presentamos de manera más desarrollada sólo el inicio del campamento, motivando a las tribus a conquistar las distintas ciudades de Canaán. Los momentos de Conquista de las diferentes ciudades son, en el fondo, talleres de diferentes habilidades que quisiéramos trabajar con los Caminantes (corporalidad, reconocimiento de emociones, autoestima, asertividad, comunicación, entre otros). En cada uno de ellos proponemos diversas actividades, de las cuales tú puedes elegir las que te parezcan más pertinentes y de acuerdo a los tiempos con que cuentas durante el campamento. Las actividades entre las Conquistas, así como la motivación entre una y otra, las dejamos sin desarrollar, de modo de que estén abiertas a la acomodación y creatividad de cada Unidad Pastoral.
- Al finalizar cada Conquista, el animador motivará a los Caminantes a terminar haciendo oración. Para ello, los invitará a sentarse cómodamente y cerrar los ojos. A través de su motivación verbal, los invita a ir entrando en su ser y conectarse con aquello que resuena en su corazón después de vivir dicho taller. Luego, los invita a presentarlo al Señor, pues Él nos conoce profundamente, sabe lo que nos pasa y nos ama en toda circunstancia. Los invita a repetir alguno de los siguientes versículos de los salmos: "Tú formaste mis entrañas, te doy gracias", "Señor, tú conoces lo profundo de mi ser, nada mío te es desconocido", "Alaba alma mía al Señor, alabaré al Señor mientras viva!".
- Proponemos que en algún momento del día puedan realizar actividades deportivas, como por ejemplo jugar fútbol u otro deporte, bañarse en el río, si es que hay alguno cerca, salir a recorrer el lugar, etc. Así como también que en las mañanas la Asamblea se reúna para realizar juntos algunos ejercicios físicos con el objetivo de fortalecer su educación física y el cuidado de su cuerpo y salud.
- Sugerimos que el equipo de asesores y animadores se reúna todas las noches luego de terminar las actividades, dándose un espacio para compartir y evaluar lo vivido.
- Proponemos también que durante la última noche del campamento, cada tribu se dé un tiempo especial para evaluar y renovar los servicios al interior de ella. En el anexo "Evaluación y renovación de los servicios" encontrarás una pauta para ello. En la celebración final de este campamento se realizará la promesa de los nuevos servidores.
- Por último, no olvides incentivar el desarrollo de los distintos servicios de la tribu durante el campamento. Mucho ánimo, y que el Espíritu de Aquel que nos convoca los acompañe...

OBJETIVOS:

- a) Profundizar en la capacidad de cuidar e integrar la dimensión corpórea y afectiva de los Caminantes como expresión del amor de Dios Padre que habita en ellos.

TEMÁTICAS:

Dimensión corpórea y afectiva, habilidades sociales (autoestima, empatía, expresión corporal, asertividad y comunicación) como dones que el Señor nos invita a recibir, conquistar y desarrollar según su proyecto.



PREPARÁNDONOS PARA LA CONQUISTA

OBJETIVO:

Preparar y motivar el inicio del campamento.

MATERIALES REQUERIDOS:

Una Biblia, el Arca de la Alianza, albas, piedras grandes cada una pintada del color de una tribu y todos los materiales necesarios para instalarse en el campamento.



El **asesor** reúne la Asamblea, da la bienvenida a las tribus y pide que cada una de ellas haga su grito. Luego uno de los **Levitas** proclama la siguiente lectura tomada de Josué 1,1-11:

“Después de la muerte de Moisés, siervo del Señor, el Señor dijo a Josué, hijo de Nun y colaborador de Moisés:

- Moisés, mi siervo, ha muerto. Ponte en camino y cruza el Jordán con todo este pueblo, hacia la tierra que yo doy a los israelitas. Les doy todos los lugares que pisen sus pies, como dije a Moisés. Nadie podrá resistir ante ti mientras vivas; yo estaré contigo como estuve con Moisés, no te dejaré ni te abandonaré. Sé fuerte y valeroso, porque tú entregarás a tu pueblo en posesión la tierra que juré dar a sus antepasados. Sé, pues, fuerte y valeroso para cumplir fielmente lo que te ordenó mi siervo Moisés: no te desvíes ni a derecha ni a izquierda, y triunfarás en todo lo que emprendas. Ten siempre en tus labios las enseñanzas del libro de la ley; medítalo día y noche para cumplir exactamente todo lo que está en él. Así prosperarás en todas tus empresas y tendrás éxito. Yo te he mandado que seas fuerte y valeroso. No temas ni te acobardes, porque el Señor tu Dios estará contigo dondequiera que vayas.

Josué dijo a los jefes del pueblo la siguiente orden:

*- Recorran el campamento y den esta orden al pueblo: Preparen provisiones, porque **dentro de tres días cruzarán el Jordán para ir a ocupar la tierra que el Señor su Dios les da en posesión**”.*



Luego, aparece en escena **Josué**, quien se dirige a los Caminantes con las siguientes o similares palabras:

Queridos hermanos... hemos ya caminado un largo tiempo como Pueblo. Este tiempo de preparación ha sido intenso pero hermoso. Hemos fortalecido nuestra identidad como tribus de Israel y el Señor nos ha entregado nuestra principal herramienta para la misión: Su Palabra. Apoyados en ella, hoy el Señor nos invita a dar un paso más en este tiempo de preparación: aquella promesa que una vez el Señor le hizo a nuestro padre Abraham, hoy comienza a hacerse realidad. Hoy el Señor nos invita a seguir caminando y conquistar la Tierra Prometida, la fértil tierra de Canaán.

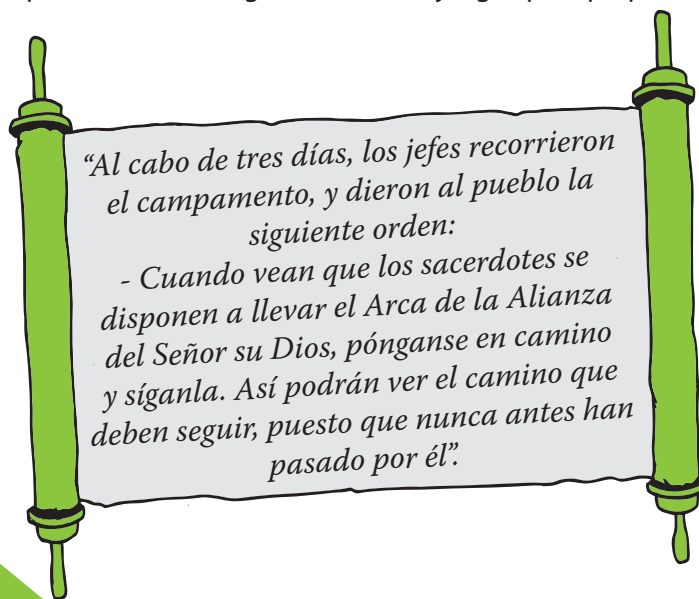
Por ello, yo hoy les digo: vayan y preparen provisiones, pues dentro de poco cruzaremos el Jordán para ir a ocupar la tierra que el Señor nuestro Dios nos da en posesión. Vayan, entonces, y preparen todo lo necesario para iniciar esta aventura. El Señor nos invita y nos asegura que Él estará con nosotros dondequiera que vayamos.



Dicho esto, las tribus terminan de preparar todo lo necesario para el campamento, reuniendo los materiales. Antes de partir, el **asesor** reúne nuevamente a la Asamblea y, guiados por **Josué**, rezan juntos el Padre Nuestro. Cada tribu hace su grito nuevamente conforme van subiendo al bus. Durante el viaje, se pueden realizar algunos cantos o juegos para preparar el campamento¹.



Una vez llegados al lugar del campamento, se bajan las cosas del bus, agrupándolas en un solo lugar². Se reúne a la Asamblea, se hacen los gritos y luego uno de los **Levitas** proclama Josué 3,2-4:



1. Cantos y juegos disponibles en www.esperanzajoven.cl

2. La idea es bajar las cosas en un lugar cercano adonde acamparán, pero no exactamente en él, de modo que las tribus deban caminar hacia el lugar donde definitivamente se instalará el campamento.



El **ASESOR** comenta: Así como nos dice la Palabra de Dios, ustedes también deberán seguir el Arca de la Alianza, la cual les indicará el lugar donde se instalará el campamento.

PROCESIÓN DEL ARCA



Algunos **asesores** o **animadores** vestidos con túnicas aparecen llevando el Arca de la Alianza y detrás de ella va un **Levita** con la Palabra de Dios. Ellos guían a las tribus hacia el lugar del campamento.



Una vez llegados al territorio se deja el Arca en un lugar central en el cual permanecerá durante todo el campamento; este lugar será el espacio de reunión de la Asamblea. La Palabra de Dios es guardada en el Arca.



Josué se dirige a los Caminantes con las siguientes o similares palabras:

El Señor me ha indicado que, antes de comenzar la Conquista, debemos encontrar un lugar donde asentár nuestro campamento. Para ello, cada una de las tribus debe ir en busca de una piedra con la cual hacer un altar al Señor. Los invito a que, guiados por sus jueces, busquen la piedra del color de su tribu. Con ella confeccionaremos un altar.



Cada tribu, entonces, sale a buscar su piedra. Una vez que todas las tribus las han encontrado, **Josué** los invita a que ahora, guiados por su **Juez**, elijan un lugar donde instalarse³. Cuando lo encuentren, lo primero que harán será poner la piedra en un lugar adecuado, haciendo un altar para el Señor. Allí el **Guardián del Tesoro** acomodará los tesoros de la tribu y juntos rezarán la oración de la tribu. Después cada tribu procederá a armar su carpa e instalar todo lo que necesiten.

3. Previamente se ha escogido un espacio general que cuente con diversos lugares donde las tribus puedan acomodarse. Guiados por su juez, cada tribu escogerá su propio lugar dentro de los disponibles. Así también, algunos animadores han escondido piedras más o menos grandes (pero que sean transportables) pintadas cada una con el color de una tribu.

CELEBRACIÓN INICIAL: "CELEBREMOS LA ALIANZA"

OBJETIVO:

Dar inicio al campamento, motivando la aventura que en él vivirán los Caminantes.

MATERIALES REQUERIDOS:

Globos de diversos colores, dos lienzos (uno dice "Bienvenidos", el otro tiene el lema del campamento), serpentinas y otros elementos decorativos, antorchas, fósforos, el Arca de la Alianza, un cirio pascual, una bandera con los símbolos de las tribus, copias de las promesas de los servidores.



En la explanada central del campamento se ha decorado el lugar como para una fiesta (globos, serpentinas de colores, los lienzos, etc.). Estarán en el centro el Arca de la Alianza, un cirio pascual y una gran bandera con los símbolos de todas las tribus que haya en la Unidad Pastoral. Si es de noche, se ilumina el lugar con algunas antorchas.



El **asesor** acoge a los Caminantes y les pide que se reúnan formando un círculo. Hacen los gritos de las tribus y se realizan un par de cantos guiados por una de las tribus. Luego, propone realizar los siguientes juegos:

GLOBOS VOLANDO

Para cada tribu, se inflan 3 globos más que el número de integrantes. Cada tribu tendrá globos de su color característico.

Cada tribu tiene la tarea de mantener los globos de su color siempre en el aire y evitar que toquen el suelo. Para estimular el ambiente, se recomienda acompañar el trabajo con música rítmica e iniciar la actividad con movimientos lúdicos corporales, que estimulen el relajamiento y el precalentamiento de los tejidos musculares de quienes participan.

EL MENSAJE MÁGICO

Cada una de las tribus forma una fila, una al lado de la otra. Los miembros de las tribus estarán sentados, uno tras otro, mirando la espalda del Caminante que se ubica delante.

El último de la fila se imagina un motivo fácil y lo dibuja con sus dedos en la espalda del Caminante que se ubica delante. Una vez terminado el dibujo, el Caminante que ha recibido el mensaje en su espalda, lo dibuja al próximo hasta llegar al último de la fila, quien tiene la tarea de adivinar el motivo.



EL ESCULTOR

Se juega por parejas, en las que uno hace de modelo y otro de escultor. El modelo deja que el escultor le mueva los brazos, piernas, cuerpo... para formar una escultura. La comunicación es en todo momento no - verbal.

El primer Caminante que haga de escultor deberá esculpir en su compañero la respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cómo te sientes al iniciar este campamento? Una vez realizada la escultura, se intercambian los papeles. El segundo escultor deberá esculpir la respuesta a: ¿Qué esperas de este campamento? Una vez hechas ambas esculturas, se puede dar un tiempo para comentar las esculturas, si es que el ambiente lo permite.

CELEBRACIÓN DE LA ALIANZA



La celebración de la Pascua para el Pueblo de Israel significa rememorar las maravillas que el Señor había hecho con ellos, especialmente el acto liberador que vivió al ser rescatado de la esclavitud en Egipto. Durante su celebración, cada familia recordaba estas hazañas, volviendo a las Escrituras y, a través de símbolos, hacían presentes las bendiciones recibidas de parte del Señor su Dios.

Del mismo modo, hoy los Caminantes estarán invitados a celebrar la Pascua, rememorando ellos también el paso amoroso del Señor en sus vidas, especialmente durante el último año en el cual han participado de esta aventura.



Reunidos nuevamente en círculo, **Josué** entra en escena y comenta:

Nuestro Pueblo, antes de comenzar la conquista de la Tierra Prometida, se dio un momento especial para celebrar las grandezas de la acción de Dios en su historia, y a su vez, para reponer fuerzas antes de la batalla.

La aventura que en este campamento viviremos será intensa. Por ello, nosotros también nos daremos ahora un tiempo especial para agradecer al Señor por todo lo que nos ha entregado en este año de caminar juntos. Y muy especialmente pediremos al Señor que reponga nuestras fuerzas, llenándonos de energía para iniciar la conquista de la Tierra que Él nos entregó en promesa.

Al igual como lo hizo Israel antes de entrar a la Tierra Prometida, hoy celebraremos nuestra Pascua, recordando el paso de Dios por nuestras vidas.



La celebración de esta Pascua se dividirá en dos momentos: un primer momento en tribus y el segundo en Asamblea.

➤ En el primero, cada tribu recordará el año que han vivido juntos. **El Guardián del Tesoro** y el **Escribano** animarán este momento, invitando a la tribu a recordar lo que han vivido, a partir de la Bitácora y los tesoros de la tribu. Juntos traerán a la memoria momentos especiales, anécdotas, desafíos, momentos difíciles, etc. A su vez, el **Levita** irá motivándolos a ver cómo Dios se ha hecho presente en este tiempo y los ha hecho crecer.

➤ En el segundo, **Josué** convoca nuevamente a la Asamblea. Se dirige a ellos diciendo:

Durante la celebración de la Pascua, cada familia se reunía y compartía una cena con pan sin levadura, yerbas amargas, carne y vino, como símbolos del paso amoroso de Dios en la historia del Pueblo. En un momento determinado de la cena, el hijo menor de la familia preguntaba a los mayores el significado de estos símbolos, de manera de rememorar la tradición y mantenerla viva. Hoy nosotros queremos hacer lo mismo. Tres símbolos presiden nuestra Asamblea: un cirio, una bandera y el Arca de la Alianza.

➤ Con anterioridad se ha pedido a los tres Caminantes más nuevos (es decir, los últimos que se integraron a la Pastoral Prejuvenil) que participen de este momento, preguntando el significado de estos símbolos. El primero de ellos pregunta: "Josué, ¿qué nos recuerda el cirio encendido?". **Josué** le responde:



El cirio encendido en medio nuestro nos recuerda el llamado que el Señor le hizo a cada uno de ustedes antes de iniciar esta aventura. Llamado que ustedes, libre y personalmente, aceptaron con valentía y confianza en el Señor. El cirio está aquí para recordarnos que es el Señor quien nos invita a seguir caminando en esta gran aventura de ser Sus hijos.

➤ Luego, el segundo Caminante pregunta: "Josué, ¿y por qué la bandera con esos símbolos?". **Josué** esta vez responde:

Esta bandera contiene los símbolos de cada una de las tribus que hoy conforman nuestro Pueblo. Nos recuerda nuestra identidad y, muy especialmente, nos recuerda que, aunque pertenecientes a diferentes tribus, somos todos hijos de un mismo Padre, el Señor nuestro Dios, quien nos ha llamado a vivir juntos la aventura de ser Sus hijos.



➤ Finalmente, el tercer Caminante le pregunta a Josué: "¿Y el Arca, Josué, qué nos recuerda?". Éste responde:



El Arca de la Alianza es signo del amor de Dios por nosotros. Nos recuerda especialmente el llamado que el Señor nos ha hecho y la promesa de que Él siempre estará en medio de nosotros, acompañando y guiando a su Pueblo. El Arca nos recuerda también que debemos prepararnos personalmente y como tribus para llevar a cabo la misión que el Señor nuestro Dios nos ha encomendado.



Dicho esto, **Josué** invita a pasar adelante a los **Guardianes del Tesoro** de todas las tribus para que acerquen a estos 3 símbolos comunes, los tesoros que cada una de las tribus tiene como signos del paso de Dios por sus vidas.



Luego, se dirige a la Asamblea diciendo:

Felices y agradecidos por las maravillas que el Señor ha hecho con su Pueblo a través de su historia, cantemos juntos un canto de alabanza al Señor nuestro Dios.



Cantan todos juntos "Maravillas".

A LA CONQUISTA DE MI TIERRA PROMETIDA

OBJETIVO:

Motivar el inicio de la aventura de Conquistar la Tierra Prometida.

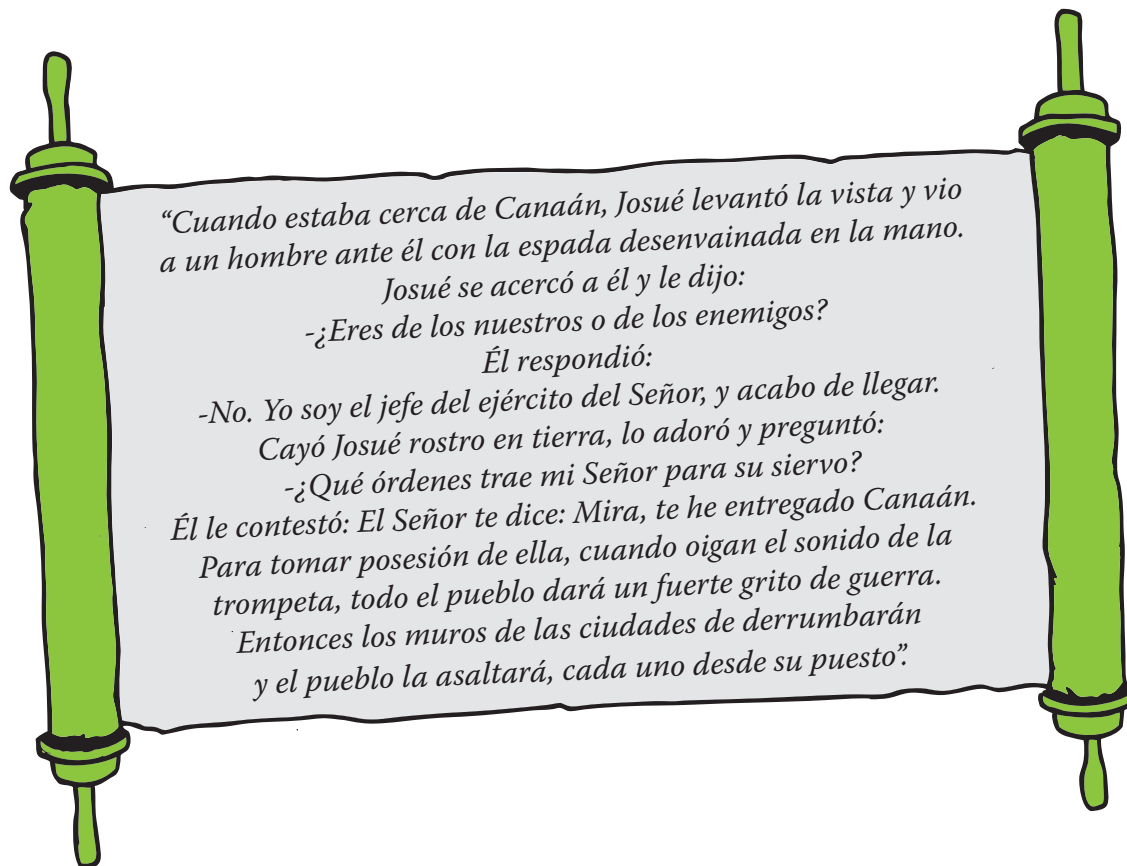
MATERIALES REQUERIDOS:

Disfraces de los personajes, cuerno, lienzos o carteles con los nombres de las distintas ciudades a conquistar.



Se reúne a la Asamblea en la explanada central en torno al Arca de la Alianza. Allí se encontrará **Josué**, quien dramatiza la lectura que el **Levita** hace de la siguiente adaptación de Josué 5,13 – 6,5:





Josué se levanta del suelo y se dirige a los Caminantes:

Ya han oído al enviado del Señor. En este momento se inicia nuestra aventura de conquistar la Tierra de Canaán. En esta conquista tendremos que poner todas nuestras energías y voluntad, pues el Señor nos ha dado esta misión. Sin embargo, hermanos míos, nunca olviden que esta conquista jamás la podríamos hacer si el Señor no estuviese con nosotros, preparándonos el camino y dándonos las fuerzas para la batalla. Es Él quien derribará las murallas que aún defienden las ciudades que debemos conquistar. Seamos humildes y nunca olvidemos que si el Señor no construye la casa, en vano se cansan los albañiles. Pidámosle, entonces, al Señor, que nos quie en esta gran misión que nos ha encomendado y que nos ayude a salir victoriosos de ella.

Una última indicación. Cuando escuchen el sonido de la trompeta, busquen la ciudad y tomen posesión de ella. Sus animadores les indicarán cómo hacerlo. Y que el Espíritu de Aquel que nos convoca los acompañe.



Dicho esto, se escucha el sonido del cuerno. Guiados por sus **animadores**, cada tribu se dirige al lugar preparado para la primera conquista: Jericó. En dicho lugar estarán ya dispuestos los materiales necesarios.

Nota: A lo largo del campamento se irán realizando las diferentes conquistas. Cada vez que sea el momento de hacer una conquista, se hará sonar el cuerno como signo de que una nueva conquista comienza. Y al finalizar cada una de ellas, se entregará una tarjeta con el nombre de la ciudad conquistada, con dos preguntas para sintetizar aprendizajes y desafíos. A continuación presentamos en qué consisten cada una de las conquistas.



A LA CONQUISTA DE JERICÓ

OBJETIVO:

Que los Caminantes tomen conciencia que la integración de su cuerpo comienza con saber descifrar su lenguaje.

MATERIALES REQUERIDOS:

Dos pliegos de papel por Caminante, maskin tape, plumones, una copia por Caminante del anexo "Mi relación con mi cuerpo", lápices, copias del Salmo 139 (138), 1-5.13, tarjetas del botín (una por Caminante).



Reunidos por tribus, el **animador** comenta:



La conquista de la ciudad de Jericó implicó para el Pueblo un esfuerzo especial, pues tuvo que derribar, con ayuda del Señor, las murallas que la protegían. Del mismo modo, ésta nuestra primera conquista implicará derribar nuestras propias murallas: el desafío es entrar y conectarnos con nuestro cuerpo, reconociendo su lenguaje para relacionarnos de una mejor manera con él.



Luego, realizan las siguientes actividades⁴.

MASAJES CORPORALES

El animador da la siguiente indicación: Nos frotamos las palmas de las manos, así como los brazos, hasta sentir un intenso calor (3 minutos).

MASAJE EN LA CARA

Con las yemas de los dedos masajear la frente partiendo de la línea media hasta las sienes. Masajear las sienes con los dedos. Con los pulgares masajear los párpados. Hacemos un "lifting" con la cara (todo en 8 minutos).

4. Tomadas de www.efdeportes.com/efd106/unidad-didactica-de-expresion-corporal-vamos-a-relajarnos.htm



MASAJE DEL TRONCO

Amagar los trapecios y efectuar presiones sobre los hombros. Con la mano en forma de valva de marisco, golpear el pecho, las clavículas y la parte superior de los hombros. Masajear el vientre en sentido de las agujas del reloj. Frotamos la espalda y los riñones bien con la mano rígida, con una pelota, o tecleando (todo en 10 minutos).

MASAJE DE LOS MIEMBROS INFERIORES

Amagar con los dedos el glúteo. Masajear con los dos pulgares el surco que corre a lo largo de todo el borde interno de la tibia, desde el tobillo a la rodilla. Con los puños cerrados, golpear las piernas y muslos (boca abajo). Individualmente y sentado tomar un pie y masajear la planta de los pies.

EL ESPEJO⁵

Por parejas uno de ellos hará el papel de espejo. El otro se ubica frente del que le hará de espejo, a la distancia de dos pasos y comienza a realizar movimientos, gestos, simulando peinarse, lavarse los dientes u otro movimiento, siempre actuando de manera natural y espontánea, sin exagerar. El que hace de espejo, de acuerdo a su rol, deberá imitar las acciones de la mejor manera posible. Después se intercambian los papeles.

Lo importante de este juego es que el que realiza los movimientos capte muy bien cómo lo imita el espejo, es una buena oportunidad para darse cuenta de movimientos, posturas y gestos, que a veces son muy inconscientes y naturales.



Compartir en la tribu: preguntas para recuperar (se reflexionan de manera personal primero y luego se comparten):

- ¿Qué me gustó de este ejercicio?
- ¿Cómo me sentí en el papel que realicé?
- ¿Descubro algunos gestos y posturas de los que no era muy consciente?

¿DESCUBRO ALGUNOS GESTOS Y POSTURAS DE LOS QUE NO ERA MUY CONSCIENTE?

LAS SILUETAS

Por parejas, de preferencia la misma del ejercicio anterior. Unir dos pliegos de papel con maskin tape, colocarlo en el suelo, uno se acuesta sobre el papel y su pareja con un plumón marca la silueta de su compañero; después el que estaba acostado realiza el mismo ejercicio con su compañero.

Cada uno ya con su silueta propia marca con una carita triste, las partes del cuerpo que cree se sienten solas, descuidadas y desprotegidas. Luego con una carita feliz las partes del cuerpo que cree se sienten acompañadas, contentas y cuidadas. Después se les entrega la hoja del anexo: "Mi relación con mi cuerpo". Se trabaja primero de manera personal y luego en parejas.

¿QUÉ HE APRENDIDO SOBRE MÍ MISMO?



Compartir en la tribu: preguntas para recuperar:

- ¿Qué me gustó de este ejercicio?
- ¿A qué preguntas me ha sido difícil responder?
- ¿Qué partes de mi cuerpo ocupan más frecuentemente mis pensamientos?
- ¿Estoy contento con mi cuerpo?
- ¿Qué he aprendido sobre mí mismo?

5. Adaptado de FIETZ, C. *Terapia corporal. En el tratamiento del abuso infantil y juvenil. Manual de Técnicas*. 2008. Editorial Cuatro Vientos. Santiago, Chile. Pág. 54.



ORACIÓN DE CIERRE: YO AMO MI CUERPO⁶



Acostados cómodamente, tratando que la columna vertebral forme una línea recta. Cerrar los ojos y concentrarse en la respiración... dejar que el aire fluya primero al vientre y después al pecho, de modo que llene totalmente los pulmones... Expirar e inspirar lentamente; al sacarlo producir un leve ruido que solo escuchan ustedes... procurar echar la mayor cantidad posible de aire consumido... cuando inspiren, dejar entrar de nuevo el aire sin esfuerzo (1 minuto).



Fijarse en las partes del cuerpo que los sostienen y en qué puntos de su alrededor les sirve de apoyo... imaginarse que el suelo se levanta para sostenerlos... Relajar los músculos que han usado para apoyarse (30 segundos).



Apoyar ahora la mano derecha en el centro de su cuerpo, es decir, arriba del ombligo... apoyar la izquierda en el ombligo y dejar las manos de ese modo durante un rato (15 segundos). El **animador** guía ahora la siguiente oración corporal:

A todos nos resulta difícil amar nuestro cuerpo. Por ese motivo, lo primero que vamos a hacer es pedirnos perdón a nosotros mismos por no cuidar nuestro cuerpo, y por tanto declararnos nuestro amor a nosotros mismos (15 segundos). Comenzar a amar todo lo que se encuentra debajo de la mano derecha (15 segundos). Cuando creas que ya has comunicado bastante amor a esta zona, desplaza tu atención a la mano izquierda y expresa tu amor a todo lo que está debajo de ella (15 segundos).

Ahora pon tu mano derecha entre el ombligo y el corazón y la mano izquierda sobre el corazón. Deja durante un rato las manos en esa posición (15 segundos) y expresa tu amor a todo lo que está debajo de cada una de tus manos (15 segundos por mano). Ahora apoya tu mano derecha en el cuello y la izquierda en la frente. Deja durante un rato las manos en esa posición (15 segundos) y expresa tu amor a todo lo que está debajo de cada una de tus manos (15 segundos por mano).

Ahora coloca tus manos a lo largo de los costados y deja que de las palmas de tus manos salga amor; disfruta y déjalo sentir (30 segundos). Ahora tienes un minuto para percibir tu cuerpo en su totalidad lleno de amor. Repite en voz baja "Éste soy Yo"... y di tu nombre... después: "Yo soy mi cuerpo". Y finalmente repite tres veces suavemente: "Señor, tú me has creado, te doy gracias".



Respirar profundamente; lentamente ponerse de pie y estirarse y sacudir el cuerpo. Luego, reunidos por tribus comparten los aprendizajes de este taller. Concluyan rezando juntos con el Salmo 139(138),1-5.13. Finalmente, el **animador** entrega la tarjeta de este taller, motivando a los Caminantes a contestar ambas preguntas en algún momento que tengan para estar solos.

JERICÓ

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?

¿A qué me siento invitado por el Señor?

6. VOPEL, K. *Juegos de integración para adolescentes y jóvenes. Identidad, cualidades y capacidades. Cuerpo.2.* 2003. Ed. CCS. Madrid, España. Págs. 209-212.



A LA CONQUISTA DE AY

OBJETIVO:

Propiciar que los Caminantes reconozcan las diferentes emociones que experimentan cotidianamente.

MATERIALES REQUERIDOS:

Una copia para cada Caminante de los anexos "Mirando mi sentir" y "Reconociendo mis emociones", lápices, una cartulina por tribu con los nombres o fotografías de cada uno de sus integrantes, una tarjeta de cada emoción por Caminante, pegamento o maskin tape, tarjetas del taller por Caminante.



Reunidos nuevamente por tribus, el **animador** comenta:



Enfrentados al desafío de conquistar la ciudad de Ay, Israel aplicó una nueva estrategia. Esta vez provocaron que los habitantes de la ciudad salieran persiguiéndolos fuera de los límites de la ciudad. Estando ésta desprotegida, entraron y la conquistaron. En esta nueva conquista, esta vez del mundo de nuestras emociones, la invitación será a dejarlos salir, conociéndolos, para luego apropiárselos y sacar lo mejor de ellos.



Luego, realizan la siguiente actividad.

¿QUÉ PASARÍA SI...?

Lo primero será aplicar el instrumento del anexo "Mirando mi sentir" a cada uno de los miembros de la tribu, quienes lo responderán de manera anónima. A cada Caminante se le asignará secretamente un número, el cual debe ser puesto en la esquina superior derecha del cuestionario, de forma de poder reconocerlo posteriormente.

Una vez que todos han contestado, el animador reúne las hojas y las vuelve a entregar de modo que todos queden con una hoja que no es la propia. Pide 5 voluntarios para dramatizar las situaciones presentadas en el anexo. La actividad consistirá en escenificar la situación y juntos consensuar cuál sería la reacción más *esperable*⁷. Junto con ello, irán compartiendo cuáles son las respuestas que aparecen ante dicha situación en las hojas que cada uno tiene.

7. Decimos esperable y no correcta pues no queremos enjuiciar, sino hacer tomar conciencia que muchas veces reaccionamos expresando algo que no es lo que realmente sentimos. Por ejemplo, a veces nos mostramos enojados cuando en el fondo lo que sentimos es pena. O lloramos, cuando lo que sentimos es rabia. En estas situaciones se da una sustitución de la emoción, muchas veces por educación familiar.



El ANIMADOR comenta: Es muy importante reconocer cuál es la emoción que nos inunda en diversas situaciones, y cómo es la forma más adecuada de expresarla, de modo que los demás puedan saber realmente lo que nos pasa⁸.



El **animador** entrega a los Caminantes el anexo “Reconociendo mis emociones” y comenta:



Las emociones son reacciones de nuestro organismo que nos alertan de algo, ya sea para nosotros positivo o negativo. Por ello, las emociones no son buenas ni malas, sino más bien señales de que algo nos pasa. Debemos entonces aprender a reconocerlas y descifrar cuál es el mensaje que nos quieren dar, de modo de poder asumirlas y expresarlas de mejor forma.

EN MI ROSTRO PUEDES VER LO QUE ME PASA

Para finalizar, el animador les propondrá una actividad que durará el resto del campamento. Él habrá preparado previamente una cartulina donde ha escrito el nombre o pegado una foto de cada uno de los miembros de la tribu, en una sola columna hacia abajo, dejando un espacio de aprox. 80 cms. al lado derecho de cada nombre. También habrá preparado varias tarjetas con las expresiones faciales de distintas emociones: rabia, tristeza, miedo, afecto, alegría. Lo ideal es que haya al menos una tarjeta de cada emoción por cada miembro de la tribu.

Les muestra la cartulina que ha preparado y las tarjetas con las distintas emociones (quedarán en un lugar visible). La actividad consiste en que, cada vez que vuelvan a este lugar, cada miembro elegirá a otra persona a quien le pegará –al lado de su nombre o foto en la cartulina– una de las tarjetas con emociones, según la emoción que él crea que la otra persona está sintiendo en ese momento. Así, al terminar el campamento, cada uno de los miembros podrá ver cuáles han sido las emociones que los demás han visto que él o ella ha sentido.

Para dar inicio a esta actividad, el animador pide que se observen mutuamente y puedan ver cuáles son las emociones que los demás están sintiendo en este momento. Luego, invita a que cada uno pegue donde corresponda la emoción que cree que su compañero de la derecha está sintiendo. El animador deberá recordar durante el campamento esta actividad, de modo que efectivamente continúen pegando otras tarjetas dependiendo de lo que van viendo en los demás.



Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

Ay

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?

¿A qué me siento invitado por el Señor?

8. Para apoyar este momento cuentas con el anexo “Emociones: reconocimiento y expresión”, disponible en www.esperanzajoven.cl, donde se presentan las emociones fundamentales, su auténtica expresión y la forma cómo a veces las sustituimos por otras.



A LA CONQUISTA DE BETEL

OBJETIVO:

Desarrollar en los Caminantes la capacidad de expresarse corporalmente.

MATERIALES REQUERIDOS:

Naranjas o globos, papelitos con diversas acciones (ver anexo "Adivinanzas Corporales"), témperas de diversos colores, crema, telas, papel de diario, cola fría y diversos objetos, tarjetas del taller (una por Caminante).



Reunida la Asamblea en el lugar central, el **asesor** comenta:



Betel, "Casa de Dios", es una ciudad de celebración; en ella el Pueblo construirá un santuario para adorar a Dios. Por ello, es símbolo de fiesta y de alabanza del Señor. Esta tercera conquista busca fortalecer en nosotros y a través de nuestro cuerpo, nuestra dimensión celebrativa. Queremos que nuestra corporalidad sea santuario, es decir, lugar de encuentro y alabanza del Señor.



Luego, los invita a realizar las siguientes actividades⁹:

LA TORTUGA MARIETA

Los Caminantes se organizan en filas (no necesariamente por tribus) y se pasarán unos a otros una naranja o un globo, que será la tortuga Marieta, utilizando cualquier parte del cuerpo, excepto manos y brazos, evitando que caiga al suelo y pueda hacerse daño.

LA GOMA DE MASCAR

El asesor hace reflexionar a los Caminantes sobre las características de la goma y el cristal, tratando de definir sus aspectos más esenciales para nuestro ejercicio: la goma es blanda, elástica... el cristal es duro, rígido, se puede romper (frágil)...

Le pide a los Caminantes que construyan con su cuerpo diversas figuras o estatuas de goma (deberán disponer su cuerpo en actitudes blandas, redondeadas, poco tensas) y de cristal (deberán adoptar posturas duras, crispadas, tensas). Adquirida esta mecánica, se irán construyendo alternativamente figuras de goma o de cristal a indicaciones del asesor. Para terminar se les pide se identifiquen con una vela, reproduciendo con su actitud corporal cómo poco a poco se van derritiendo.

9. Adaptado de www.educarm.es/templates/portal/images/ficheros/infantil/8/secciones/27/contenidos/820/edinfantilpsicomotricidad.pdf y www.pjcweb.org



ADIVINANZAS CORPORALES

El asesor tiene un montón de papelitos con acciones y situaciones de cambio de rol. Por orden cada Caminante tiene que tomar un papelito y escenificar delante de los demás lo que hay escrito. Los demás deberán acertar qué hace. Se trata de hacer la mímica, no se vale hablar (ver anexo “Adivinanzas corporales”).



Luego, reunidos todos en la plaza central, les pide que se muevan por todo el espacio y a la voz de ¡ya! busquen a un compañero y le tocan la espalda o piernas. A quien toquen será su pareja de trabajo para el siguiente ejercicio.

CUERPOS PINTADOS

Con diferentes platos llenos de pintura se pintan el cuerpo de distintos colores de acuerdo al rol que van a representar. Después con un teatro improvisado harán una representación.

PIES EXPRESIVOS

Sobre una superficie muy grande de papel caminan descalzos mojando los pies en pintura de distintos colores. Crearán un gran mural muy interesante.

MÁSCARAS

A partir de diferentes materiales: papeles, cartones, tijeras, cinta adhesiva, cordeles, etc., se harán sus propias máscaras, cada uno con el material que quiera. Con ellas, harán una representación.

MANOS PINTADAS

Con diferentes platos llenos de pintura se pintan las manos de distintos colores de acuerdo con la historia que van a contar. Después con un teatro improvisado harán una representación.

DANZA

Con diferentes materiales de telas y objetos, y con algún tipo de música, montar una coreografía que exprese y cuente una historia.



Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

BETEL

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?
¿A qué me siento invitado por el Señor?

Nota: Con todo lo aprendido en estos talleres, proponemos la realización de un festival durante alguna de las noches del campamento. Se propone a cada tribu que elija un Salmo que exprese cómo se sienten en este minuto del proceso; que elijan también una de las técnicas de expresión corporal de las aprendidas y que, con ambos elementos, preparen una presentación para compartir durante el festival. Con ello, queremos poner en práctica lo hasta aquí aprendido, como a su vez incentivarlos a ir haciendo síntesis de lo vivido.



A LA CONQUISTA DE MAQUEDÁ

OBJETIVO:

Propiciar en los Caminantes el desarrollo de una sana autoestima.

MATERIALES REQUERIDOS:

Tarjetas del taller (una por Caminante).



Reunidos por tribus, el **animador** comenta:



La conquista de la ciudad de Maquedá fue estratégica: conquistar esta ciudad significó apoderarse de una base desde la cual luego organizar el resto de las conquistas. En este sentido, la conquista que ahora haremos será para nosotros también un pilar fundamental en el cual nos apoyaremos para continuar: nuestra próxima conquista es desarrollar una sana autoestima.



Luego, realizan las siguientes actividades:

CONFIANDO EN NUESTRO ORGANISMO¹⁰

El animador da a los Caminantes un trozo de zanahoria y les pide que la coman como ellos acostumbran hacerlo. Después, les da otro trozo de zanahoria y les pide que lo mastiquen hasta que esté líquido y que entonces lo traguen. Después, el animador les pide que describan la sensación que tuvieron al comer la zanahoria lentamente, y cómo creen ellos que es el mejor procedimiento para asimilarla.



El ANIMADOR comenta: La forma o estilo de comer se relaciona íntimamente con la de asimilar nueva información y nuevas ideas. Pero también, se relaciona con cómo nosotros nos disponemos a aceptar e internalizar lo que otros nos dicen.

10. Tomado de <http://members.fortunecity.com/dinamico/dinamica/d0397.htm>



- El **animador** divide a los participantes en grupos de cuatro y les pide que comenten cómo come cada uno de ellos. Por ejemplo, algunos pueden decir "Trago rápidamente sin masticar"; "Mastico rápidamente sin saborear"; "Mastico lentamente antes de tragar sin saborear", o "Mastico antes de tragar y disfruto su sabor".
- Luego, los invita a que busquen la similitud que puede existir entre su forma de comer y la forma en que reciben los comentarios o apreciaciones que otros hacen de ellos. Podrán decir frases como: "Acepto todo lo que me dicen", "No puedo discriminar", "Lo tomo tal cómo viene", "Soy capaz de decidir qué es lo que acepto o qué rehusó por mí mismo", etc.
- Nuevamente reunida la tribu, comentan la actividad y cómo esto se relaciona con una sana autoestima.



El ANIMADOR comenta: En general, una persona con una sana autoestima mastica lentamente y saborea la comida, es decir, no acepta todo lo que le dicen y tal cual como venga. Por el contrario, una persona con baja autoestima en general es muy insegura, siendo muy sensible a lo que otros puedan pensar o decir de ella, comiendo muy rápido, sin saborear y sin ni siquiera masticar.

ACENTUAR LO POSITIVO¹¹



El ANIMADOR comenta: Muchos hemos crecido con la idea de que no es "correcto" el autoelogio o, para el caso, elogiar a otros. Con este ejercicio intentaremos cambiar esa actitud al hacer que en parejas compartamos algunas cualidades personales entre nosotros.

- En este ejercicio, cada Caminante le da a su compañero la respuesta a una, dos o a las tres dimensiones siguientes sugeridas (cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos):
 - Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo.
 - Dos cualidades de mi personalidad que me agradan.
 - Una capacidad que me agrada de mí mismo.

Nota: Dado que la mayor parte de las personas no ha experimentado este encuentro positivo, quizá necesiten un ligero empujón para que puedan iniciar el ejercicio.

11. Tomado de http://www.gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/acentuar_lo_positivo.html



Luego, se recupera el ejercicio:

- ¿Cuántos de ustedes, al oír el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miró a su compañero y le dijo, "Tú primero"?
- ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar el ejercicio?
- ¿Descubrí algo nuevo de mí mismo en este ejercicio?

¿DESCUBRÍ ALGO NUEVO DE MÍ MISMO EN ESTE EJERCICIO?

RONDA DE CARICIAS¹²

El animador pide a los Caminantes que se pongan de pie y formen un círculo. Les indica que cada uno vaya pasando y dé caricias positivas, verbales, físicas, emocionales a sus compañeros. Luego se recoge cómo se sintió cada uno.



Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

MAQUEDÁ

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?
¿A qué me siento invitado por el Señor?

12. Tomado de <http://members.fortunecity.com/dinamico/dinamica/d0652.htm>

A LA CONQUISTA DE JASOR

OBJETIVO:

Desarrollar en los Caminantes la capacidad de empatizar con las demás personas.

MATERIALES REQUERIDOS:

Hojas blancas y lápices, tarjetas del taller (una por Caminante).



Reunidos por tribus, el **animador** comenta:



Como vimos en la conquista anterior, las conquistas que de ahora en adelante enfrentamos requieren apoyarnos en el desarrollo de una sana autoestima. La conquista de las ciudades de Jasor, Gadaón y Hebrón sólo son posibles desde la reorganización que el Pueblo realizó tras conquistar Maqedá. Del mismo modo, las conquistas que realizaremos de ahora en adelante las contemplaremos como un solo bloque: es la conquista de nuestra relación con otros, especialmente a través de ciertas habilidades sociales básicas, como la empatía, la asertividad y la comunicación.



Luego, realizan las siguientes actividades:

PONERME EN TUS ZAPATOS

Se reúne la tribu y todos los Caminantes se quitan los zapatos. Todos de pie, comienzan a caminar en círculo todos dispersos, de modo que se vayan cruzando unos con otros. Deben mirarse a los ojos mientras caminan y sonreír al encontrarse con la mirada del compañero.

Luego de un momento de caminar con los pies descalzos, se les pide que tomen un par de zapatos que no sea el propio y se lo pongan. Nuevamente caminan en círculo dispersos, cruzando miradas y sonriendo. Cuando ya se estime conveniente, se detiene el ejercicio y se sientan en un solo círculo.



El **animador** invita a recuperar la actividad, pidiéndoles que comenten cómo se sintieron en los zapatos de los demás:

- ¿Cómo será la persona que usa esos zapatos?
- ¿Estaban cómodos o incómodos?
- ¿Cómo se habrá sentido aquel Caminante que usó tus zapatos?

EL TRUEQUE DE UN SECRETO

El animador distribuye una hoja a cada uno de los Caminantes. Ellos deberán escribir las dificultades que sienten para relacionarse con las demás personas y que no les gustaría exponer oralmente. El animador recomienda que todos disfracen la letra, para no revelar el autor.

Luego, solicita que todos doblen la hoja de la misma forma, las recoge, las mezcla y las distribuye. El animador indica que cada uno deberá asumir el problema de la hoja como si fuese suyo, esforzándose por comprenderlo. Cada uno leerá en voz alta el problema que hay en la hoja, usando la primera persona "yo" y haciendo las adaptaciones necesarias, para proponer una solución.

La idea es que quien ha recibido el problema, busque una solución que realmente sea viable, empatizando con la situación que otro está viviendo.

El **animador** invita a los Caminantes a sintetizar los aprendizajes de este ejercicio. Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

JASOR

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?
¿A qué me siento invitado por el Señor?

A LA CONQUISTA DE GADAÓN

OBJETIVO:

Desarrollar en los Caminantes la capacidad de decir asertivamente lo que piensan o sienten.

MATERIALES REQUERIDOS:

Pelotas o globos grandes, una copia por Caminante del anexo "Pienso luego digo", lápices, tarjetas del taller (una por Caminante).

Reunidos por tribus, el **animador** recuerda que esta conquista está ligada a la anterior, ya que se fundamenta en ella. Luego, los invita a realizar las siguientes actividades:

SABER DECIR QUE NO¹³

Se forman parejas y a cada una se le entrega una pelota o globo grande. Uno de ellos toma la pelota y la abraza fuertemente. El otro integrante de la pareja debe intentar convencer a su compañero de que le entregue la pelota: primero lo hará suavemente, tan sólo pidiéndosela. Luego, tratará de sobornarlo, hasta que finalmente lo hará de forma más agresiva. En todo momento quien tiene la pelota abrazada debe decir que no, sin entregarla. Luego, se cambian los roles y se realiza nuevamente.

¿QUÉ TAN ASERTIVOS SOMOS?

Luego de realizar dicho juego, el animador invita a la tribu a tomar asiento y contestar individualmente el anexo "Pienso luego digo". Con él, cada uno de ellos podrá medir, más o menos, qué tan asertivos son. Según la tabla de puntuación, se indica un puntaje a cada respuesta y luego se suman todas: a menor puntaje, menos asertivo y a mayor, más asertivo.

13. Tomado de FIETZ, C. Terapia corporal. *En el tratamiento del abuso infantil y juvenil. Manual de Técnicas*. 2008. Editorial Cuatro Vientos. Santiago, Chile.



Una vez que todos ya tienen su resultado, el animador propiciará la conversación en torno a las preguntas del cuestionario, de modo que ellos compartan qué han contestado. Si no se cuenta con mucho tiempo, será necesario focalizar la conversación en las preguntas 2, 4, 7, 9, 11, 13 y 17. Lo rico de la actividad, más que el resultado, será la conversación que pueda surgir. En ella el animador puede dar aportes en vistas a fortalecer la asertividad de los Caminantes¹⁴.



Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

14. En el anexo "Técnicas para fortalecer la asertividad", disponible en www.esperanzajoven.cl, podrás encontrar algunos elementos para compartir con los Caminantes.

GADAÓN

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?
¿A qué me siento invitado por el Señor?

A LA CONQUISTA DE HEBRÓN

OBJETIVO:

Propiciar en los Caminantes el desarrollo de la comunicación verbal y no verbal.

MATERIALES REQUERIDOS:

Un set de materiales para el juego ¿Te cuento lo que vi?, etiquetas (una por Caminante), tarjetas del taller (una por Caminante).



Reunidos por tribus, el **animador** recuerda y relaciona lo vivido en las conquistas anteriores. Luego, los invita a realizar las siguientes actividades:

CADENA DE GESTOS

Se divide a la tribu en dos y un grupo se aleja del lugar en el que están hasta que se les llame de vuelta. La otra mitad del grupo decide un oficio a representar y llama a uno de los Caminantes que salió. Ante él, un voluntario le representa el oficio elegido y el recién llegado observa durante un minuto. Tras ese tiempo, se hace regresar a un segundo Caminante. Quien entró en primer lugar representa el trabajo que ha creído entender. Así hasta completar la cadena de concursantes. El último debe adivinar el oficio que se eligió al principio. Lo más divertido es que el oficio se va degenerando y, lo que inicialmente era un jardinero, acaba siendo una enfermera. El juego vuelve a comenzar cambiando los roles de los grupos.

¿TE CUENTO LO QUE VI?

Para esta segunda actividad, el animador pedirá a los Caminantes que se enumeren. Previamente se han elegido y preparado un set de 5 materiales que se puedan encontrar en el lugar donde se está realizando el campamento (por ejemplo, piedras, flores, hojas, tierra y palitos o ramas de los árboles). Con esos materiales el animador ha creado, en un lugar que sólo él conoce, un dibujo.

Antes de comenzar, el animador pide a la persona que le tocó el último número que permanezca en el lugar en que se encuentran. Luego, va caminando con el resto de la tribu, acercándose al lugar donde está el dibujo. A lo largo del camino va dejando a cada uno de los miembros de la tribu, de modo que sólo llegue con él al lugar del dibujo aquel a quien le tocó el número 1. Sólo él será quien vea el dibujo que ha hecho el animador.

El juego consiste en que sólo el primer miembro de la tribu ve el dibujo, quien cuenta a la siguiente persona lo que ha visto y ésta a la siguiente y así hasta llegar a la última, quien debe recopilar los elementos y dibujar lo que le han relatado. La idea es luego comparar, junto con toda la tribu, qué tan similar con respecto al dibujo inicial es el dibujo que la tribu ha hecho.

CINTAS DE PREJUICIOS¹⁵

El juego que a continuación se propone, busca evidenciar cómo las etiquetas o estereotipos que tenemos de otras personas influyen en nuestra comunicación con ellas. El animador habrá preparado con anterioridad etiquetas para que cada uno de los Caminantes se coloque en su frente. Estas etiquetas tendrán adjetivos como: pesado, patudo, centro de mesa, payaso, tímido, cansado, inmaduro, pegote, o algunas indicaciones como: tiendo a no escuchar lo que me dices, soy una persona poco integrada al grupo, soy nuevo en el grupo y otros que se les pueda ocurrir.

El animador coloca a la altura de la frente las cintas sin que sean vistas por la persona a la que se le coloca. Una vez que todas las personas tienen las cintas puestas se propone un tema a discutir. Cada cual tratará a las demás personas, durante la discusión, en base a lo que para ella significa el estereotipo que le ve en la frente. No hay que decir abiertamente lo que dice, sino tratar a esa persona con la idea que tienes de una persona que respondiera a esa "etiqueta".



Una vez que el **animador** estime que el ejercicio ya se ha cumplido, invita ahora a reflexionar acerca de éste:

- ¿Cómo te han tratado los demás?
- ¿Cómo te ha hecho sentir eso?
- ¿Cómo afecta a la comunicación la primera imagen que te formas de alguien?



Finalmente, se entrega la tarjeta de este taller.

HEBRÓN

¿Qué ha sido lo más significativo de este taller?
¿A qué me siento invitado por el Señor?

15. Tomado de <http://www.edualter.org/material/denip2004/cintas.htm>



CELEBRACIÓN FINAL: RENOVACIÓN DE LA ALIANZA

OBJETIVO:

Celebrar y agradecer al Señor por lo vivido durante este campamento.

MATERIALES REQUERIDOS:

El Arca de la Alianza, cirio, bandera, una Biblia, mapas de la Tierra Prometida, tercer megiláh (en ambos casos, uno por Caminante) y calcomanías de megiláh anteriores (según el número de Caminantes que los hayan completado). Y si es una Eucaristía, incluir también lo necesario para celebrarla.



Se reúne la Asamblea en la explanada. Al centro están el Arca de la Alianza, el cirio y la bandera (lo han estado durante todo el campamento). Dentro del Arca se encuentran: la Biblia, los mapas de la Tierra Prometida, los Megiláh y las calcomanías.



Josué los recibe, dirigiéndose a ellos con las siguientes o similares palabras:



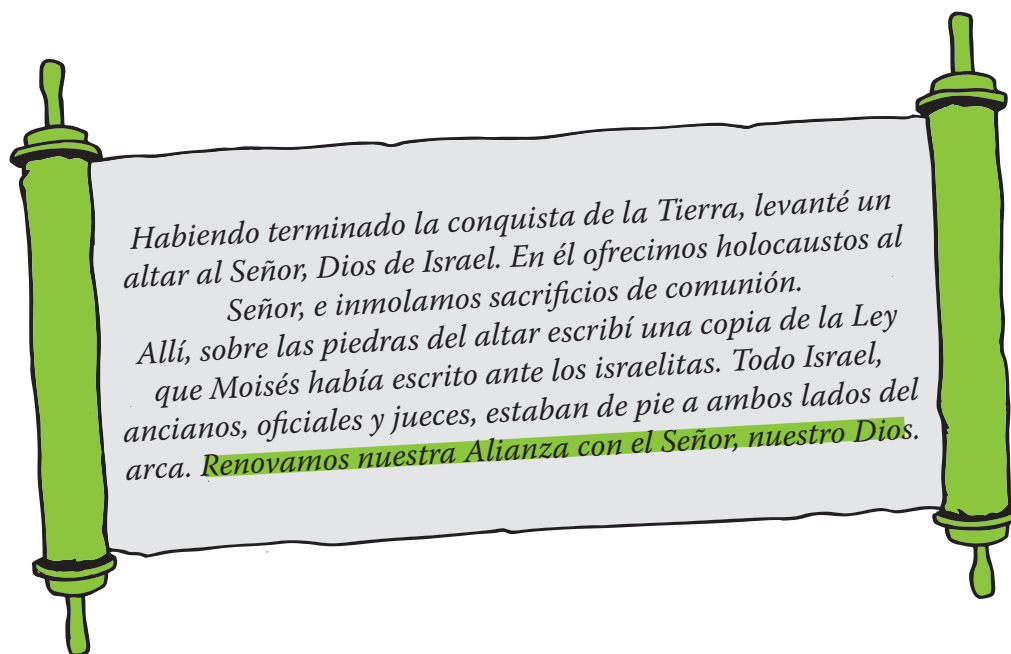
Queridos hermanos Caminantes, ¡felicidades! El Señor los ha llamado a conquistar la Tierra de Canaán, aquella tierra que Él les había prometido y ustedes se han aventurado junto a Él y lo han hecho de maravilla. Cada conquista ha significado todo un desafío, pero más aún, ha significado un gran aprendizaje para cada uno de ustedes.

Por ello nos reunimos aquí, en el lugar donde comenzamos, para dar gracias al Señor por lo vivido y para ponernos nuevamente en sus manos, quedando abiertos a la nueva invitación que Él quiera hacernos.



Luego lee la siguiente adaptación del texto de Josué 8,30-35:





➤ **Josué** vuelve a dirigirse a ellos diciendo:

Comenzamos nuestro campamento celebrando la Alianza que hemos hecho con el Señor. Recordamos lo vivido y tomamos fuerzas para la aventura que estábamos prontos a vivir. Ahora que ya la hemos vivido, queremos volver a los pies del Señor nuestro Dios y renovar con Él nuestra Alianza, diciéndole "Aquí estoy, Señor".

➤ Dicho esto, **Josué** da paso a la celebración de la Eucaristía (si es que cuentan con un sacerdote que los acompañe)¹⁶.

➤ Para la liturgia de la Palabra, ésta es sacada del Arca de la Alianza en un momento solemne, acompañado de algún canto. Las lecturas propuestas son: **1 Corintios 6,19-20; Salmo 138(139), Juan 1,14.**

➤ Como ofrenda, se recogen todas las tarjetas que fueron entregadas al finalizar cada taller. Por tribus, las guardan en un sobre y las presentan, dejándolas al interior del Arca. Ofrecemos al Señor nuestros aprendizajes y especialmente aquellos desafíos y llamadas que el Señor les hace tras vivir este campamento. Al finalizar la celebración, los **Guardianes del Tesoro** de cada tribu deberán recoger las correspondientes a la suya.

16. Si no cuentan con la presencia de un sacerdote, se realiza una liturgia que mantenga también los momentos de lectura y ecos de la Palabra, sólo que tendrá que ser el asesor quien comente las lecturas. Y luego, en el momento equivalente al ofertorio, se comparte lo que nos llevamos de este campamento. Sin comunión, se da paso a la ceremonia de entrega de los mapas y los megiláh.



ENTREGA DE MEGILÁH Y MAPA¹⁷

➤ Tras la comunión, **Josué** procede a entregar el mapa de la Tierra Prometida y el tercer megiláh a todos los Caminantes. También se entregan las calcomanías correspondientes a aquellos Caminantes que hayan completado alguno de los dos megiláh anteriores.

➤ **Josué** se dirige a los Caminantes con las siguientes o similares palabras:

Hemos vivido un nuevo tiempo de preparación, esta vez especialmente intenso. Aún queda por prepararnos... un nuevo año ya vendrá y el camino a la aventura sigue. ¡La misión se acerca! Y como siempre, el Señor quiere entregarles una ayuda en el camino para que sepan que van caminando en buena dirección. No olviden ir trabajando en ellos y conversando con su animador.

➤ **Josué** entrega los Megiláh y las calcomanías a los **animadores**, quienes al terminar la celebración los entregarán a los Caminantes. Luego continúa diciendo:

Pero hoy quiere entregarles algo más... un tesoro que deberán guardar para el inicio de la misión que ya se acerca. Ya que durante este campamento han conquistado, con la ayuda del Señor, la Tierra Prometida, hoy cada uno de ustedes recibirá también un mapa de esta Tierra. Atesórenlo y quárdenlo, pues será fundamental para poder vivir la misión.

➤ Ahora **Josué** entrega a los **animadores** los mapas y concluye diciendo:

Vayamos en la paz del Señor y que el Espíritu de Aquel que nos convoca los acompañe...

PROMESA DE LOS SERVIDORES

➤ Se hacen los gritos de tribu y luego se procede a realizar la promesa de los nuevos servicios que se han elegido la última noche de este campamento. Para dicho rito, utilizar lo propuesto en el encuentro 7 de este segundo episodio. Proponemos que sea esta vez **Josué** quien guíe este momento.

➤ Terminan las tribus haciendo sus gritos, los **animadores** entregan los megiláh, las calcomanías y los mapas, y se preparan para retirarse del lugar.

¹⁷. Ver anexo al final de este cuadernillo.

ANEXO

"MI RELACIÓN CON MI CUERPO"¹⁸

Con frecuencia no apreciamos de la misma manera todas las partes de nuestro cuerpo. Te invitamos a que averigües cómo te relacionas con él.

Pon la letra A en las partes del cuerpo de las que te sientes satisfecho y que te agradan. La letra B para las que pueden pasar y ante las que no sientes ningún sentimiento especial ni positivo ni negativo. Y la letra C para las partes que rechazas, es decir, con las que en este momento encuentras alguna dificultad.

Pon la letra en el paréntesis que hay delante de los nombres de las partes del cuerpo.

- () Forma de la cara
- () Cabellos
- () Ojos
- () Dientes
- () Espalda
- () Brazos y manos
- () Trasero
- () Genitales
- () Rodillas
- () Tobillos
- () Modo de andar
- () Características de piel (color, textura, olor)
- () Nariz
- () Boca
- () Orejas
- () Pecho
- () Cintura
- () Muslos
- () Caderas
- () Pies
- () Altura
- () Peso

Después de responder comparten sus respuestas con su pareja.

18. Tomado de VOPEL, K. *Juegos de integración para adolescentes y jóvenes. Identidad, cualidades y capacidades. Cuerpo, número 2*. 2003. Editorial CCs. Madrid, España. Pág. 248.

ANEXO "MIRANDO MI SENTIR"

Lee atentamente las características que a continuación te presentamos, y marca una cruz según tú creas estar más cerca de uno u otro extremo:

		1	2	3	4	5	6	7	
1.	Introvertido(a)								Extrovertido(a)
2.	Paciente								Impaciente
3.	Alegre								Triste
4.	Tolerante								Intolerante
5.	Sociable								Retraído(a)
6.	Honesto(a)								Deshonesto(a)
7.	Sumiso(a)								Mandón(a)
8.	Cariñoso(a)								Frío(a)
9.	Ordenado(a)								Desordenado(a)
10.	Muy celoso(a)								Poco celoso(a)
11.	Valiente								Temeroso(a)
12.	Tranquilo(a)								Inquieto(a)
13.	Muy enojón(a)								Poco enojón(a)
14.	Responsable								Irresponsable
15.	Muy empático(a)								Poco empático(a)

Ahora lee atentamente las siguientes situaciones que te presentamos y reflexiona cómo te sentirías y reaccionarías ante cada una de ellas. Describe con todo lujo de detalles lo que te ocurriría:

Primera situación: Tienes una mascota regalona a la cual quieres muchísimo. Tanto así, que todas las noches ella duerme en tu cama, aunque a tus padres eso no les agrada mucho. Desde pequeño que la tienes y te ha acompañado en todas tus aventuras.

Sin embargo, ayer sufrió un accidente. Un vecino, sin querer, la atropelló al estacionar su auto. Evidentemente no fue a propósito... ¿Cómo reaccionas cuando tus padres te cuentan lo que ha pasado?

Segunda situación: Estás en el colegio, durante el tiempo de las pruebas globales. Tu asignatura más difícil este año ha sido matemáticas, por lo que la última nota será decisiva. Si te va mal, es posible que repitas de curso. Sabes que si así es, tus padres se enojarán mucho, pues para ellos es un tremendo esfuerzo tenerte en el colegio en que estás. Es la hora de recibir las notas... la profesora las comienza a dictar... ¿Cómo te sientes?

Tercera situación: Un compañero del colegio se ha comprado el último playstation que salió y te ha invitado a su casa a jugar este fin de semana. Cuando le preguntas a tus padres, éstos te niegan el permiso sin darte mayores explicaciones. ¿Cómo reaccionas?

Cuarta situación: Imagina que ha llegado un(a) compañero(a) nuevo(a) a tu clase; han conversado y jugado juntos(as) un par de veces y a ti en verdad te cae muy, muy bien. ¿Cómo le haces saber lo que sientes por él/ella?

Quinta situación: Estás almorzando con tus padres y con tus hermanos. Tus padres te cuentan que están pensando en invitarte a Fantasilandia con algunos amigos. A ti te fascina Fantasilandia, crees que es realmente divertido. Sin embargo, tus hermanos no irán pues están castigados. ¿Cómo te sientes?

ANEXO

"RECONOCIENDO MIS EMOCIONES"¹⁹

Cualquier estímulo ya sea externo (medio ambiente) o interno (mente o cuerpo) genera en nosotros una emoción que nos va a llevar a tener determinada conducta.

Diremos entonces que una EMOCION es el significado subjetivo y sentido que se le da a una experiencia. Esto quiere decir que según cómo cada uno interprete una situación será la emoción que sienta, por eso ante un mismo hecho distintas personas sienten distintas emociones.

Las emociones se clasifican en emociones auténticas y emociones sustitutivas. Las emociones auténticas son aquellas que son adecuadas en calidad, intensidad y duración a la situación aquí y ahora. Y éstas son cinco: a) Alegría o placer; b) Afecto; c) Miedo; d) Rabia; e) Tristeza

Cada una de estas emociones tiene una finalidad:

EMOCIONES AUTÉNTICAS	SENTIDO O FINALIDAD
Alegría, Placer	Mantener la satisfacción para seguir haciendo algo, elevar las defensas del organismo, aumentar el atractivo social.
Afecto	Indicar atracción emocional, dar y recibir caricias, cargar nuestra batería biológica, elevar las defensas del organismo, mantener nuestras relaciones más próximas.
Miedo	Prepararse para los peligros reales captados o intuitos, actuales o potenciales.
Rabia	Defendernos, poner límites, demostrar lo que nos molesta. Confrontar e inducir a cambios de otros.
Tristeza	Aceptar las pérdidas de personas queridas, bienes, ilusiones, así como limitaciones reales.

RABIA

Cada emoción abarca toda una gama de distintas intensidades, o sea que los extremos de la rabia serían el odio por un lado y el desagrado por el otro.

Como dijimos la finalidad de esta emoción auténtica es defendernos cuando nos agreden, cuando no nos respetan, poner límites, delimitar nuestro espacio. Si alguien muestra rabia, la conducta apropiada de la otra persona sería permitir su expresión y después analizar el problema que la provocó.

TRISTEZA

La gama de la tristeza va desde una tristeza leve hasta una tristeza muy profunda. La finalidad de la tristeza es aceptar las pérdidas de personas queridas, ilusiones, bienes materiales, la salud, etc.

Todos a lo largo de la vida sufrimos distintas pérdidas, algunas inevitables y a veces son más de ilusiones que de realidades. A través de sentir y expresar tristeza uno puede centrarse sobre la pérdida, elaborarla y finalmente decir adiós, superando las ataduras con el pasado. Si el duelo es elaborado gradualmente se recupera la motivación para nuevos vínculos y emprendimientos.

La conducta apropiada cuando alguien expresa tristeza es dejar expresarla (no decir: no llores) y darle protección, el contacto físico es la manera más potente de dar protección, según sea la cercanía puede ser una mano apoyada en el hombro, un abrazo, etc.

¹⁹. Adaptado de www.haciaeldespertar.org/expresion2.htm



MIEDO

En este caso la gama puede ir desde el terror intenso hasta una ligera aprensión. Como dijimos la función del miedo es prepararnos y protegernos de algún peligro real. Y la conducta apropiada de los demás ante alguien que siente miedo es protegerlo, ayudarlo (decir: "no tienes que tenerle miedo" induce a reprimir la emoción auténtica). El miedo nos puede salvar la vida, no sentir miedo genuino conduce a diversos grados de autodestrucción.

Sin embargo, muchos creen que "los hombres no deben tener miedo" (esta creencia es tanto de hombres como de mujeres) o que tener miedo es ser cobarde. El realmente valiente es quien actúa a pesar de sentir miedo.

AFECTO

El afecto puede abarcar desde un amor intenso, una pasión, hasta el aprecio y la simpatía que podemos sentir por alguien. El afecto sirve para indicar la atracción emocional, dar y recibir caricias, apoyo, protección, determinar y mantener nuestras relaciones más próximas. Es fundamental tanto para la salud mental como física. Tener afecto y un buen grupo de apoyo ayudan a superar situaciones estresantes.

Es bueno diferenciar el afecto del atractivo sexual, que es más una sensación corporal, fisiológica, ya que a veces se confunden. Si bien lo óptimo es la combinación de ambas cosas, pueden darse también separados. La conducta apropiada para cuando alguien expresa afecto es aceptarlo y retribuirlo.

ALEGRÍA/PLACER

La alegría puede variar entre una intensa euforia hasta sentirse contento. Su función es la de mantener el interés por seguir haciendo algo, aumentar las defensas del organismo y aumentar el atractivo social. La alegría, el placer, la felicidad, el disfrute activan la energía y aumentan la motivación para cumplir tareas y metas.

O sea, que tendemos a hacer lo que nos gusta, aunque a veces el disfrute no sea inmediato. Podemos soportar etapas desagradables para lograr placer en un mediano o largo plazo. Por ejemplo, entrenamientos deportivos agotadores, prácticas repetitivas de instrumentos musicales, o estudios aburridos para disfrutar los resultados al cabo de ciertos plazos.

Y la conducta apropiada ante alguien que expresa alegría es aprobarla o compartirla. Hay familias que son más alegres que otras y dentro de la familia también habrá personas que son más alegres que otras. De este estado de ánimo general en la familia o de los personajes más significativos para uno dependerá si uno tiene más o menos permiso interno para expresar la alegría. Y eso nos dará a su vez más o menos permiso para disfrutar de los logros.

Expresión adecuada de emociones

Ya habrán notado que dentro de las emociones auténticas hay algunas que son placenteras y otras que son displacenteras. Dentro de las primeras están la alegría y el afecto y dentro de las segundas la tristeza, la rabia y el miedo.

También se sabe que las personas tendemos a buscar el placer y a alejarnos del displacer. Esto no está mal pero hay situaciones donde lo más sano es sentir y expresar una emoción auténtica displacentera. No es bueno evitarlas siempre y tampoco es posible.

Parecería ser entonces que las emociones son como una manifestación interna que tiene que ser

expresada como parte de nuestro ser y pugna por salir a la superficie de cualquier manera. En otras palabras es imposible reprimir las emociones, estas necesitan expresarse adecuadamente o a través de alguna emoción sustitutiva aprendida en la infancia con un costo extra (el animador explica lo que son las emociones sustitutivas) o, en otros casos, a través de síntomas físicos.

Algunos beneficios de la expresión de las emociones auténticas son:

- Incrementar la salud mental y física
- Aumentar la autoestima
- Hacer frente a situaciones conflictivas
- Aumentar la autoconciencia (tener más conciencia de uno mismo, de sus pensamientos y sentimientos)
- Mejorar e incrementar las relaciones interpersonales
- Poner límites adecuados e imponer mi autoridad
- Poder manifestar mi enojo adecuadamente
- Cortar los vínculos nocivos
- Tener mayores logros en todas las áreas.

Imagino que ya se habrán preguntado, y si no es el momento de hacerlo:

- **¿Cuál es la emoción auténtica que más me cuesta expresar?**
- **¿Cuáles son las emociones sustitutivas que siento más frecuentemente?**
- **¿Cómo pienso que aprendí esta manera de expresarme?**

La primera tarea es la autoobservación: detectar qué se siente ante un hecho, pasando luego a averiguar por qué. Hay varias técnicas para aprender a expresar adecuadamente las emociones (por ejemplo poder expresar enojo sin ser agresivos). Pero básicamente deberemos empezar a darnos a nosotros mismos los permisos internos para expresar las emociones que más nos cuestan.



ANEXO

"ADIVINAZAS CORPORALES"²⁰

La mayoría de las frases están formuladas en masculino pero aceptan perfectamente el femenino.

Un turista japonés que se ha perdido	Uno que toca el violín	Un pintor de paredes
Un jugador de "bolos"	Un salvavidas	Un robot de la Guerra de las Galaxias
Un maratonista	Un chofer de coche caro	Un caballero de la Edad Media
Un lanzador de disco olímpico	Un policía que pone multas por nada	Un jugador de hockey en pasto
Un cantante de ópera	Un patinador sin patines	Un profesor de educación física
Un guitarrista de rock	Uno que toca la batería	Un entrenador de fútbol
Un mimo	Un conductor de auto de carreras	Uno que pasea el perro
Un jugador de baloncesto	Un jardinero que corta el pasto	Un pintor artístico
Un pescador de agua dulce	Un portero de fútbol	Un boxeador
Uno que caza mariposas	Uno que escribe a máquina	Un jugador de volley-ball
Un cantante de rock pesado	Un apicultor de abejas	Un patinador artístico
Uno que no para de hacer fotos	Uno que corta leña	Una cocinera muy especial
Un domador de leones	Un director de orquesta	Un guardia de seguridad
Uno que baila música electrónica	Uno que recoge florecillas	Uno que practica el tiro en arco
Uno que rema en barca	Uno que hace surf	Un periodista pesado

20. Tomado de <http://www.pjcweb.org/>

ANEXO

"PIENSO LUEGO DIGO"²¹

1 Me cuesta aceptar un cumplido

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

2 Temo señalarles sus errores a otros, aun si estoy seguro(a) que están equivocados

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

3 Me cuesta decirle a alguien que me gusta o que la pasé bien

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

4 Evito ocuparme de situaciones difíciles o enfrentamientos

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

5 Tiendo a ser el / la líder en mi grupo de amigos

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

6 Siento que la gente se aprovecha de mí

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

7 Hablar con personas de autoridad me hace sentir nervioso(a) o inseguro(a)

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

8 Me siento y actúo con confianza en mí mismo(a)

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

9 Expreso mis opiniones aun si otros en el grupo no están de acuerdo conmigo

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

10 Me siento incómodo(a) al halagar a alguien

- ___ a) siempre
___ b) casi siempre
___ c) a veces
___ d) casi nunca
___ e) nunca

21. Tomado de <http://www.helios3000.net/tests/asertividad.shtml>



11 Expreso mis sentimientos abiertamente

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

12 Me siento en libertad de expresarle mi desacuerdo a alguien en posición de autoridad

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

13 No tengo nada que perder al preguntar delante de otras personas

- ☐ a) totalmente de acuerdo
☐ b) de acuerdo
☐ c) no lo sé
☐ d) en desacuerdo
☐ e) totalmente en desacuerdo

14 Después de una discusión, reproduzco la situación en mi memoria pensando en todas las cosas que pude decir y lamentando no haberlas dicho, o deseando haber tenido el valor de decirlas

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

15 Me siento cómodo(a) al decir "No"

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

16 Cuando salgo con alguien, hacemos lo que esa persona sugiere, aun si yo quiero hacer algo diferente

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

17 Soy capaz de expresar mi descontento a un amigo(a) o compañero(a) si siento que es justificado

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

18 Cuando me cobran de más en una tienda, se lo hago saber al cajero

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

19 Tiendo a quedar sin habla cuando me dejan a solas con una persona que encuentro atractiva

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

20 Cuando le presto algo a un amigo(a) y olvida regresarlo, me siento cómodo(a) al recordárselo

- ☐ a) siempre
☐ b) casi siempre
☐ c) a veces
☐ d) casi nunca
☐ e) nunca

TABLA DE PUNTUACIÓN

	A	B	C	D	E
Pregunta 1	1	2	3	4	5
Pregunta 2	1	2	3	4	5
Pregunta 3	1	2	3	4	5
Pregunta 4	1	2	3	4	5
Pregunta 5	5	4	3	2	1
Pregunta 6	1	2	3	4	5
Pregunta 7	1	2	3	4	5
Pregunta 8	5	4	3	2	1
Pregunta 9	5	4	3	2	1
Pregunta 10	1	2	3	4	5
Pregunta 11	5	4	3	2	1
Pregunta 12	5	4	3	2	1
Pregunta 13	5	4	3	2	1
Pregunta 14	1	2	3	4	5
Pregunta 15	5	4	3	2	1
Pregunta 16	1	2	3	4	5
Pregunta 17	5	4	3	2	1
Pregunta 18	5	4	3	2	1
Pregunta 19	1	2	3	4	5
Pregunta 20	5	4	3	2	1



ANEXO EVALUACIÓN Y RENOVACIÓN DE LOS SERVICIOS

HAY FIESTA EN BETEL



- Se inicia este momento cantando y luego rezan la oración de la tribu.

EN LA TIENDA DEL ENCUENTRO



- Luego, el **animador** invita a la tribu a reunirse en un círculo y a hacer silencio. Ayudado por el **Levita**, harán un sencillo momento de oración, en el cual dispongan el corazón para mirar con profundidad el camino recorrido, agradecer el servicio realizado y a su vez disponerse para asumir algún servicio.
- El **animador** cuenta que en este momento evaluarán fraternalmente los servicios que hasta ahora algunos de ellos han realizado. Para ello, invita a que los que hasta ahora han sido el **Guardián del Tesoro, el Escribano, el Levita, el Artesano y el Juez**, comenten cómo ha sido su experiencia, centrándose especialmente en: *¿Cómo se han sentido? ¿Cuál ha sido el mayor aprendizaje?* Después de un momento se les pide que compartan las preguntas.
- Luego, en un ambiente de mucho respeto, el resto de la tribu los retroalimenta, comentando cómo ellos han percibido su servicio al interior de ella. Se sintetizan los principales aprendizajes y se les da un abrazo como signo de agradecimiento del servicio que se ha hecho.
- Una vez terminado este primer momento, el **animador** invita a que vuelvan a elegir a los Caminantes que, a partir de ahora, asumirán cada uno de los servicios. No pueden ser reelegidos para realizar el mismo servicio, pero sí para otro, tampoco una misma persona para dos servicios. También, si así se sienten invitados, se pueden autoproponer. Al igual que la vez anterior, la elección se hará por votación secreta.

El ANIMADOR comenta: Como en otras ocasiones la elección no debe hacerse por lazos de amistad ni por simple simpatía, ni tampoco solo por capacidades, también hay que tener en cuenta la promoción de los otros para seguir capacitándose para la misión. Es importante tener en cuenta lo comentado en el momento de la evaluación. Lo central es estar atentos a descubrir cuál es la voluntad del Señor para su tribu: ¿A quién crees tú que el Señor elegiría para dicho servicio?

- En un ambiente de silencio, respeto y oración, cada uno de los Caminantes hace su votación secretamente y entrega al animador su voto. Una vez que tenga reunidos todos los votos, invitará a los Caminantes a compartir brevemente la siguiente pregunta: **¿Estaría yo dispuesto a asumir un servicio para la tribu?** Comparten las respuestas.
- Después el **animador** contabiliza los votos y un Caminante va anotando en un cuaderno los resultados. Luego, en un ambiente de mucho respeto el animador enciende el fuego en la vasija de greda y nombra a quienes fueron elegidos, recordándoles en síntesis cuál es su rol.



Luego, el ANIMADOR comenta: Al igual como estos papeles se consumirán en el fuego, cada uno de ustedes deberá entregarse en su tarea de servir, están llamados como el fuego a dar calor, luz y generar comunión dentro de la tribu gracias a su disposición de servir.

- Le pregunta a cada Caminante elegido si acepta; una vez que todos han aceptado²² se queman los papelitos. Cada servicio saliente entrega sus signos y objetos al nuevo, y le da un fuerte abrazo, deseándole lo mejor en su servicio. Se le da un gran aplauso.



DESCALZOS EN EL MONTE SINÁI

- El **animador** invita a que el nuevo **Levita** lea el siguiente texto tomado de 1 Reyes 19, 19-21:

*“Elías partió de allí y se fue en busca de Eliseo, hijo de Safat, que estaba arando; tenía doce yuntas de bueyes, y él llevaba la última.
Elías pasó junto a él y le echó encima su manto.
Eliseo dejó la yunta, corrió detrás de Elías, y le dijo:
-Deja que me despida de mi padre y de mi madre; luego te seguiré.
Respondió Elías: -Yo no te lo impido; vete pero regresa.
Eliseo se apartó de Elías, tomó la yunta de bueyes y la sacrificó.
Coció luego la carne, sirviéndose de la madera del yugo y la distribuyó entre su gente, que comió de ella.
Luego se fue detrás de Elías **y se consagró a su servicio.**”*

22. Si alguno de los Caminantes está dudoso de aceptar o bien no quiere hacerlo, el animador invitará a la tribu a animarlo a ello. Si aún así no quisiese, el animador indica cuál fue el Caminante que sacó la segunda votación y se le pregunta si él o ella acepta el servicio.



Claves para el texto bíblico: *Eliseo cuyo nombre significa “Dios es salvación”, fue el sucesor de Elías. Eliseo era campesino, por lo que siempre fue muy cercano al pueblo, sintió compasión especial por los pequeños y sencillos. El llamado de Eliseo es por elección: Elías le entrega su manto, como signo de confianza e inicio para prepararse a la misión que se le encomendará.*



El ANIMADOR comenta: Pasar el manto es signo de pasar la estafeta, para el que la reciben o continúa es signo de la confianza que la tribu le otorga y para los que entregan su servicio es signo de libertad de no apegarse a un servicio sino crecer en la actitud de servir más que en el rol.



Se cierra con un momento de oración.



Hacen su grito de tribu, celebrando que han concluido la elección de hoy.



TERCER MEGILÁH

1. Me interesa conocer y valorar con paz mis capacidades y debilidades, porque me siento aceptado y amado por Dios como soy.
2. En general mantengo una buena alimentación, aseo y apariencia física, como expresión de amor a mí mismo, a los demás y a Dios.
3. Realizo deportes o ejercicios y respeto los tiempos de descanso, cuidando la salud de mi cuerpo, que es también don del Señor.
4. Soy capaz de reconocer lo que me pasa y darle nombre a las emociones que siento (alegría, rabia, pena, etc.).
5. Soy capaz de expresar adecuadamente lo que me ocurre, en el momento adecuado y a la persona que corresponde.
6. Intento vivir y expresar con mis actitudes el amor de Dios Padre que experimento en mi vida.
7. Soy cariñoso con mis seres cercanos: padres, abuelos, hermanos, amigos, compañeros, como expresión del amor de Dios que vive en mí.
8. Soy capaz de ponerme en el lugar de los demás, siendo sensible y respetuoso con mis hermanos de tribu.
9. Soy capaz de afrontar los conflictos sin agresiones, de una manera adecuada y constructiva, tal como me invita el Señor, mi Dios.
10. Soy respetuoso del cuerpo y de las emociones de los demás, pues reconozco en ellos dones maravillosos de nuestro Creador.

* Al completarse el 80% de esta ficha, se entrega la calcomanía del cruce del Mar Rojo.

BIBLIOGRAFÍA TERCER BLOQUE

- *Biblia Católica para Jóvenes*. 2005. Editorial Verbo Divino. Estella (Navarra), España.
- BUSTILLOS, G., y VARGAS, L. *Técnicas participativas para la educación popular. Tomo I*. 1990. IMDEC. Guadalajara, México.
- DÍAZ, J., VALENZUELA, E. *Aplicando las inteligencias múltiples en la educación de la fe*. 1999. Editorial Don Bosco S.A. Santiago, Chile.
- GONZÁLEZ, M. *Prohibido estar solo*. 1997. Instituto de Catequesis, Arzobispado de Santiago. Santiago, Chile.
- IRURE, M., LARRAÑETA, J. *Catequesis Bíblicas para jóvenes y adultos*. 1997. Editorial CCS. Madrid, España.
- KLAUS W., V. *Juegos de integración para adolescentes y jóvenes. Identidad, cualidades y capacidades. Cuerpo, número 2*. 2003. Editorial CCs. Madrid, España.
- MARINS, J., y otros. *Dinámicas*. s.f.e. Editorial Enrique de Ossó. Guadalajara, México.
- SALETE PEREIRA, M. *200 juegos para la escuela, los grupos, la catequesis*. 1994. Ediciones Dabar. México.
- <http://www.marianistas.org/juegos/>
- FIETZ, C. *Terapia Corporal. En el tratamiento del abuso infantil y juvenil. Manual de Técnicas*. 2008. Cuatro Vientos Editorial. Santiago de Chile.



