

RUTA DE FORMACIÓN PARA LA VIDA EN PLENITUD

Transformar en clave
de capacidades 



Fe y Alegría
Colombia

Movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social

RUTA DE FORMACIÓN PARA LA VIDA EN PLENITUD

Transformar en clave
de capacidades 



Fe y Alegría
Colombia

Movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social

Fe y Alegría Colombia

Víctor Murillo Urraca
Director Nacional

Esta Ruta de Formación fue construida a partir de las reflexiones realizadas con los Directores/as Regionales, y los integrantes de los equipos nacionales de Pastoral, Desarrollo Comunitario, Primera Infancia, Gestión de Aula y Centro, Educación Técnica y Tecnológica, Capacidades y Competencias para la Vida, Orientación Escolar y Coordinación Federativa de Calidad.

Equipo gestor y organizador de contenidos:

Lucía Ardila
Jaime Benjumea
Amanda Josefina Bravo
Sabrina Burgos Capera
Hernando Gálvez S.J.
Nicolás Riveros
Claudia Marcela Vega

Corrección de estilo

Amanda J. Bravo

Diseño y diagramación

María Fernanda Vinuesa

Impresión

Ladiprint Editorial S.A.S

Fe y Alegría Colombia
Carrera 5 No. 34 - 39
Teléfono: 3209360
Fax: 3209360 ext. 102
Página web: www.feyalegria.org.co
Email: dirnal@feyalegria.org.co

Primera edición: 5000 ejemplares
Fecha de publicación: Mayo de 2016

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

Fe y Alegría Colombia
Ruta de Formación para la Vida en Plenitud
ISBN: 978-958-8365-66-4



Pag.

Presentación	9
1. Las prácticas hacen posible la Ruta	11
2. Referencias Bibliográficas	49

Presen- tación

Fe y Alegría, como propuesta nacional, incursiona en la innovación con el proyecto de Habilidades para la Vida. Posteriormente este proyecto se complementa con el programa Capacidades y Competencias para la vida. Hoy, seguimos innovando y ampliando el espectro con la Ruta de Formación para la Vida en Plenitud. Es la gran apuesta innovadora de Fe y Alegría, lo que nos identifica y lo que nos diferencia. Lo que nos hace ser lo que queremos ser.

Todos los pentagramas inician con la clave desde donde debe leerse e interpretar la música. Hablando musicalmente, la interpretación de la Ruta de Formación para la Vida en Plenitud se ejecuta en clave de expansión de las capacidades humanas. Su función es ubicar la entonación para los intérpretes y se convierte en la cualidad desde donde se diferencian los sonidos. En este caso es una notación musical que se conecta directamente con la Misión de Fe y Alegría y apunta el foco de nuestra actuación educativa en la construcción de paz y ciudadanía. Esta es una pieza musical que bien interpretada garantiza la educación integral con la que nos nombramos.

Nuestra apuesta es clara y concreta: transformar en clave de capacidades. Este será el punto de referencia para determinar el resto de las notas. La partitura queremos que suene, que se entone desde la creación y desarrollo de las capacidades necesarias para luchar y alcanzar una vida digna para todos y todas.

Entonémonos como orquesta para que alcancemos una vida plena.

Víctor Murillo U.
Director Nacional
Fe y Alegría de Colombia



A maj9

A maj9



LAS Prácticas
hacen
posible
la Ruta

LAS Prácticas hacen posible la Ruta

Fe y Alegría de Colombia ha hecho explícita en la Misión del Mapa Estratégico hacia el 2020, la intencionalidad de constituirse en un actor de construcción de Paz y ciudadanía que contribuye a la movilidad social, la equidad y la vida digna de las personas en contextos de pobreza y exclusión social. Para ello, trabaja por desarrollar y potenciar capacidades en los niños, niñas, jóvenes y adultos para que sean agentes de cambio.

En este marco, se propende por el diseño, la organización y puesta en marcha de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud* como columna vertebral que promueva el derecho a una educación de calidad para todos y todas, en perspectiva de reconocer que las personas necesitan y deben ser educadas para desarrollar sus potencialidades, para hacer vigentes sus derechos y participar plenamente de la sociedad.

La *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud* tiene como punto de partida la lectura crítica de la realidad, y hoy más que nunca esa realidad nos invita a tener como principio organizador de la

propuesta pedagógica el sostenimiento de la vida en todas sus manifestaciones; por ello, el horizonte de la propuesta educativa y esta Ruta, se enmarcan en el enfoque del Buen Vivir considerando tres condiciones esenciales: *la vida digna, la cultura de paz y la ética del cuidado*.

El **Buen Vivir** según Acosta (2008), busca en su formulación básica la relación armoniosa entre los seres humanos y de estos con la naturaleza; desde dicho paradigma, se persigue la defensa de la vida en plenitud y un equilibrio en las relaciones entre las personas, la sociedad y la naturaleza. En este sentido, el **Buen Vivir** se erige como una propuesta alternativa a los modelos de desarrollo basados únicamente en la explotación de la naturaleza y de los seres humanos (Gudynas, 2011) y no está sesgada a los ideales de consumo y acumulación sino a una nueva forma de sostenibilidad humana que necesita del planeta para subsistir.

El **Buen Vivir** implica abrirse al mundo y estar en armonía con él, pero, para lograr esa vida plena, una condición esencial es hacer realidad esa frase que se pronunció hace ya más de 67 años, y que sentó la base común que permitió elaborar la Declaración Universal de los Derechos Humanos: “Todos los seres humanos tienen igual dignidad”. Bajo este sencillo pero potente principio, fue posible congregarse a los representantes de las distintas regiones del mundo, con sus diversas visiones y creencias sobre el bien, la justicia y la religión, y establecer un ideal común para los pueblos y naciones en cuanto a la protección de los derechos humanos.

Desde esta identificación de la dignidad como asunto central de la realización humana, se toma conciencia del valor intrínseco y no negociable de la persona. En esta medida, el ser humano “no es solamente algo, sino alguien capaz de conocerse, poseerse y darse libremente en comunión con otras personas” (Papa Francisco, 2015). El reconocimiento de la dignidad como realidad radical le imprime a esta idea un carácter absoluto. En palabras de Francisco de Roux (2012), esta dignidad no puede crecer ni disminuir, y “es igual para todos y todas siempre”.

Así, este principio se constituye en la piedra de toque para poder pensar en la vida digna como vida en plenitud, vida buena o vida

querida para todos y todas. La noción de vida digna se encuentra estrechamente ligada a la idea de justicia y nos permite trascender el marco jurídico de asignación de derechos, para pensar en el horizonte normativo de una vida común que pueda ser disfrutada por todos y todas plenamente.

En Fe y Alegría, asumimos el concepto de vida digna como referente y condición para la implementación de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud* de niños, niñas, jóvenes y adultos, a partir de los aportes de distintas corrientes de pensamiento político y social.

Asimismo, desde el marco de las teorías de la justicia, la noción de vida digna se construye como un referente ético para discutir la asignación de bienes, servicios y oportunidades en una sociedad, así como el diseño y función de sus principales instituciones. Los aportes de Amartya Sen (2010) y Martha Nussbaum (2007; 2012), permiten concebir la vida digna como aquella en la que se garantizan las condiciones y los recursos necesarios para que la gente pueda desempeñar ciertas funciones o, en términos más precisos, desplegar sus capacidades.

Así, la vida digna, también como una de las condiciones del Buen Vivir, es aquella en la que se asegura un bienestar elemental en términos de mortalidad (aseguramiento de la vida), salud física, integridad corporal, educación, emocionalidad, sociabilidad, interdependencia con la naturaleza, juego y control sobre el entorno inmediato y la propia concepción del bien de cada persona. Consecuentemente, cuando no están dadas las condiciones para que todos y todas puedan vivir de manera digna, plena y satisfactoria, es necesario realizar las acciones ciudadanas que permitan transformar la realidad para que se ajuste con este fin.

De otro lado, desde el enfoque del *Buen Vivir*, los individuos se configuran a partir de sus relaciones de familia, de comunidad, de sociedad, en donde encuentran su referente de identidad. Por ello, desde la presente situación, vale la pena agregar la importancia de construir comunidades y sociedades en las que se propicien relaciones de reconocimiento intersubjetivo que permitan desarrollar en las personas los sentimientos de respeto, autoconfianza y autoestima necesarios para que construyan una imagen positiva de sí

mismas y su identidad. En términos de vida digna, esto supone un cuestionamiento profundo a las relaciones, instituciones y sistemas que naturalizan esquemas de invisibilización, desprecio y discriminación de ciertas personas y formas de vida (Fraser 2003; Honneth, 1998, 2009, 2014).

La segunda condición que guía nuestra Ruta de formación en el horizonte de *Buen Vivir*, es la construcción de una *cultura de paz* como tema de agenda permanente, porque los seres humanos vivimos inmersos en relaciones que suelen tornarse conflictivas y derivar con frecuencia en acciones de maltrato y violencia, situaciones que quisiéramos superar fortaleciendo, desde la Ruta de Formación, las relaciones de confianza, de mutuo respeto, la disposición al diálogo y el encuentro e inclusión de todas y todos para hacer posible una vida justa y digna.

En el desarrollo de la *cultura de paz* tomamos como referencia inicial la definición de las Naciones Unidas (1998, citada en Unesco, s.f., s.p.), consignada en la Resolución A/52/13, según la cual:

[la] *cultura de paz* consiste en una serie de valores, actitudes y comportamientos que rechazan la violencia y previenen los conflictos tratando de atacar sus causas para solucionar los problemas mediante el diálogo y la negociación entre las personas, los grupos y las naciones; además, señala ocho (8) ámbitos de acción: (1) promover una *cultura de paz* por medio de la educación; (2) promover el desarrollo económico y social sostenible; (3) promover el respeto de todos los Derechos Humanos; (4) garantizar la igualdad entre mujeres y hombres; (5) promover la participación democrática; (6) promover la comprensión, la tolerancia y la solidaridad; (7) apoyar la comunicación participativa y la libre circulación de información y conocimientos; (8) promover la paz y la seguridad internacionales (Unesco, s.f.) (Cfr. SED, Ardila, Bravo, Burgos, Martínez, Mejía y Vega, 2015, p. 17).

En este sentido, la paz se entiende como una elaboración personal y social influenciada por la propia historia de vida, la visión religiosa, los derechos humanos, entre otros aspectos que nos permiten cuestionarnos acerca de “quiénes somos y cómo fortalecemos nuestra identidad en el encuentro con otras y otros iguales, pero diferentes de mí, plenos en dignidad y derechos, [con experiencias personales]

que nos han permitido elegir, vivir y decidir según múltiples opciones” (Vega, 2015, p. 40).

Esta idea es reafirmada por Martínez (2015), quien dice que “(...) el eje rector que orienta (...) la construcción armónica de sí mismo o de sí misma [es la dignidad humana]; por ello, se puede afirmar que lo justo para que haya paz (...) es reconocerse como una persona única y valiosa en sí misma” (p. 49).

Algunos teóricos categorizan la paz desde distintas perspectivas, entre ellas la paz positiva, la paz negativa, la paz imperfecta, entre otras. Todas ellas, iluminan las comprensiones y prácticas desde las cuales tanto los grupos humanos, las sociedades y Fe y Alegría a través de esta Ruta, proyectan la construcción de una cultura de paz.

Desde la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*, nos acercamos a una perspectiva y vivencia de la paz que va más allá de la ausencia de violencias, para realizar acciones transformadoras que permitan, como dice Vega (2015), “el despliegue de la vida y desarrollo de actitudes que nos permiten comprender y asumir las situaciones de conflicto que se nos presentan en nuestra cotidianidad, como oportunidades para la construcción de acciones que nos generan un mutuo beneficio, es decir, nos acercan y acortan distancias” (p. 40).

Ahora bien, desde el horizonte del *Buen Vivir* y siguiendo la reflexión de la Compañía de Jesús (2015), construir cultura de paz en Colombia implica el desarrollo de tres fases que se caracterizan por ser dinámicas y ajustadas a las necesidades particulares de los grupos sociales que participan en su implementación en los diversos territorios. Estas son:

- **Hacer la paz:** que implica según Guerrero (2015), “hacer las paces entre los opositores, contradictores o enemigos” que les permitan llegar a acuerdos para garantizar la no repetición de situaciones de violencia.
- **Mantener la paz:** que señala García (2015) busca evitar el reinicio o la reanudación del conflicto violento, con la implementación de estrategias de prevención cuando el conflicto es latente, y de contención cuando éste escala. Asimismo, es im-

portante de acuerdo con Guerrero, crear condiciones de auto sostenibilidad para lograr una paz estable y duradera.

- **Construir la paz:** siguiendo a Guerrero (2015), implica acciones de consolidación de la paz, frente a las causas posibles de la violencia, favoreciendo la estabilidad política y económica de los territorios y en ellos “generar espacios políticos altamente participativos e incluyentes que permitan excluir el uso de las armas y la violencia en el campo político de la sociedad” (citado en Compañía de Jesús, 2015).

Fe y Alegría favorece la construcción de *cultura de paz* y regeneración del tejido social desde una apuesta educativa, que incluye la formación personal y su proyección a las acciones colectivas y organizadas que sean posibles desde sus contextos.

La tercera condición que se estipula en el horizonte del *Buen Vivir*, se relaciona con la tensión que a lo largo de la historia de la educación se ha dado entre dos dimensiones o ejes: el individual-comunitario, por un lado, y el de conocimiento-afectividad, por el otro. Tradicionalmente, se ha privilegiado el enfoque individual y el del conocimiento. Es un problema muy complejo que no abordaremos en este momento, pero sí nos corresponde hacer opciones, por lo cual, sin descuidar el conocimiento, queremos privilegiar la afectividad y sin descuidar el eje individual y de autonomía personal, enfatizaremos lo comunitario, solidario y compasivo. Estos ejes que privilegiamos, los encontramos representados en el enfoque de la ética del cuidado.

La ética tiene dos acepciones posibles: “como una disciplina que se ocupa del tratado del bien y del mal”, o como el “conjunto de rasgos y modos de comportamiento que conforman el carácter o la identidad de una persona o una comunidad” (ethos, RAE, 2014). En el marco de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*, se asume desde esta segunda acepción, en la que existe un convencimiento que lo que forma y ayuda a transformar a las personas y a los grupos es el ambiente; y aunque no se desconoce que el sano uso del conocimiento para analizar, valorar y enfocar los problemas de convivencia da sus resultados (como lo practicó Kohlberg con los dilemas éticos), la apuesta está por el lado de crear ambientes saludables y

emocionalmente acogedores, como clima propicio donde broten y se potencien las capacidades y competencias de niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

La *ética del cuidado* se inspira en el desarrollo histórico y cultural asignado fundamentalmente a las mujeres para atender las necesidades básicas de la comunidad, que en el ámbito de las relaciones interpersonales se caracterizan por cuidar, arropar, proteger, amar, ser solidarias y compasivas y que se van expandiendo a partir de lo individual, al medio ambiente, a la naturaleza (plantas, huertas, jardines, animales) y, finalmente a lo público.

Rosa Ludy Arias Campos (2007), ratifica estas características de la *ética del cuidado* y enuncia otras: “El cuidado se aprende en la socialización, en la educación, en la convivencia, y se aplica a nivel del autocuidado, el cuidado del otro, el cuidado mutuo y el cuidado del entorno”. Si las personas más sensibles asumen como compromiso prioritario crear ambientes seguros, acogedores en la escuela, y logran que la orientación de la educación se enfoque en esta forma cordial, comprensiva, compasiva y “cuidadora” y tienen en cuenta no sólo cultivo del conocimiento sino, preferentemente, de los sentimientos, se lograrán los ambientes que se necesitan para el sano crecimiento de la niñez y juventud que frecuenta nuestras instituciones.

Teniendo en consideración lo anteriormente expuesto, la Ruta de Formación es un documento que presenta la manera cómo Fe y Alegría de Colombia busca orientar el desarrollo y potenciación de capacidades en los niños, niñas, jóvenes y adultos para que estos sean agentes de cambio. Se compone de siete mallas que enuncian prácticas, organizadas en torno a amplios componentes que pretenden que todas las personas se aproximen a la realidad, la apropien, “disueñen” y realicen transformaciones concretas en sus entornos cercanos y lejanos. Los componentes son: **capacidades y competencias para el cuidado del cuerpo, psicosociales, ciudadanas, socio-laborales, espirituales, para relacionarse con la naturaleza y para relaciones más amplias mediadas por las TIC**. Asimismo, esta malla se encuentra bajo un marco direccionado por un enfoque sistémico que entiende a las personas como sujetos situados, en relación indisoluble con otros seres y la naturaleza. Los componentes se cruzan con tres ámbitos de acción y transforma-

ción, ellos son: *el ámbito del sujeto, el interpersonal y el ámbito de relaciones sociales más amplias*. El cruce entre componentes y ámbitos, se concreta en una serie de prácticas que establecen qué es lo que hacen las personas o grupos, dónde y para qué lo hacen, permitiendo la materialización de las capacidades y competencias señaladas.

Como se mencionó, son siete las mallas que relacionan las capacidades y competencias propuestas en la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*. Una breve descripción de ellas se presenta a continuación:

1. Capacidades y competencias para el cuidado del cuerpo



El cuerpo como primer territorio de referencia y de expresión de la vida, se constituye en elemento fundamental para construir subjetividades y establecer relaciones con el mundo social y cultural en el que nos encontramos circunscritos; por ende, Fe y Alegría considera fundamental intencionar propuestas de formación que incluyan el cuidado del cuerpo como parte de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*, pues creemos que siendo personas más conscientes del cuerpo que habitamos y que es habitado por otros seres humanos e incluso influenciado por la relación que establezcamos con el mundo natural, seremos personas con mayor potencial transformador.

Es así como desde este componente, se propone ampliar capacidades para aprender a reconocer, aceptar, respetar y valorar nuestro cuerpo y el cuerpo de las demás personas, desde la perspectiva de la *ética del cuidado*, haciendo énfasis en el “no daño”.

Para conseguir este propósito, se trabaja en torno al *reconocimiento y valoración del cuerpo, el autocuidado y cuidado, la salud sexual y reproductiva, y la promoción de entornos saludables*. Se espera que las prácticas propuestas, fortalezcan el compromiso frente al cuidado pleno de la vida y por supuesto, frente al cuidado de los seres con quienes compartimos la existencia, en un marco de libertad y de respeto.



2. Capacidades y competencias psico-sociales

Las prácticas que se formulan en el componente de capacidades y competencias psicosociales tienen como enfoque la promoción de la salud en un marco de derechos, teniendo en cuenta los múltiples determinantes de la misma y favoreciendo la adopción de hábitos y estilos de vida saludables. Se procura alcanzar estas metas a partir del aprendizaje de herramientas que, aplicadas en el diario vivir, ayudan a materializar entornos saludables físicos y sociales, contribuyendo a la construcción de la salud individual y colectiva, desde una perspectiva educativa.

Las capacidades y competencias se retoman fundamentalmente de la iniciativa internacional de la OMS del mismo nombre (WHO, 1997) y los desarrollos que ha realizado Fe y Alegría Colombia en sus centros educativos y en el país (Bravo, Martínez y Mantilla, 2003; Bravo y Martínez, 2005; Gálvez, Morán, y otras, 2008). Para la formulación de las prácticas de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*, se hizo una integración de varias de ellas, focalizando en: *creatividad personal, interpersonal y social; pensamiento crítico y acción transformadora; conocimiento y construcción de sí; gestión del mundo emocional y del estrés; toma de decisiones; empatía; comunicación y relaciones interpersonales asertivas; y gestión del conflicto.*

Los aprendizajes que se derivan, tienen aplicación en ámbitos diversos, por lo cual, de acuerdo a las intencionalidades de la propuesta educativa de Fe y Alegría Colombia, varios de ellos se desarrollan en más de un componente de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud.*

3. Capacidades y competencias socio-laborales

Dada la dinámica de cambios acelerados en la estructura socioeconómica de nuestro país, desde Fe y Alegría se pretende desarrollar y potenciar capacidades



en las personas para que se enfrenten de una manera crítica y creativa a los retos de la vida, la producción y el trabajo colaborativo, de modo que puedan aportar a la transformación social. En el anterior marco, la formación para el mundo social y productivo tiene como horizonte el desarrollo de capacidades para favorecer personas solidarias, responsables, analíticas, críticas, reflexivas, éticas y dueñas de sí mismas, y que descubran en los procesos de crear y producir, una manera de ganar espacios de participación real en la sociedad, formar complementariamente su ciudadanía y con ello aportar en la transformación.

En la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud*, se entiende que un diseño que prepare a las personas para enfrentarse al mundo del trabajo con sus dinamismos, problemáticas y contradicciones, requiere que las personas realicen prácticas que les permitan fortalecer su *desarrollo profesional, tomar decisiones, comunicarse, identificar y solucionar problemas, trabajar en equipo, desarrollar su creatividad, ser flexibles, potenciar sus capacidades de emprendimiento y empleo y asumir unos comportamientos éticos en el trabajo y las relaciones laborales.*

4. Capacidades y competencias ciudadanas

Las capacidades y competencias ciudadanas, están orientadas a promover y cualificar el compromiso individual y colectivo en la creación y configuración de las condiciones necesarias para materializar la vida digna, querida para todas y todos. Ello implica, según diría Freire, “la denuncia de un presente que se hace cada vez más intolerable y el anuncio de un futuro a ser creado, construido, política, estética y éticamente, por nosotros, mujeres y hombres” (Freire, 1999, p.87).



El punto de partida es el reconocimiento de los derechos humanos, como horizonte ético y político que fundamenta y guía las relaciones entre las personas y de éstas con la naturaleza, la toma de decisiones con sentido de lo público y la acción colectiva, orientadas todas ellas a la transformación de las situaciones que contradicen el *Buen Vivir*.

En este sentido, las capacidades y competencias ciudadanas son: *derechos humanos; contexto y memoria; pensamiento crítico y político, participación, organización e incidencia; responsabilidad e inclusión social; convivencia; y liderazgo individual y colectivo*. Las prácticas se formulan y comprenden desde la perspectiva de derechos, situadas en un contexto específico y ancladas a procesos de memoria y reconstrucción de la historia local y regional.



5. Capacidades y competencias espirituales

De acuerdo con Martínez (2015), desarrollar y potenciar capacidades espirituales, implica reconocer que “una persona espiritual es aquella que, con todos los límites e imperfecciones de los seres humanos, se halla en un proceso en el que es llevada a descubrir la verdad sobre sí misma, su verdadera identidad, más allá del ‘yo individual’ y a vivirse en coherencia con ella”; por ello, en nuestra educación buscamos formar personas *conscientes, contemplativas, compasivas, comprometidas y celebrativas*. Cinco cualidades que se complementan y que juntas constituyen lo que entendemos por una educación humana y espiritual de calidad.

Conscientes, porque las personas además de conocerse a sí mismas, gracias al desarrollo de su capacidad de interiorización y discernimiento, tienen un consistente conocimiento y experiencia de la sociedad y de sus desequilibrios; contemplativas, porque son capaces de silenciar su interioridad, en medio de la agitación exterior, para ahondar en el misterio que las habita y de allí recabar fuerza y sabiduría para trascender la inmediatez y dar sentido a sus vidas; compasivas, porque son capaces de abrir sus ojos y su corazón para ser solidarias y asumir sobre sí el sufrimiento que otros seres viven; comprometidas, porque, siendo compasivas, se empeñan honestamente y desde la espiritualidad, y por medios pacíficos, en la transformación de las estructuras sociales del país, en búsqueda de mayor justicia, y celebrativas, porque gustan de la bondad y la belleza; disfrutan sus logros personales y comunitarios y valiéndose de su capacidad simbólica, dan gracias y celebran el don de la Vida.



6. Capacidades y competencias para relacionarse con la naturaleza

Crear, promover y potenciar capacidades de relación con la naturaleza, implica el reconocimiento de un mundo mediado por realidades socio-ambientales y ecosistemas que son influenciados por la acción de las personas, lo cual debe darse desde un marco de ética y responsabilidad individual y compartida. Busca esencialmente, generar comportamientos que eviten la depredación de los ecosistemas mitigando los impactos ambientales que se generan ante el uso ilimitado de los recursos, para intervenir de manera sostenible en busca del **Buen Vivir**.

En esta medida, el conjunto de capacidades a desarrollar en relación con la naturaleza, desencadenarán en prácticas que promueven una relación sana entre las personas y el ambiente, minimizando la indiferencia que esconde la realidad de un mundo cada vez más “... contaminado, deshumanizado, amenazado por máquinas y explosiones, que ahora se desintegra y desaparece ante nuestros ojos” (McHarg, 2000).

Las capacidades y competencias que se abordan desde la malla son: *nuestra relación con la casa común, cuidado de la vida y de la naturaleza, ética ecológica, consumo consciente y sostenible, gestión ambiental y desarrollo sostenible y sustentable.*



7. Capacidades y competencias para las relaciones mediadas por las TIC



El uso, desarrollo y avance de las tecnologías de la información y la comunicación son uno de los factores que con mayor fuerza modifica, transforma e impacta la vida de las personas, sus relaciones y la constitución de sus comunidades y sociedades. Por esta razón, en el sinuoso y tenso tránsito hacia la consolidación de “sociedades del conocimiento” o “sociedades red”, la construcción y formación de las y los sujetos digitales y sus ciudadanías, pasa a ser un componente

fundamental de la *Ruta de Formación para la Vida en Plenitud* de Fe y Alegría de Colombia.

Nos atrevemos a recuperar e ir más allá de la concepción que se limita a considerar las TIC como una herramienta para el aprendizaje en el sector educativo. Por ello mismo, las capacidades y competencias que se buscan crear y desarrollar con los niños, niñas, jóvenes y adultos a través de nuestra propuesta, apuntan tanto a la *apropiación de diversos lenguajes digitales como a generar prácticas de formación mediada por las TIC*, la adquisición de una consciencia clara de las implicaciones *éticas del uso de las TIC* y la formación para la acción en los escenarios de las nuevas *ciudadanías digitales*.

En este contexto totalmente novedoso y cambiante, nuestra propuesta se construye a partir del reconocimiento de que las TIC más que unas herramientas, conforman parte de un entorno de tecnocultura digital que transforma la noción del tiempo, que reconfigura las formas de estar juntos y que construye nuevos escenarios y sentidos de la realidad para las personas.

El esquema bajo el cual están construidas las diferentes mallas que conforman la Ruta de Formación para la Vida en Plenitud es:

	Capacidades y competencias		
	Ámbitos de acción y transformación		
	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito de relaciones sociales más amplias
Desarrollo y ampliación de capacidades	 Prácticas	 Prácticas	 Prácticas

A continuación, se presentan cada una de las mallas de aprendizaje, describiendo en ellas las prácticas que se esperan en las personas en los ámbitos del sujeto, interpersonal y en el social más amplio.



Capacidades y competencias para el cuidado del cuerpo



Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Reconocimiento y valoración del cuerpo	<p>Descubro, reconozco, valoro, experimento y me siento a gusto con las características, cambios y posibilidades que me ofrece mi cuerpo.</p>	<p>Descubrimos, reconocemos y valoramos, las corporeidades humanas y de otros seres que habitan nuestro planeta.</p>	<p>Reconocemos mutuamente nuestras singularidades corporales de etnia, género, forma de ser y condición socioeconómica.</p>
	<p>Me construyo y afirmo como un ser único en relación con otras diversidades (etnia, género, forma de ser, entre otras), reconociendo el papel de las otras personas en la construcción de mi corporeidad.</p>	<p>Contribuimos al desarrollo de la corporeidad de los seres humanos con los que nos relacionamos en un marco de aceptación, respeto e inclusión.</p>	<p>Promovemos acciones en favor del reconocimiento de la dignidad de la corporeidad de todos los seres vivos en sus diferentes ciclos vitales.</p>

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Autocuidado y cuidado	Desarrollo habilidades para mi autocuidado en los ámbitos de la higiene corporal, la alimentación saludable, la recreación, la actividad física y el descanso adecuado con el fin de procurar mi bienestar personal sin hacer daño a las otras personas.	Nos asociamos con otras personas y generamos estrategias para cuidarnos mutuamente desde una perspectiva de la ética del cuidado.	Promovemos colectivamente acciones en favor del cuidado integral de la vida.
	En mi vida cotidiana hago elecciones preferiblemente con sentido de autocuidado y cuidado de mi integridad personal.	Realizamos acciones de rechazo frente a aquello que atenta contra nuestra integridad personal en nuestras relaciones cotidianas.	Nos pronunciamos frente a situaciones diversas que ponen en riesgo nuestra integridad colectiva.
	Tomo en cuenta las alertas de mi intuición, mi emocionalidad, mi capacidad crítica y mi sentido del cuidado para evitar el daño auto infligido o el que quieran hacerme las demás personas.	Ejercitamos, prácticas que puedan ayudarnos a proteger nuestra privacidad, integridad personal o grupal frente a intenciones o intereses de daño auto infligido o de las demás personas.	Exigimos de manera colectiva y organizada que no se les haga daño intencionado a las personas bajo ninguna circunstancia.
Salud sexual y reproductiva	Reafirmo mi identidad y mi afectividad en la construcción de mi sexualidad de acuerdo a mis preferencias.	Nos relacionamos en condiciones de igualdad con otras personas para la construcción y el ejercicio autónomo de nuestra sexualidad.	Negociamos culturalmente las condiciones sociales que limitan o fortalecen el pleno desarrollo de nuestra sexualidad.
	Conozco y ejerzo mis derechos sexuales y reproductivos en mi cotidianidad y como parte de los derechos humanos.	Rechazamos la vulneración de derechos sexuales y reproductivos (sometimiento, maltrato, violencia, irresponsabilidad frente a la descendencia, entre otros).	Nos movilizamos a favor de la garantía y vigencia de los derechos sexuales y reproductivos.
Promoción de entornos saludables	Asumo mi responsabilidad en la promoción de entornos físicos saludables que repercuten en mi bienestar integral.	Promovemos el cuidado en los entornos que habitamos y nos relacionamos, como condición para el bienestar común.	Exigimos vivir en entornos físicos y relacionales que garantizan el bienestar físico común.



Capacidades y competencias Psicosociales

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Creatividad personal, interpersonal y social	Reafirmo mi potencial creativo (generación de ideas, expresiones y creaciones originales) y lo aplico en mi vida cotidiana tomando en cuenta los principios de la ética del cuidado en el marco del Buen Vivir.	A ayudamos a potenciar la capacidad creativa de las personas con las que nos relacionamos tomando en cuenta los principios de la ética del cuidado en el marco del Buen Vivir.	En nuestras relaciones sociales generamos colaborativamente ideas, expresiones y creaciones originales o novedosas que nos permiten ayudar a resolver problemas y situaciones colectivas en favor del bien común.
	Genero condiciones que favorecen mi potencial creativo y persisto en mis propósitos en este campo superando obstáculos y adversidades.	Propiciamos ambientes de libertad, confianza y aceptación que incentivan la expresión creativa de las personas.	Defendemos el derecho a la libertad de creación y expresión de nuestras ideas e innovaciones en el marco de la ética del cuidado y el Buen Vivir.
Pensamiento crítico y acción transformadora	Desarrollo mi capacidad para explorar, indagar, investigar y cuestionar libremente el mundo al que pertenezco.	Tejemos relaciones interpersonales en las cuales desarrollamos nuestra capacidad crítica, en un marco de libertad, respeto, aceptación y promoción del cambio.	Ejercemos pensamiento crítico colectivo para contribuir a la construcción de una cultura de la criticidad frente a diversos aspectos de la vida social.
	Desarrollo mi habilidad para construir criterios propios y argumentar mis posturas, ideas y emocionalidad de cara a fundamentar los cuestionamientos sobre mi vida personal y la realidad en que vivo.	Aceptamos que todas las personas tenemos múltiples miradas (posturas, ideas y emociones) sobre nosotras y sobre la realidad que vivimos, y negociamos diferencias, construyendo acuerdos y consensos, en favor de una mejor convivencia.	Defendemos con firmeza nuestras posturas, ideas y emocionalidades colectivas contestatarias como forma de resistir las intenciones de sometimiento que puedan existir en la sociedad y en favor de la construcción de una sociedad justa, digna y en paz.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Conocimiento y construcción de sí	Hago consciencia de mis capacidades, emociones, sentimientos, intencionalidades, necesidades y aspiraciones en el proceso de conocerme y construirme.	Construimos nuestra subjetividad en el encuentro entre personas próximas que nos influimos mutuamente.	Reelaboramos individual y colectivamente aspectos de nuestra cultura y sociedad que aportan a la construcción de nuestras subjetividades.
	Fortalezco el reconocimiento de mis características y construyo mi auto imagen a partir de ellas, para definirme y aceptarme como persona valiosa e importante, reconociéndome diferente, única e irreplicable.	Reconocemos, aceptamos y valoramos las distintas características y manifestaciones de las subjetividades de las personas que nos rodean y aportamos a su construcción personal.	Promovemos una convivencia social que acepta, promueve y valora la diversidad, la singularidad y el sentido de lo auténtico individual y colectivo como principio esencial de la construcción de una vida digna para todas y todos.
	Conozco y fortalezco mi potencial de aprendizaje y de cambio para construirme como persona, incluso en medio de la adversidad.	Reconocemos y apoyamos en las otras personas el potencial para construirse a sí mismas y salir de las situaciones adversas que se les presentan.	Favorecemos el desarrollo del potencial de todos los seres humanos para superar dificultades y retos en favor de nuestra transformación personal y social.
	Construyo mi identidad de género en una perspectiva relacional de equidad.	Construimos nuestras diversidades de género en un marco de aceptación y equidad considerando los principios de la ética del cuidado y el Buen Vivir.	Construimos una cultura de aceptación y valoración de las diversidades de género como base de una sociedad justa y equitativa.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Gestión del mundo emocional y del estrés	Identifico y nombro correctamente emociones y sentimientos básicos a partir de la consciencia que hago de ellos en mi cuerpo.	Captamos y comprendemos las emociones y sentimientos que circulan en nuestro entorno social más próximo, a partir de los diferentes lenguajes con que estos se expresan.	Tenemos en cuenta el papel de las emociones y los sentimientos en la acción humana, las relaciones sociales y los vínculos que establecemos con el entorno físico y natural, teniendo en consideración los principios de la ética del cuidado y el Buen Vivir.
	Reconozco, acepto, valoro, cuido mis emociones y sentimientos y apropio herramientas que me ayudan a gestionar mi mundo emocional.	Gestionamos y expresamos de manera regulada nuestras emociones y sentimientos en diferentes situaciones interpersonales.	Establecemos vínculos afectivos genuinos y transparentes con grupos sociales más amplios, así como con ideas y posturas que promueven la vida justa y digna para todas las personas.
	Fortalezco mi capacidad de superar frustraciones de la vida y el estrés empleando diversas herramientas de motivación y gestión emocional.	Nos apoyamos mutuamente para superar frustraciones y el estrés en el encuentro respetuoso de nuestras singularidades	Promovemos el optimismo, la solidaridad y el bienestar emocional para todas las personas, generando ambientes favorables para la salud en un marco de ética del cuidado y del Buen Vivir.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Toma de decisiones	Defino el curso de mi acción personal focalizando adecuadamente los asuntos sobre los que debo decidir, recopilando información sobre los mismos, generando diversas alternativas de actuación y anticipando posibles consecuencias de mis actos.	En el ámbito interpersonal cuando tomamos decisiones dialogamos, negociamos y concertamos diferencias entre quienes estamos implicados.	Cuando tomamos decisiones colectivas que implican a un amplio grupo de personas, en la medida de lo posible, garantizamos los mecanismos que permitan la mayor participación.
	Asumo mi responsabilidad por las consecuencias que se derivan de mis decisiones y acciones, tomando en consideración una adecuada sintonización con mi emocionalidad, la ética del cuidado y el Buen Vivir.	Somos corresponsables de las afectaciones que se derivan de nuestras decisiones y generamos aprendizajes a partir de la evaluación que hacemos del impacto causado con ellas; si es necesario, incluimos acciones de reparación a las que haya lugar.	Hacemos seguimiento a nuestras decisiones y asumimos solidariamente la responsabilidad de los impactos y las necesidades de reparación a que haya lugar a partir de las decisiones colectivas tomadas sobre una problemática social.
Empatía	Me sintonizo con las emociones, sentimientos, pensamientos, acciones, deseos y perspectiva de vida de otras personas, a partir de mi capacidad de conocerme.	Nos ubicamos en el lugar y la perspectiva de otras personas, desarrollando nuestra capacidad de comprometernos y apoyarlas especialmente en situación de dificultad, dando una respuesta empática y asertiva.	Actuamos de forma solidaria, especialmente en las situaciones de dificultad que son vividas por los colectivos humanos de nuestra sociedad.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Comunicación y relaciones interpersonales asertivas	Desarrollo mi capacidad para el encuentro comunicativo privilegiando el diálogo directo, honesto, apropiado, firme y no violento.	Utilizamos diferentes formas de comunicarnos con personas de diversas características de manera incluyente, de acuerdo con los principios de la ética del cuidado y el Buen Vivir.	Empleamos nuestras habilidades comunicativas para entendernos con grupos humanos diversos, incluso en situaciones de conflicto, teniendo como principio el trato respetuoso, digno y asertivo al que todas las personas tenemos derecho.
	Me autorregulo y practico el buen trato desarrollando habilidades comunicativas asertivas.	Aceptamos, valoramos y fomentamos la libertad de estilos comunicativos mientras no se vulneren los derechos de las demás personas.	Defendemos y promovemos desde un criterio asertivo, un trato digno para todas las personas y tomamos iniciativas para rechazar cualquier forma de maltrato que presenciemos.
	Establezco criterios para poner límites a las personas con base en mis derechos.	Establecemos límites en nuestras relaciones interpersonales y hacemos valer nuestros derechos cuando estos son vulnerados.	Promovemos el establecimiento de relaciones de colaboración, afecto y confianza en los grupos humanos a los que pertenecemos, con base en los derechos humanos, la ética del cuidado y el Buen Vivir.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Gestión del conflicto	Acepto los conflictos como parte de la naturaleza humana y los asumo en mi proceso de vida y mis relaciones.	Aceptamos y tramitamos los conflictos interpersonales como parte de nuestros procesos de convivencia humana y social.	Reconocemos y hacemos propios los aprendizajes que nos generan la gestión de conflictos como una oportunidad para crecer como sociedad.
	Establezco criterios básicos para gestionar mis conflictos considerando el saber cuidar de mí y de las otras personas en la relación conflictiva.	Desarrollamos herramientas para gestionar conflictos de manera pacífica que incluyen el diálogo, la negociación, la mediación y la búsqueda de acuerdos directos en beneficio de la convivencia.	Gestionamos crítica y creativamente nuestro involucramiento en conflictos sociales más amplios, procurando evitar el escalamiento de la violencia
	Pongo en práctica la totalidad de las capacidades y competencias psicosociales básicas aprendidas al involucrarme en la gestión de cualquier tipo de conflicto.	Ampliamos nuestras capacidades y competencias psicosociales para la gestión adecuada de cualquier tipo de conflicto interpersonal.	Promovemos en nuestra sociedad el fortalecimiento de capacidades y competencias psicosociales para gestionar los conflictos de manera pacífica en los diversos entornos de relación social.



Capacidades y competencias socio laborales

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Desarrollo profesional	Construyo mi proyecto de vida en relación a mi desarrollo personal y mi proyección hacia el mundo laboral y productivo.	Colaboramos individual y colectivamente en el desarrollo de nuestros proyectos de vida.	Desarrollamos nuestros proyectos de vida teniendo en cuenta las necesidades y oportunidades de nuestros contextos.
	Realizo las actividades acordadas con calidad, en el plazo acordado y realizando revisiones periódicas para reducir los errores.	En las acciones que emprendemos, mantenemos una actitud orientada al servicio de calidad y cumplimos con las condiciones pactadas con la otra parte.	Procuramos garantizar la calidad de nuestras acciones en beneficio de las instituciones y de la sociedad.
	Busco ampliar de manera continua mis conocimientos, capacidades y competencias para cualificar mi función profesional.	Participamos en ámbitos de aprendizaje colectivo, compartiendo nuestras experiencias y saberes para fortalecer nuestra práctica profesional.	Buscamos beneficiar nuestros entornos familiares, comunitarios y organizacionales, a partir de los aprendizajes que adquirimos y construimos en nuestra práctica profesional.
	Persisto ante los obstáculos y las dificultades que se me presentan en los diferentes campos de mi vida profesional.	Buscamos quienes nos puedan colaborar con apoyo y orientación, ante las situaciones de adversidad o fracaso.	Contribuimos al desarrollo de comunidades de conocimiento, reflexionando y aprendiendo sobre los logros y fracasos de nuestras acciones.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Toma de decisiones	Sé tomar decisiones de manera autónoma, oportuna y acertada ante diferentes tipos de situaciones profesionales.	Construimos climas favorables para la toma de las mejores decisiones, de acuerdo a las circunstancias en nuestro ámbito profesional.	Tomamos decisiones adecuadas a las funciones profesionales, sin descuidar nuestra vida personal, familiar y social.
	Confío en mis conocimientos, capacidades y competencias para tomar decisiones en un clima de incertidumbre.	Gestionamos los recursos, medios y la información requeridos para poner en marcha las decisiones tomadas a nivel personal, familiar, comunitario y organizacional.	Sopesamos el impacto de nuestras decisiones profesionales considerando criterios éticos.
Comunicación	Practico la comunicación asertiva en el plano personal, profesional, laboral y social.	Fomentamos la comunicación asertiva en las relaciones profesionales y laborales de las que participamos.	Promovemos climas comunicativos institucionales claros y transparentes que favorecen las relaciones de confianza.
	Comprendo y asumo que el diálogo y la negociación son componentes clave para mi desarrollo en el mundo social y laboral.	Basamos la negociación en la apertura a las opiniones diversas, desarrollando argumentos sólidos y coherentes que enfatizan en los intereses comunes.	Pactamos normas y condiciones laborales, desde un enfoque de derechos, comprendiendo que son necesarias para el correcto funcionamiento de las distintas formas de organización laboral y empresarial.
Identificación y solución de problemas	Me enfrento a situaciones nuevas en el plano laboral o cotidiano de manera flexible y eficiente.	Implementamos estrategias de solución de problemas de manera colaborativa en la vida cotidiana.	Tenemos en cuenta la realidad del contexto para identificar y solucionar problemas, evaluando la pertinencia de la solución adoptada, según la necesidad que lo generó.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Creatividad	Desarrollo habilidades para generar permanentemente ideas y propuestas ante los problemas y las necesidades presentes en mi vida profesional.	Somos originales al comunicar nuestras ideas y producciones, de manera colaborativa, en nuestra vida profesional.	Contribuimos a la creación y el desarrollo de conocimientos, procedimientos y productos innovadores en los campos de acción en los que trabajamos, con una intención permanente de mejora.
Flexibilidad	Modifico mis actuaciones con rapidez, cuando éstas no se adaptan a las exigencias del entorno, con base en criterios éticos.	Comprendemos, interiorizamos e incorporamos las ideas de otras personas a nuestros planteamientos, configurando un enfoque novedoso e integrador.	Apoyamos y transmitimos la necesidad de cambio y participamos en la creación y puesta en marcha del mismo.
Emprendimiento y empleo	Desarrollo habilidades y motivaciones para crear y mantener una unidad de negocio.	Identifico las posibles fuentes de financiación, normas técnicas, tecnológicas y organizacionales establecidas para la creación, mantenimiento y crecimiento de una unidad de negocio.	Identificamos las condiciones necesarias, y expectativas de una comunidad, como oportunidad para crear, mantener y ampliar un negocio.
	Identifico métodos, requisitos y oportunidades para mi inclusión en la vida laboral	Generamos, mantenemos y ampliamos una red de contactos variada y la utilizamos para alcanzar objetivos en la vida laboral.	Nos asociamos con otras personas y grupos para ampliar las redes de contacto y visualizar nuevas oportunidades laborales.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Trabajo en equipo	Desarrollo habilidades para el trabajo colaborativo y en equipo, reconociendo que para el máximo logro de objetivos es necesario trabajar con otras personas.	Desarrollamos actitudes de confianza, sentido de corresponsabilidad, respeto por los acuerdos, entre otros, para el trabajo en equipo.	Promovemos el trabajo colaborativo y en equipos para lograr el máximo beneficio institucional y social.
	Asumo la corresponsabilidad de los resultados de mi equipo compartiendo éxitos y fracasos.	Fomentamos la máxima integración y colaboración para lograr los objetivos trazados.	Evaluamos colectivamente si los resultados de las acciones colaborativas implementadas generan el máximo beneficio a nivel institucional y social.
Ética en el trabajo y las relaciones laborales	Soy responsable de mi cuidado en mi entorno laboral.	Cuidamos de las personas, los recursos y los bienes en el ámbito en el que realizamos nuestras actividades profesionales, teniendo como referente la normatividad existente.	Tomamos decisiones individual y colectivamente con criterios de corresponsabilidad y ética en una sociedad diversa.
	Respeto y me identifico con el marco de derechos humanos y la normatividad local, para el desarrollo de una actividad profesional.	Reconocemos y ejercemos derechos y deberes derivados de la participación y concertación en una actividad profesional.	Proponemos acciones de transformación para asegurar la vigencia de los derechos humanos, laborales y una vida digna.
	Actúo con integridad y transparencia en mi vida profesional.	Nos exigimos mutuamente la integridad, la transparencia y el respeto por lo público como criterios para la acción en el mundo social y profesional.	Promovemos la denuncia de las transgresiones a la transparencia en el manejo de lo público, acudiendo a los canales socialmente reconocidos.
	Asumo que en el mundo social y laboral, además de mis intereses, se busca el bienestar colectivo, el desarrollo humano integral y la armonía con la naturaleza.	Al involucrarnos en una actividad profesional consideramos y buscamos generar beneficios para todas las personas, teniendo en cuenta el bienestar colectivo, el desarrollo humano integral y la armonía con la naturaleza.	Desarrollamos ideas innovadoras que permiten el mayor bien para nuestras comunidades, la sociedad y la naturaleza.



Capacidades y competencias ciudadanas

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Derechos humanos	Incorporo el enfoque de derechos humanos (todas sus generaciones), la cultura de paz, la vida digna y el Buen Vivir como criterios para la toma de decisiones de mi vida personal y social.	Colocamos los límites y desarrollos de nuestras relaciones interpersonales en el marco de la vigencia de los derechos humanos, la cultura de paz, la realización de la vida digna y el Buen Vivir.	Realizamos acciones públicas creativas de diversa índole, de alcance amplio, orientadas a la generación de impactos culturales favorables a la vigencia de los derechos humanos, la vida digna, en paz y en armonía con la naturaleza.
Contexto y memoria	Me construyo como persona consciente de mi responsabilidad de acción social, ubicada en un territorio, tiempo y en unas relaciones sociales concretas cuya historia debo comprender y aprender.	Apoyamos procesos de construcción de memoria colectiva de redes y grupos sociales a partir de sus vivencias y en especial, de sus experiencias de vulneración de derechos.	Apoyamos y difundimos procesos y ejercicios de recuperación de memoria desde grupos o colectivos organizados, que favorezcan la construcción de una cultura de paz, tomando en cuenta su pertinencia y oportunidad.
	Hago propias y desarrollo herramientas que me permitan hacer una recuperación de la memoria de mi acción personal y colectiva en la construcción de lo social, posible de difundir en diversos medios.	Recuperamos la memoria no oficial de acciones de transformación de nuestra realidad y gestamos iniciativas interpersonales y grupales que permitan poner en práctica los aprendizajes que se deriven de ello.	Generamos experiencia y construimos memoria y conocimiento --preferentemente alternativo-- alrededor de las luchas de la población frente a situaciones de vulneración de derechos humanos y que atentan contra la dignidad de la vida y la cultura de paz.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
<p>Pensamiento crítico y político (se desarrolla la capacidad para cuestionar la realidad para transformarla)</p>	<p>Fundamento y construyo argumentación propia, con base en el modelo de la reflexión-acción participativa y otros posibles en perspectiva de la educación popular integral, para problematizar, criticar y actuar sobre la realidad que vivo.</p>	<p>Construimos colectivamente pensamiento crítico y acción transformadora a partir del intercambio de nuestras fundamentaciones y argumentaciones sobre la realidad de nuestros contextos.</p>	<p>Generamos o participamos individual y colectivamente de corrientes de pensamiento crítico y acción sobre los aspectos de lo público más amplio, que son de nuestro interés y compromiso.</p>
	<p>Integro a mis ejercicios de reflexión y análisis crítico y autocrítico de corte prosocial, mi emocionalidad moral (de condena, de autoconciencia, relativa al sufrimiento ajeno y de admiración).</p>	<p>En nuestros grupos de relación más cercanos promovemos el cuestionamiento o problematización desde una perspectiva prosocial de nuestras maneras de ser y de convivir, integrando en este ejercicio nuestra emocionalidad moral.</p>	<p>Realizamos ejercicios colectivos de criticidad desde una perspectiva prosocial sobre nuestros contextos socioculturales más amplios como base de nuestra acción política transformadora, sin descuidar el rol de nuestra emocionalidad moral.</p>
	<p>Cuestiono permanentemente las relaciones de poder de las que participo, en perspectiva de construirme en el ejercicio de relaciones equitativas y democráticas, en un marco de cultura de paz.</p>	<p>Realizamos ejercicios de autocrítica y atendemos a las críticas que nos hagan frente a nuestro ejercicio y participación de las relaciones de poder interpersonales y grupales que no sean constructivas, equitativas, democráticas y en un marco de cultura de paz.</p>	<p>Nos indignamos y cuestionamos colectivamente en privado, en público o ambas, según consideremos pertinente, a las personas y grupos sociales que realizan abusos de poder en sus relaciones o ejercicio de sus funciones y son corruptas en el manejo de lo público.</p>
	<p>Construyo mi identidad política en interacción permanente con el contexto que habito y con el colectivo humano al que pertenezco.</p>	<p>Construimos o nos sumamos a colectivos o instituciones de diversos alcances territoriales para la reflexión y acción política centrada en la dignidad de la vida en un marco de cultura de paz.</p>	<p>Construimos o nos enrolamos en organizaciones políticas, según consideremos oportuno o pertinente, para atender necesidades de lo público en nuestros contextos de acción y proyección.</p>

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Participación, organización e incidencia	Fortalezco mi disposición y motivaciones para ser parte, tomar parte y sentirme parte de acciones transformadoras, informándome sobre los problemas/conflictos de mi contexto, tomando posición sobre ellos, decidiendo y actuando para transformarlos con un sentido de apertura y servicio en favor del bien común.	Tejemos relaciones interpersonales y grupales que incentiven la participación democrática e igualitaria de todas las personas, fomentando la actitud de escucha, el diálogo de saberes y la acción grupal transformadora, en un marco de cultura de paz y de derechos humanos.	Identificamos y accedemos a distintos niveles y espacios de participación organizada ajustados a nuestras posibilidades para planear, desarrollar y evaluar acciones que contribuyen a la construcción de una cultura de paz, los derechos humanos y el Buen Vivir.
	Me preparo para intervenir eficazmente en acciones que buscan modificar aspectos de lo público que afectan los distintos contextos de los que hago parte.	Realizamos acciones de incidencia pública de diverso orden, en nuestros contextos de relación más cercanos a fin de contribuir a su transformación.	Nos organizamos para diseñar e implementar diversas acciones de incidencia más amplias que contribuyan en la configuración de nuevas relaciones con y en los asuntos de la agenda pública mundial.
Responsabilidad e inclusión social	Construyo mi capacidad para incluir las diversidades y diferencias humanas en mi vida, a partir de la negociación cultural.	Asumimos nuestra responsabilidad para incluir las diversidades y diferencias de las personas en nuestras relaciones interpersonales cotidianas, rechazando prácticas excluyentes y discriminatorias.	Proponemos y nos comprometemos con acciones públicas que hacen visible las diversas formas de ser y vivir, construyendo alternativas de inclusión y mutuo reconocimiento frente a cualquier práctica social excluyente y discriminatoria.
	Reviso, valoro y evalúo mis acciones sociales y sus impactos sobre la vida de las personas y la naturaleza aplicando criterios de vida digna y Buen Vivir.	Evaluamos el impacto social de nuestras acciones u omisiones y asumimos la responsabilidad individual y colectiva que se deriva de ellas.	Hacemos uso de nuestro derecho a vigilar la actuación del Estado, así como de sus funcionarios en el cumplimiento de sus mandatos, organizándonos para exigir el adecuado ejercicio de sus funciones.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Convivencia	Respeto, valoro y hago propias las normas, los pactos y los acuerdos de convivencia construidos colectivamente en mi familia, comunidad o barrio y escuela.	En nuestras relaciones interpersonales y grupales, tenemos en cuenta los pactos asumidos colectivamente y nos hacemos responsables de los problemas y conflictos que se presentan como consecuencia de su incumplimiento.	Aceptamos y practicamos los acuerdos, las normas y las leyes que regulan la convivencia en nuestros contextos, y cuando entramos en desacuerdo con ellas, acudimos a los canales previstos para su reelaboración o abolición y reemplazo por unas que sean más justas o apropiadas para nuestra realidad.
Liderazgo individual y colectivo	Fortalezco mis capacidades de liderazgo y me preparo para asumir cuando sea oportuno, roles de dirección y conducción de acciones o procesos sociales, haciendo acopio de mis propias experiencias y aprendizajes.	Fortalecemos nuestras capacidades de liderazgo en equipo y gestamos iniciativas para aplicarlas en distintas situaciones, en especial aquellas de tipo social.	Lideramos acciones colectivas creativas en nuestros contextos cotidianos, orientadas a reivindicar los derechos humanos, la cultura de paz y la vida digna en el marco del Buen Vivir.



Capacidades y competencias espirituales

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Comprensión de la historia desde el discernimiento espiritual	A partir de una experiencia de discernimiento, defino qué hacer en términos de perdón y reconciliación frente a las heridas causadas por la violencia y el conflicto en mí.	En los territorios de acción y relación más cercanos, generamos experiencias de discernimiento espiritual que nos permitan reconocernos corresponsables en la historia de violencia que nos es común.	En perspectiva de releer la historia para proyectar su transformación, identificamos colectivamente las causas del conflicto y las oportunidades de reconstrucción de esa historia en términos de perdón y reconciliación.
Posibilidad del perdón desde la transformación de los sentimientos	Escucho a las demás personas y me escucho para ponerme en condiciones de transformar mis sentimientos de odio y de venganza y de ser posible perdonar a quienes me hayan hecho daño.	Nos acompañamos en el proceso de reconocer y transformar los sentimientos de odio y de venganza, que posibiliten el perdón y la reconciliación.	Nos sumamos a colectivos en los cuales se realizan ejercicios en torno a la verdad y el perdón.
La reconciliación como posibilidad de reconstrucción	Me dispongo a reconstruirme y restablecer mis vínculos con quienes he tenido un conflicto o me han hecho daño.	En los territorios de acción y relación más cercanos reconstruimos los vínculos rotos y nos disponemos con confianza a colaborar en gestar un futuro social compartido.	Participamos en espacios de encuentro que promuevan acciones de reconstrucción y reconciliación para la inclusión social de víctimas - victimarios u ofensores - ofendidos.
Consciencia para actuar	Reconozco que el amor y el servicio a la humanidad son aspectos fundamentales de mi proyecto de vida.	Nos vinculamos con personas que comparten el interés por servir, especialmente a los grupos sociales más necesitados.	Bajo la consigna, “En todo amar y servir” actuamos conscientemente y nos comprometemos con las transformaciones que nuestra sociedad demanda.
	Mis acciones reflejan mi convicción en la existencia de un Dios amoroso que “habita en mí”, me humaniza y moviliza.	Conscientes de la presencia inspiradora de Dios en nuestras vidas, nos unimos con otras personas para movilizarnos en favor de una vida plena para todas y todos.	Contribuimos a la construcción de una convivencia humana y social cimentada en una espiritualidad encarnada.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Contemplación para transformar	Cultivo mi ser interior a través de la reflexión y el discernimiento espiritual para construir intencionalidades que den sentido a mi vida cotidiana.	Compartimos con otras personas experiencias existenciales que permiten enriquecer nuestra vida interior.	Motivamos a otras personas a participar en experiencias de encuentro intrapersonal (ejercicios espirituales, meditación y contemplación) en favor de la transformación individual y colectiva para la vida en plenitud.
	Realizo ejercicios de meditación como oportunidad de fortalecer mi capacidad de silencio interior e ir gestando una personalidad serena y reconciliada con la vida.	Fomentamos relaciones interpersonales serenas y tranquilas que favorecen un clima de paz y armonía.	Promovemos la construcción de una cultura de paz cimentada en la práctica del silencio y la serenidad.
Compasión, paso a la misericordia	Cultivo actitudes compasivas motivadas por la realidad de dolor y limitación que viven mis semejantes y actúo con misericordia.	Nos unimos con otras personas para hacernos próximas a las realidades de miseria y dolor que experimentan en su vida cotidiana los seres humanos.	Promovemos acciones transformadoras y liberadoras de las realidades de miseria de nuestros semejantes.
Compromiso solidario	Asumo un compromiso solidario en favor de mi crecimiento personal y colectivo con base en principios, actitudes y valores con conciencia social.	Nos damos cuenta de las necesidades del entorno y nos comprometemos en acciones que posibilitan su transformación en un marco de fraternidad y solidaridad.	Organizamos y participamos en redes de apoyo para dar respuestas solidarias y fraternas a las problemáticas que experimentamos como sociedad.
Celebramos la vida	Reconozco y celebro mis logros en el camino de “despojarme de mí para dar vida y vida en abundancia”.	Comunitariamente celebramos nuestro compromiso por vivir coherentemente bajo la premisa de que “hay más alegría en dar que en recibir”.	Promovemos la vida digna y en abundancia para toda la sociedad inspirándonos en personajes históricos cuya motivación en la lucha social ha sido espiritual.

Capacidades y competencias para relacionarse con la naturaleza



Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Nuestra relación con la casa común	Tomo consciencia de mi relación única con la madre tierra, reconociéndome constituida/o por sus elementos y vivificada/o por ellos.	Nos concientizamos de nuestra pertenencia a la casa común y nos comprometemos con los desafíos ambientales que nos interesan e impactan.	Generamos consciencia colectiva sobre nuestra responsabilidad en las maneras de relacionarnos y habitar nuestra casa común desde una perspectiva del Buen Vivir.
Cuidado de la vida y de la naturaleza	Asumo una actitud del cuidado de la vida en todas sus manifestaciones, y de las condiciones naturales que hacen posible, como criterio para orientar mis acciones, pensamientos y decisiones.	Nos relacionamos responsablemente con la naturaleza, en favor de su sostenibilidad y sustentabilidad teniendo como referentes los principios de la ética del cuidado.	Nos organizamos con otras personas para construir iniciativas que promueven el cuidado de la vida en todas sus manifestaciones y de aquello que la hace posible, y nos comprometemos con su cumplimiento.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Ética ecológica	Hago valer mi derecho a gozar de los recursos de la madre tierra en igualdad de condiciones y oportunidades para todas las personas evitando su depredación.	Denunciamos la asignación, apropiación y distribución inequitativa de recursos naturales a los que nos vemos cotidianamente sometidos.	Nos comprometemos con la promoción de una justicia social y ambiental que garantice el acceso a recursos, bienes y servicios, en igualdad de condiciones y oportunidades para todas las personas.
	Aprecio, respeto y protejo las especies animales y vegetales y el entorno que hace posible su vida.	Conocemos y damos valor a la biodiversidad y los recursos naturales que encontramos en nuestros entornos más cercanos.	Actuamos comprometidamente con personas y organizaciones en favor de la preservación y sostenibilidad de la biodiversidad mundial.
Consumo consciente y sostenible	Mi estilo de vida es consecuente con la práctica de hábitos de consumo consciente y sostenible.	Promovemos prácticas de consumo consciente y sostenible en nuestras casas, barrios, centros educativos y entornos próximos.	Organizamos o nos sumamos a campañas colectivas que rechazan las prácticas sociales, empresariales o de consumo que ponen en peligro la sostenibilidad y sustentabilidad del planeta.
Gestión ambiental	Soy sensible frente a las problemáticas ambientales de mi entorno y me comprometo en la búsqueda de sus soluciones.	Diseñamos e implementamos acciones o proyectos que permitan atender las problemáticas ambientales que se presentan en nuestros entornos más cercanos.	Nos unimos con otras personas y grupos u organizaciones para denunciar, gestionar y exigir reparación de los daños ambientales que atentan contra la vida y aquello que la hace posible en todas sus manifestaciones.
Desarrollo sostenible y sustentable	Integro a mi perspectiva de vida la noción de desarrollo humano sostenible y sustentable comprendiendo que el Buen Vivir no solo está limitado a la adquisición de bienes materiales.	Investigamos y damos valor a las formas alternativas de relación del ser humano con la naturaleza.	Promovemos una convivencia armónica y equilibrada con la naturaleza, defendiendo unas formas de vida más justas con el planeta.



Capacidades y competencias para las relaciones mediadas por las TIC

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Lenguajes digitales y comunicación	Fortalezco mi capacidad para adquirir y comunicar información haciendo uso de las herramientas digitales y recursos en red.	Accedemos a recursos TIC y los compartimos con el fin de apoyar las actividades propias y de los colectivos donde participamos.	Nos organizamos en redes apoyadas en TIC que realizan proyectos para la resolución de problemas que contribuyan al desarrollo social.
	Identifico, contrasto, analizo y manejo adecuadamente la información proveniente de múltiples fuentes digitales.	Interactuamos y nos comunicamos con compañeros/as, comprometiéndonos con actividades colaborativas, de resolución de problemas, investigaciones y trabajos de diferente índole, para el desarrollo personal y profesional.	Contribuimos con nuestra producción de conocimiento a repositorios de la humanidad en Internet, con textos de diversa naturaleza.
	Comunico información e ideas combinando diversos lenguajes (visual, auditivo, audiovisual, digital) como medio de expresión personal.	Usamos colaborativamente los diversos lenguajes digitales en la realización de producciones sociales, culturales y artísticas.	Apoyamos permanentemente la producción de conocimiento y la comunicación con otras audiencias incorporando recursos multimedia y Web en los proyectos colectivos y comunitarios que emprendamos.

Desarrollo y ampliación de capacidades	Ámbito del sujeto	Ámbito interpersonal	Ámbito social más amplio
Formación mediada por las TIC	Resuelvo problemas y realizo ejercicios investigativos apoyados en herramientas digitales de diverso tipo.	Seleccionamos y accedemos a programas de formación, apropiados para satisfacer nuestras necesidades de desarrollo personal y profesional.	Utilizamos las TIC para tener acceso a expertos/as externos y a comunidades de aprendizaje que apoyen actividades y contribuyan a nuestro desarrollo personal y profesional.
Ética en el uso de las TIC	El uso que hago de las TIC, es legal, responsable, respeta la privacidad propia y ajena, reconoce los derechos de autor y promueve la vida digna.	Nos protegemos mutuamente en nuestras relaciones interpersonales cuando hacemos uso de las redes digitales.	Promovemos y defendemos el uso y manejo de la información través de canales públicos y masivos de acuerdo a criterios de respeto por la autoría, la privacidad, ajuste a ley y dignificación de la vida.
Ciudadanías digitales	Amplio mi mirada de mundo y me implico de manera responsable en las interacciones que establezco en el ciberespacio.	Nos relacionamos a través de la red, conscientes de que es un escenario complejo, con múltiples actores en el que se desarrollan nuevas identidades, se abren espacios participativos, democráticos y en el que observamos todo tipo de expresiones y manifestaciones sociales.	Utilizamos las TIC para propiciar encuentros y relaciones de manera asertiva con personas que tienen diferentes miradas y afinidades políticas, sociales, económicas y culturales.
	En mi participación en la red muestro mi compromiso con las manifestaciones que contribuyen a la construcción de una vida digna.	Nos pronunciamos individual y colectivamente en la red frente a situaciones que atentan contra la vida digna manifestadas a través de los diferentes medios digitales y los medios masivos de comunicación.	Nos movilizamos colectivamente para el ejercicio ciudadano, incluido el control y denuncia de los abusos cometidos a través de los medios digitales.





Referencias Bibliográficas

Referencias Bibliográficas

- Acosta, A. (2008). “El «Buen Vivir» para la construcción de alternativas”. Citado por: León, M. El ‘Buen Vivir’: objetivo y camino para otro modelo. [Artículo en línea]. Revista América Latina en movimiento. (30/09/2008). ALAI. Recuperado de: <http://www.alainet.org/es/active/26638>
- Arias, R. L. (2007). Aportes de una lectura en relación con la Ética del Cuidado y los derechos humanos. En: Trabajo Social 9. Bogotá, DC: Universidad Nacional. Pp. 25-37. Recuperado de: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8510/9154>
- Bravo H., A., Martínez R., V., y Mantilla C., L. (2003). Habilidades para la Vida. Una propuesta educativa para convivir mejor. Bogotá: GTZ-Fe y Alegría Colombia.
- Bravo H., A., y Martínez R., V. (2005). Habilidades para la Vida. Una propuesta educativa para convivir mejor. 2da parte. Bogotá: Ayuntamiento de Madrid-Fe y Alegría Colombia.
- Compañía de Jesús (2015). Proceso de formación política y ciudadana para la paz y la reconciliación. Documento interno del Equipo de obras transversales de la Compañía de Jesús en Colombia. Bogotá, DC. Inédito.
- De Roux, F. (2012). Fundamentos de Fe y Alegría. En: Identidad y Espiritualidad al Servicio de la Misión, Revista Internacional de Fe y Alegría 13, 57-66.

- Fraser, N. (2003). *Mapping the Radical Imagination: Between Redistribution and Recognition*. New York: The New School for Social Research.
- Freire, P. (1999). *Pedagogía de la esperanza: un reencuentro con la pedagogía del oprimido*. 4 ed. Siglo veintiuno editores: México.
- Gálvez A., H.; Cruz, C. M.; y Morán, M. P. (2005). *Habilidades para vivir. Procesos formativos para crecer como persona. Una propuesta curricular desde Fe y Alegría Bogotá*. Bogotá DC: Fe y Alegría Bogotá.
- Gudynas, E. (2011). *Buen Vivir: germinando alternativas para el desarrollo*. En: *América Latina en Movimiento* 462 - febrero 2011. Quito: ALAI. Recuperado de: <http://www.alainet.org/es/active/48052>
- Honneth, A. (1998). *La lucha por el reconocimiento: una gramática moral de los conflictos sociales*. Barcelona: Crítica.
- Honneth, A. (2009). *Crítica del agravio moral: patologías de la sociedad contemporánea*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Honneth, A. (2014). *El derecho de la libertad*. Buenos Aires: Katz.
- Martínez, V (2015). *Educación para la ciudadanía y la convivencia. Ciclo dos (tercero y cuarto): Aprendiendo a vivir en dignidad y armonía. Compartiendo la vida*. Bogotá, DC. Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría de Educación del Distrito y Fe y Alegría Colombia. (Caja de herramientas de educación para la ciudadanía y la convivencia. Serie 2 Metodología). Recuperado el 2 de Mayo de 2016 de: http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/pecc/centro_documentacion/caja_de_herramientas/serie_2_metodologias/01_modulos_de_educación_para_la_ciudadanía_y_la_convivencia_por_ciclos/ciclo_dos_somos_promotores_de_paz.pdf
- McHarg, I. (2000). *Proyectar con la naturaleza*. Barcelona: Gustavo Gili.
- Nussbaum, M. (2007). *Las fronteras de la justicia: consideraciones sobre la exclusión*. Barcelona: Paidós.

Nussbaum, M. (2012). *Crear capacidades: propuesta para el desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.

Papa Francisco. (2015). *Laudato Si*

Real Academia Española (2014). Ethos. En: *Diccionario de la lengua española (23ª edición)*. Recuperado de:
<http://dle.rae.es/?id=H3xAc5s>

Sen, A. (2010). *La idea de la justicia*. Madrid: Taurus.

Unesco (s.f.) *Cultura de Paz* [folleto]. [En línea]. (Sin lugar). Recuperado el 10 de diciembre de 2014 de: <http://www.unesco.org/iycp/kits/Depliant%20d%C3%a9cennie/Depliant%20esp%20def.pdf>

Vega, C. M. (2015). *Educación para la ciudadanía y la convivencia. Ciclo uno (Primero y Segundo): Aprendiendo a vivir juntas y juntos, base para construir cultura de paz*. Bogotá, DC. Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría de Educación del Distrito y Fe y Alegría Colombia. (Caja de herramientas de educación para la ciudadanía y la convivencia. Serie 2 Metodología). Recuperado el 18 de junio de 2015 de: http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/pecc/centro_documentacion/caja_de_herramientas/serie_2_metodologias/01_modulos_de_educación_para_la_ciudadania_y_la_convivencia_por_ciclos/ciclo_uno_aprendiendo_a_vivir_juntas_y_juntos.pdf

World Health Organization (1997). *Life skills education in schools* WHO/MNH/PSF/93.7 A.Rev 2. Geneva: WHO.



RUTA DE FORMACIÓN PARA LA VIDA EN PLENITUD

Todos los pentagramas inician con la clave desde donde debe leerse e interpretarse la música. Hablando musicalmente, la interpretación de la Ruta de Formación para la Vida en Plenitud se ejecuta en clave de expansión de las capacidades humanas. Su función es ubicar la entonación para los intérpretes y se convierte en la cualidad desde donde se diferencian los sonidos. En este caso es una notación musical que se conecta directamente con la Misión de Fe y Alegría y apunta el foco de nuestra actuación educativa en la construcción de paz y ciudadanía. Esta es una pieza musical que bien interpretada garantiza la educación integral con la que nos nombramos.