

¡MERIENDA PRODIGIOSA!



CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

Habilidades fortalecidas	CONSTRUCCIÓN - LIDERAZGO - ENFOQUE EN SOLUCIONES
Adecuado para	Profesores y estudiantes
Nivel de dificultad	Alto
Ajuste	Grupo
Número de participantes	12 o más
Duración media	60 minutos
Equipos/materiales especiales	Sí
Versión online	No

1. DESCRIPCIÓN

La actividad fue diseñada para fortalecer el capital psicológico de los participantes, ya sean estudiantes o profesores. El capital psicológico es un estado psicológico positivo caracterizado por cuatro recursos personales (Luthans, Youssef-Morgan, 2017): esperanza, autoeficacia, resiliencia, optimismo. Es un ámbito creado dentro de la llamada psicología positiva, y resume efectivamente uno de los lemas de esta disciplina: las personas son importantes (Peterson, 2008). Según la psicología positiva, la variable que más se correlaciona con el bienestar de las personas es la calidad de sus relaciones. El ejercicio Prodigious Snack es conceptualmente superponible al siguiente principio: "El todo es superior a la parte" y está inspirado en el video *"One Human Family, Food for All"* de Caritas International. El video es parte de una campaña educativa y recuerda una historia antigua sobre los temas del hambre y el compartir. La "metáfora de los cucharones" contiene las siguientes enseñanzas: cuando tratamos de alimentarnos solo a nosotros mismos, los demás se quedan sin comida, mientras que si nos centramos en el hambre de nuestros vecinos, descubrimos diferentes formas de alimentar a todos. Aplicado a este ejercicio, es un juego de rol cuya finalidad es activar los recursos psicológicos de los niños a través de un enfoque experiencial.

2. OBJETIVOS / BENEFICIOS

En esta actividad la atención se centra en las condiciones propicias del capital psicológico, identificando los procesos sociales y atributivos que pueden promover el funcionamiento colaborativo dentro de un grupo, el desarrollo de potenciales personales, el bienestar de los estudiantes, el sentido de satisfacción y aprecio hacia la escuela, la construcción de una identidad positiva. En lugar de reparar o eliminar condiciones incapacitantes, el objetivo es activar los recursos psicológicos personales (Seligman, 2011), a través de esta actividad.

3. GRUPOS DE COMPETENCIAS RELACIONADOS

LOS CLÚSTERES NR 1 BUILD, Y NR 2 LEADERSHIP, Y NR 5 SE CENTRAN EN SOLUCIONES.

Porque

1. El primer grupo involucrado en este ejercicio es el grupo número 1, "Construcción", con todas las sub-construcciones involucradas: Proactividad, Agencia Personal / Grupal,

Relación como co-construcción de significado y Relación como proceso de influencia mutua. Este es un ejercicio complejo desde este punto de vista, y estimula activamente a los estudiantes y maestros a descubrir un enfoque colaborativo en el desarrollo de la agencia individual y grupal. Se basa en gran medida en las relaciones entre los participantes, en las que las consecuencias de las acciones individuales son siempre sociales y viceversa.

2. El segundo grupo involucrado es el número 2 en el marco, "Liderazgo". Dentro de este grupo, el ejercicio promueve un enfoque colaborativo del liderazgo, en el que no solo está "el líder", sino también "el seguidor", con la responsabilidad última del funcionamiento del grupo.
3. El tercer grupo involucrado es el número 5, "Enfoque en soluciones", con las subcompetencias, Enfoque centrado en soluciones y Resolución de problemas VS Mentalidad de construcción de soluciones. El ejercicio es importante para ayudar a los estudiantes a pasar de una mentalidad basada en la comprensión de los problemas o basada enteramente en la búsqueda de soluciones a problemas comunes.

4. CÓMO HACER EL EJERCICIO

La actividad incluye cuatro fases: introducción y primera prueba, la visión del video Una Familia Humana, Alimentos para Todos, una segunda prueba, y finalmente el análisis de los resultados y la reflexión final.

Paso 1 / Introducción y primera prueba:

El grupo se divide en 4 grupos, llamados "pueblos". El grupo elige un jugador. El objetivo de este último es recolectar para su pueblo el mayor número de piezas de pan. Tendrá que hacerlo usando un cucharón largo y colocando la pieza tomada en un cuenco colocado a su derecha (a la izquierda si el jugador es zurdo). En el centro de la sala, colocada en un taburete hay una canasta con una serie de trozos de pan, tantos como participantes haya en la actividad grupal. El jugador debe tomar con el cucharón una rebanada de pan tras otra. Si la pieza cae, la gente ha perdido su comida. Al tratar de obtener pan, el jugador sostiene el cucharón con una mano, la segunda mano permanece detrás de la espalda, está sentado con las piernas cruzadas, la posición de su cuerpo debe mantenerse detrás de un marcador de posición. Para cada persona, un miembro del grupo tendrá la tarea de levantar la paleta "AYUDA" si el grupo quiere pedir ayuda al maestro. En voz baja, los camaradas y el coordinador pueden sugerir estrategias. Esta primera parte debe durar unos 5 minutos.

Paso 2 Vea el video de Caritas Internacional "Una familia humana, alimentos para todos":

A través del PC y el proyector de vídeo en el aula, proyecta el vídeo disponible en Youtube.¹

Paso 3 Segunda prueba:

Con la misma organización que en el Paso 1, repita los intentos, para cada grupo, de recoger trozos de pan.

Paso 4 Resultados finales:

Después de la segunda prueba, cada grupo cuenta los trozos de pan que logró tomar en el primer paso, y luego en el segundo, después de ver el video.

5. DE-BRIEFING

La experiencia en video es el modelo de aprendizaje para los participantes. El video traza la transición de un enfoque individual, a uno social y relacional en el intercambio de recursos, en este caso alimentos. Es la misma experiencia vivida por los participantes de los "pueblos" que ahora necesita, en la parte final, ser retomada para una reflexión final.

La reflexión entre los "pueblos" debe facilitarse a través de las siguientes preguntas de estímulo:

- ¿Cuáles son las diferencias fundamentales entre la primera prueba, antes del video, y la segunda prueba, después del video?
- ¿Qué estrategia ha demostrado ser más eficaz para encontrar una solución al problema de compartir los alimentos entre los pueblos?
- ¿Alguna vez has estado en situaciones similares en la escuela y cómo las manejaste?

¹ <https://www.youtube.com/watch?v=qhU5JEd-XRo>

- ¿Alguna vez has estado en situaciones similares en la vida cotidiana y cómo las manejaste?
- ¿Qué impacto crees que tendrá esta experiencia en el futuro en tu vida en el aula y fuera del aula?

6. MATERIALES ESPECIALES

El ejercicio requiere una serie de materiales para ser realizado. En primer lugar, comida para compartir (preferiblemente sándwiches pequeños), cestas donde guardar el pan (una cesta de donde conseguir pan y otras cestas, tantas como grupos/pueblos, donde guardar el pan), cucharones de madera con asa el mayor tiempo posible. Carteles que digan "Ayuda", para pedir apoyo a los profesores durante la primera y segunda prueba, y claramente una ordenador conectado a internet con un proyector de video para mostrar el video.

7. CONSEJOS Y TRUCOS

El ejercicio funciona mejor si se lleva a cabo en un ambiente espacioso, que no siempre deben ser las aulas en las que se imparten las clases. Por ejemplo, un gimnasio. La actividad se puede realizar dentro de una sola clase, pero también se puede realizar entre diferentes clases para cuidar el desarrollo del clima generalizado entre las clases. La actividad puede ser una buena manera de comenzar el año escolar, de identificar y también desde el punto de vista de los valores principales, los elementos esenciales sobre los que invertir en las relaciones (colaboración, apoyo, objetivos comunes, ...).

8. VERSIÓN ONLINE

Debido a las características que tiene el ejercicio, una variante online no es posible.



Maestros y estudiantes mejoran juntos el
clima escolar



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

9. BIBLIOGRAFÍA

- Luthans, F. y Youssef-Morgan, CM (2017). Capital psicológico: un enfoque positivo basado en la evidencia. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4, 339-366.
- Peterson, C. (2008). *El buen lify*. Psicología Oggi Blog.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: una nueva comprensión visionaria de la felicidad y el bienestar*. Nueva York: Free Press.



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO



MCMXXII
VYTAUTAS MAGNUS
UNIVERSITY

