

Educar para la confianza

Sesión 9

La experiencia del miedo y de la inseguridad ante diferentes motivos o circunstancias de la vida es común a todas las personas ¿Quién no ha tenido miedo o se ha sentido inseguro? El miedo nos limita, no nos deja vivir felices. Aparece también en los niños y como padres y madres nos preocupa que crezcan seguros y confiados. En la sesión de hoy veremos la importancia de confiar en los demás y sentir esa confianza en Dios.

OBJETIVOS DE LA SESION

Adultos:

- Tomar conciencia de los miedos e inseguridades que experimenta cada uno
- Profundizar en la experiencia y la importancia de la confianza en las relaciones familiares
- Descubrir la llamada de Jesús a vivir confiados desde la experiencia de sentirnos hijos de Dios.

Niños

- Experimentar la confianza de sentirse queridos incondicionalmente
- Reconocer que Dios Padre nos quiere

DESARROLLO

Presentación. Todos juntos dedicamos cinco minutos a ver quienes hemos venido hoy a la reunión y a ver como venimos.

La confianza es una experiencia imprescindible para vivir de forma sana y feliz, mantener unas buenas relaciones con los demás y con uno mismo, e incluso para ser cristiano y cumplir el mandamiento del amor. Al decir que tenemos una buena confianza decimos que tenemos una imagen real de nosotros mismos, con sus luces y sus sombras, sin falsa humildad o modestia, pero también sin orgullo o autosuficiencia.

Todos juntos haremos dinámicas que nos ayudarán a profundizar en la experiencia de confianza. Después de cada dinámica es imprescindible el diálogo e intercambio de opiniones sobre cómo nos hemos sentido, para profundizar en el sentido de lo que se ha vivido. Se proponen tres, pero dependiendo del tiempo y del grupo podemos elegir sólo dos dinámicas.

Dinamica 1: El muro

Objetivo: Estimular la confianza en sí mismo y en el grupo.

Descripción: Las personas participantes se sitúan ante un gran muro u otro obstáculo que pueda dar miedo, y han de correr hacia él con los ojos tapados.

Desarrollo: Las personas participantes se sitúan unos dos metros por delante del obstáculo, formando una fila y un poco separadas unas de otras (de forma que se cubra todo el espacio). La persona voluntaria es conducida a una cierta distancia del grupo situado ante el obstáculo (a unos 10 metros aproximadamente). Se le tapan los ojos y ha de correr lo más rápido posible en dirección al obstáculo. El grupo tiene que atrapar a esta persona antes de que se dé contra él.

Evaluación: Preguntar cómo se ha vivido la experiencia nada más haber sido atrapada: cómo se ha sentido el espacio a recorrer, el suelo, el grupo....

Antes de empezar la segunda dinámica leeremos todos juntos el cuento “El vuelo del halcón” y lo comentaremos

CUENTO: El vuelo del halcón¹

Un rey recibió como obsequio dos pequeños halcones y los entregó al maestro de cetrería para que los entrenara. Pasados unos meses, el maestro informó al rey que uno de los halcones estaba perfectamente, pero al otro no sabía qué le sucedía, no se había movido de la rama donde lo dejó el día que llegó.

El rey mandó llamar a curanderos y sanadores para que vieran el halcón, pero nadie pudo hacerlo volar.

Entonces el monarca decidió comunicar a su pueblo que ofrecía una recompensa a la persona que hiciera volar al halcón.

A la mañana siguiente, vio el halcón volando ágilmente por los jardines. El rey dijo a su corte:

- *Traedme al autor del milagro*

Su corte le llevó a un humilde campesino. El rey le preguntó:

- *¿Cómo hiciste volar al halcón? ¿Eres acaso un mago?*

Intimidado, el campesino dijo al rey:

- *Fue fácil, mi Señor. Solo corté la rama y el halcón voló. Se dio cuenta de que tenía alas y se echó a volar.*

Para comentar el cuento se pide hacer en familia una lista de los miedos que descubren en ellos, de esos mensajes como “me la voy a pegar”, “no podré con todo esto”, “y si me sale mal”... Mírate, como el pequeño halcón, agarrado a la rama..

¹ ALVEAR, J.M., *Emociones. Escucho mi corazón*, PPC, Madrid 2007, p 28-29

Dinámica 2: Llamarse por el susurro

Objetivo:

- Trabajar la confianza
- Que cada persona se sienta reconocida por otro

Descripción: Una persona de cada pareja llama a la otra. Esta, con los ojos cerrados se orienta por lo que oye.

Desarrollo: Se forman parejas dentro de la familia, y se separan en dos grupos, formados por un miembro de cada familia. Un grupo se sienta en un lado de la sala y el otro grupo se sitúa en el lado opuesto, contra la pared con los ojos cerrados. El juego se va a desarrollar en dos momentos.

- Uno, en el que cada una de las personas sentadas, va a pronunciar, uno por uno, susurrando suavemente el nombre de su pareja (después las personas sentadas se cambian de sitio).
- Y un segundo momento en el que las personas sentadas pronuncian todos los nombres al mismo tiempo y los que están con los ojos vendados salen en busca de su pareja. Tienen que tener confianza en la llamada de esa persona y van a llegar hasta donde ella está. Es el momento de que cada uno disfrute con el sonido de su nombre.

Después los grupos cambian de papel.

Dinámica 3: El jardinero

Objetivo: Desarrollar la confianza en sí mismo

Descripción: Consiste en recoger un objeto con los ojos tapados a través de un itinerario

Desarrollo: Los jugadores se sitúan en dos filas frente a frente a dos metros de distancia aproximadamente, representando los árboles de una avenida. La primera persona que hace de jardinero tiene que situarse en un extremo de la avenida (pasillo) con los ojos vendados, debiendo ir en busca de un caldero (u otro objeto) que se encuentra en el otro extremo de la avenida. Este trayecto debe hacerse sin tocar los árboles. Sucesivamente van saliendo nuevos jardineros, hasta pasar todo el grupo. Para facilitar el desarrollo de la actividad, los árboles podrán soplarle al jardinero cuando éste se acerque demasiado a los árboles

Evaluación:

- ¿Cómo se ha sentido?
- ¿Cómo sintieron a las demás personas?
- ¿El espacio?
- ¿Qué han sentido cuando alguien les ha soplado?

- ¿En qué pensaban durante el camino?...

ORACIÓN: Terminadas las dinámicas y la reflexión sobre ellas, hacemos un ratito de oración todos juntos en torno al texto Mateo 14, 30-31.

Dedicamos unos momentos a crear el clima adecuado para la oración. Invitamos a todos a serenarse, cerrar los ojos y escuchar el relato del Evangelio.

Proclamamos el texto y el animador invita a “meterse en él”, a imaginarse que somos cada uno, cada una de nosotros los que, como Pedro, intentamos andar sobre las aguas. Puede guiar la oración con las siguientes palabras.

Jesús caminaba sobre las aguas y Pedro intentó caminar también sobre ellas... Pero se asustó y, como empezaba a hundirse, gritó: ¡Señor, sálvame! Jesús le tendió la mano y lo agarró.

- *Imagina que caminas sobre el agua, como Pedro... Y sientes que tus miedos te asaltan... Y que empiezas a hundirte... ¿Qué miedos te hacen temblar y no poder seguir adelante?*
- *Entonces llega Jesús y te ofrece la mano... Y te agarra fuerte... Y te saca del agua... Tú, confía y agradece. ¿Qué quieres decir a Jesús? Dialoga con Él.*