

GIMNASIO VALLEGRANDE

“Crecimiento Continuo en Espiritualidad, Ciencia e Investigación”

Montería – Córdoba
2025

AÑO DEL PERDÓN Y LA RECONCILIACIÓN

PERSONAL GROWTH PLAN
Week from February 17th to February 23th



CONSIGNA:

"El primer paso hacia la reconciliación es la humildad, el reconocer nuestros errores y estar dispuestos a pedir perdón."

Mahatma Gandhi

RECONCILIACIÓN - TOLERANCIA

6° a 8°

JUSTIFICATION

En el **Gimnasio Vallegrande**, el año 2025 será un momento especial para promover la reconciliación y la tolerancia como pilares fundamentales de la convivencia. A lo largo de la historia, este período ha sido considerado una oportunidad para renovar el espíritu, acercarse a Dios con humildad y fortalecer el compromiso de vivir en armonía con los demás, respetando las diferencias y fomentando el perdón. El Papa Juan Pablo II afirmó que "la paz solo se logra con el respeto a los derechos de cada persona y el reconocimiento de su dignidad". Esta reflexión nos llama a construir una sociedad donde prevalezca el entendimiento mutuo, dejando de lado la indiferencia y practicando la empatía. El Año Jubilar es una invitación a redescubrir nuestra esencia como comunidad de fe y asumir la responsabilidad de edificar un mundo más justo y pacífico.

Este tiempo de reflexión también nos anima a fortalecer los lazos humanos a través del diálogo y la aceptación del otro. La tolerancia implica reconocer y valorar las diferencias, comprendiendo que cada persona tiene una historia, una perspectiva y un camino de vida propio. En este sentido, la comunicación juega un papel esencial, ya que fomenta el respeto y la armonía, tanto en la familia como en la escuela, espacios clave en la formación de valores que nos permiten convivir en paz.

La Tolerancia:

Base para una Convivencia Respetuosa

La tolerancia es un valor esencial que permite la construcción de entornos armoniosos donde las diferencias no dividan, sino enriquezcan. **En el hogar**, aceptar y respetar las opiniones, creencias y formas de ser de cada miembro fortalece los lazos familiares y genera un ambiente de comprensión mutua. Durante el Año Jubilar, las familias tienen la oportunidad de reflexionar sobre la importancia de la paciencia y el diálogo, promoviendo relaciones basadas en la escucha y el respeto. Al reconocer que cada persona es única, se cultiva un espacio donde todos pueden expresarse libremente sin temor al rechazo o la incompreensión.

En la escuela, la tolerancia es clave para la formación

integral de los estudiantes. Más allá de transmitir conocimientos, la educación debe fomentar el respeto por la diversidad y la construcción de un ambiente donde cada persona se sienta aceptada y valorada. Los docentes juegan un papel fundamental al promover la inclusión, la empatía y la resolución pacífica de conflictos, enseñando con el ejemplo que la diferencia es una oportunidad para aprender y crecer. Cuando la escuela se convierte en un espacio de convivencia basado en el respeto, se sientan las bases para una sociedad más justa y solidaria. El diálogo y la aceptación del otro permiten que tanto la familia como la escuela sean escenarios donde se fortalezcan la confianza, el entendimiento y la unión. Que este tiempo de reflexión nos inspire a valorar las diferencias, a encontrar en ellas una fuente de aprendizaje y a construir relaciones más humanas y fraternas.

"No se trata de vernos iguales, sino de aceptar que en nuestras diferencias está la riqueza de la humanidad." - Desmond Tutu

La tolerancia es la clave para una convivencia pacífica. Practicarla no significa estar de acuerdo en todo, sino aprender a convivir con respeto, dignidad y apertura, construyendo juntos un mundo donde cada persona tenga un lugar y una voz.



Aprendiendo a Ser Más Tolerantes para una Mejor Convivencia

La tolerancia es un valor esencial en la sociedad, ya que nos permite convivir en armonía, respetando y aceptando las diferencias de los demás. Sin embargo, ser tolerante no significa simplemente soportar a los otros, sino comprender que cada persona tiene su propia historia, creencias y opiniones, todas igual de

válidas. Mejorar la tolerancia requiere paciencia, empatía y una actitud abierta al aprendizaje.

Estrategias para Fortalecer la Tolerancia

- ✚ **Escuchar con Atención:** Muchas veces, las discusiones surgen porque no prestamos atención a lo que los demás dicen. Aprender a escuchar sin interrumpir y sin prejuizar permite entender mejor las razones y emociones de los otros.
- ✚ **Aceptar la Diversidad:** No todos pensamos igual, y eso es lo que hace que la sociedad sea enriquecedora. Aceptar diferentes formas de vida, creencias y opiniones nos ayuda a construir relaciones más sanas y a evitar conflictos innecesarios.
- ✚ **Practicar la Empatía:** Ponerse en el lugar del otro es clave para mejorar la tolerancia. Antes de criticar o rechazar una idea, intentemos comprender los motivos que hay detrás de ella. La empatía nos permite conectar con los demás y fomentar el respeto mutuo.
- ✚ **Controlar las Reacciones:** Es normal sentir frustración cuando no estamos de acuerdo con alguien, pero responder con agresividad solo empeora la situación. Aprender a manejar nuestras emociones y expresar nuestras ideas con calma favorece el diálogo constructivo.
- ✚ **Evitar los Prejuicios:** Juzgar a los demás sin conocerlos genera barreras que impiden la convivencia pacífica. Cuestionar nuestras propias ideas preconcebidas y estar dispuestos a conocer mejor a las personas nos ayuda a ser más tolerantes.
- ✚ **Fomentar el Respeto Mutuo:** La base de la tolerancia es el respeto. Aunque no compartamos ciertas opiniones, siempre debemos tratar a los demás con dignidad y consideración.
- ✚ **Construyendo una Sociedad Más Tolerante:** La tolerancia no solo se practica en la familia o en la escuela, sino en todos los ámbitos de la vida. Al desarrollar una actitud de respeto y aceptación, contribuimos a la creación de espacios donde todas las personas puedan sentirse valoradas y escuchadas. Ser tolerante no significa estar de acuerdo con todo, sino saber convivir con quienes

piensan diferente sin generar conflictos. Cuando promovemos la tolerancia en nuestro día a día, ayudamos a construir un mundo más justo, pacífico y solidario.

La Reconciliación y la Comunicación: Claves para Relaciones Armoniosas

Las relaciones interpersonales, ya sean con amigos, familiares o compañeros, no siempre son fáciles. En ocasiones, surgen desacuerdos, conflictos o malentendidos que pueden generar distanciamiento y dolor. Sin embargo, la comunicación y la reconciliación juegan un papel fundamental en la restauración de los lazos afectivos y en la construcción de relaciones más sanas y resilientes.

¿Por qué es fundamental la reconciliación?

- ✚ **Restablece la confianza:** Permite reparar vínculos afectados por desacuerdos y fortalecer la relación.
- ✚ **Libera el peso del rencor:** Dejar atrás resentimientos nos ayuda a avanzar con una actitud más positiva.
- ✚ **Fomenta el respeto y la empatía:** Comprender las emociones y perspectivas de los demás nos hace más comprensivos y solidarios.
- ✚ **Fortalece los lazos afectivos:** Aprender a perdonar y dialogar genera relaciones más profundas y auténticas.

Reconciliarse no siempre significa que todo será como antes, pero sí nos brinda la oportunidad de sanar, aprender y crecer como personas. La comunicación sincera, el respeto mutuo y la voluntad de perdonar son esenciales para convivir en armonía y construir un entorno donde prevalezcan la paz y el entendimiento.

YOUNG VALLEGRANDISTA

En el Gimnasio Vallegrande, la reconciliación y la tolerancia son esenciales para una convivencia armoniosa. Los desacuerdos son naturales, pero aprender a resolverlos con respeto y empatía fortalece

nuestros lazos.

Ten en cuenta:

Diálogo sincero: Expresarnos con respeto fortalece la comunicación.

Escucha empática: Comprender al otro ayuda a prevenir conflictos.

Perdón genuino: Reconocer errores y aprender de ellos nos une.

Respeto a la diversidad: Aceptar las diferencias nos hace crecer.

Promover estos valores en la escuela y el hogar nos permite construir una comunidad más unida, donde el respeto y la paz sean la base de nuestras relaciones.

Ruta Integral para una Convivencia Escolar Armoniosa

La Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar es un conjunto de estrategias diseñadas para fomentar un ambiente escolar seguro, respetuoso e inclusivo. Su propósito es garantizar que estudiantes, docentes y personal educativo desarrollen relaciones basadas en el respeto, la empatía y la paz, promoviendo el bienestar emocional y fortaleciendo la convivencia. Este modelo establece mecanismos para identificar, prevenir y abordar situaciones de conflicto, acoso escolar o cualquier forma de violencia. A través de la participación activa de la comunidad educativa y las familias, se impulsa la construcción de una cultura de paz, donde la resolución de desacuerdos se realice de manera dialogada y constructiva. Así, la convivencia escolar se convierte en un espacio de aprendizaje mutuo, basado en valores como la solidaridad, la tolerancia y el respeto.

ACTIVITIES

Monday, February 17th, 2025.

■ **Video y reflexión:** Veo el video 🎥 "El Puente" (corto animado sobre la importancia del diálogo y la tolerancia).

Escribo en mi cuaderno: ¿Qué mensaje me dejó el video? ¿Cómo podemos aplicar la tolerancia en nuestra vida diaria?

Link:

https://youtu.be/XQsd-fs_5DY?si=sxPPGNfrd4w562pS

Tuesday, February 18th, 2025.

Escribo sobre una situación en la que me costó ser tolerante (en casa, con amigos o en la escuela). Luego, respondo:

1. ¿Qué sentí en ese momento?
2. ¿Cómo pude haber reaccionado con más paciencia y respeto?
3. ¿Cómo actuaré la próxima vez para ser más tolerante?

Wednesday, February 19th, 2025.

Elaboro una sopa de letras con términos como respeto, paciencia, diálogo, empatía, paz, comprensión, armonía, amistad. Escribo el significado de 3 de estas palabras y cómo se relacionan con la tolerancia.

Thursday, February 20th, 2025.

Hago un dibujo representando un acto de tolerancia o reconciliación en la escuela o en casa. Escribo una breve explicación sobre mi dibujo.

Friday, February 21st, 2025.

Creo un cómic de tres viñetas donde un personaje resuelve un conflicto usando diálogo, respeto y perdón.

Saturday, February 22nd, 2025.

En casa, realizamos una oración por la paz y la reconciliación en nuestro hogar y comunidad.

Sunday, February 23rd 2025

Asisto en familia a la misa y reflexiono sobre el Evangelio. Escribo una carta de perdón a alguien con quien haya tenido un conflicto o una carta de gratitud a alguien que me haya enseñado el valor de la tolerancia



“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”