

Actitud 12 : Responsabilidad



humildad	respeto
paciencia	perdón
satisfacción	gratitud
alegría	▶ responsabilidad 12
bondad	principios
honestidad	aspiraciones
generosidad	altruismo
habla positiva	valentía

Personaje: Riche Responsabilidad

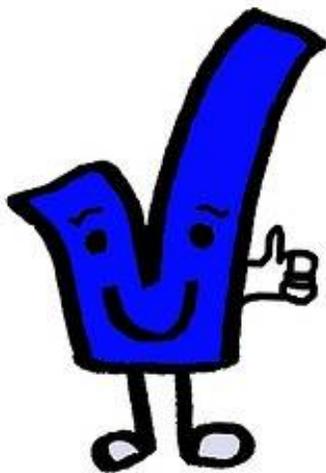


Riche da un paso adelante para hacer lo que hay que hacer; los demás pueden contar con él.



Las canciones positivas te ayudan a recordar las ideas más importantes si las repites muchas veces.

Conmigo ya puedes contar.



“Ser responsable” significa que las personas que quieres y los amigos puedan confiar en ti, es decir, que seas fiable, constante, que cumplas lo que dices. Podríamos hablar de “ser responsable” o también de “ser leal”, y podemos practicarlo con las personas que tenemos cerca y también hacerlo extensivo a todos.

Responder con Habilidad



Canción rítmica de doce tiempos con preguntas y respuestas, para ir dando palmas o marcando los tiempos despacio y a un ritmo regular, con más fuerza en las sílabas **en negrita**.

Pregunta:

Respuesta (uno o todos):

1 **¿Quiero ayuda** cuando
bien las cosas van?

¡No!

2 **¿Quiero ayuda** si las
nubes se tapan?

¡Sí!

3 **¿Quién dará un paso**
adelante sin faltar?

4

¡Conmigo ya
puedes contar!

5 **¿Puedo confiar,**
y en ti yo descansar?

6

¡Conmigo ya
puedes contar!

7 **¿Quién en mi caso,**
me apoya a cada paso?

8

¡Conmigo ya
puedes contar!

9 **Libre de duda.**

10 **Y si otro amigo**

Confía en mi ayuda.

11 **Todos juntos,**
listos a empezar...

...necesita algo...

12

Todos: **¡Con nosotros ya
puedes contar!**



Actividades



Pruébalo: Conexiones

Estás interconectado: compartes calles, carreteras, tiendas, el aire, los parques, un planeta... y mucho más; lo que haces, o lo que no haces, afecta a los demás. Igual que ocurre con una torre de ladrillos o de cartas, es muy difícil afectar a un elemento sin que eso tenga un efecto en los demás, es decir que eres interdependiente: dependes de los demás y los demás dependen de ti. Las siguientes actividades, que investigan sobre la interconexión, pueden ayudarte a ver lo importante que es esforzarse en ser fuerte y fiable.



Una cadena es igual de fuerte que su eslabón más débil.

Juego:

Palillos caseros

Consigue 20 palillos chinos, o pajitas o lápices... que tengan el mismo tamaño y forma, sean rectos y duros. Deben ser igual de largos que los palillos chinos. Agarra todos los palillos juntos con una mano y sujétalos apoyando uno de los extremos de los palillos en una mesa (el otro extremo debe estar mirando hacia arriba); entonces, suéltalos todos de golpe para que caigan en todas las direcciones y el juego trata de ir levantando un palillo cada vez pero sin mover en lo más mínimo ningún otro palillo (si alguien mueve otro palillo, el turno pasa al siguiente jugador). Gana quien consigue levantar más palillos, y si queréis podéis marcar algunos palillos con pintura para que valgan más puntos que otros, o podéis hacer que el juego sea cooperativo intentando levantar entre todos cuantos más palillos en menos turnos.



Experimento:

“Flotadores”

Juega con objetos que estén flotando en el agua para ver si consigues mover uno sin que se muevan los demás: hojas en un estanque, frambuesas en un bol, o cualquier cosa que flote en el fregadero de la cocina. Es increíble lo lejos que puedes estar y aún así afectar a los otros objetos: todos estamos conectados.

Proyecto de arte:



El camino marcado

Hay unos dibujos de cómic, que se llaman [Family Circus](#) donde hay una línea discontinua que marca el recorrido que hace uno de los niños. Imagínate que tú dejaras un rastro de todas las conexiones que tienes con los demás en un día normal. Dibuja dónde vas, a quién ves, con quién hablas, aunque sea por teléfono o a través del ordenador. Dibuja tu recorrido desde la mañana hasta la noche, mostrando a quién puedes afectar, ¿cómo es tu “red de conexiones”?

Pruébalo: ¿Qué significa?



Hay muchas palabras que significan cosas parecidas a “responsable”.

Juego de palabras:

Desenredar con responsabilidad

Desenreda estas letras para formar palabras con sentido parecido a “responsable”.

(Pista: la primera y la última letra están en el lugar correcto.)

FALIBE DCENFOANIZA LAEL
SDLIROIAO CMOPUDLIR

La solución está en la última página del capítulo, en la “repetición de la jugada”.



Pruébalo: Otra vez, no me tomes la palabra.

Hay seis citas sobre la responsabilidad, cortadas por la mitad, que proceden de todo el mundo. Puedes elegir el nivel de dificultad para jugar. Si llegas al nivel 3 o a otro superior, por favor escríbenos un mensaje a la dirección de correo electrónico que hay en la esquina inferior izquierda de la página. Las respuestas están al final de este capítulo, en la página de la “repetición de la jugada”.

Juego:

Parejas y niveles 2

Imprime la página siguiente en una cartulina o bien imprime en papel normal y después pégalo a una cartulina; recorta las doce tarjetas por las líneas y ya puedes jugar, se trata de reunir las dos mitades de cada cita.

Nivel 1: Poned todas las tarjetas boca arriba y encontrad las parejas de cada mitad entre todos.

Nivel 2: Poned todas las tarjetas boca abajo y por turnos levantad las tarjetas (dos cada vez) intentando encontrar las parejas de cada mitad. Jugad hasta que hayáis encontrado todas las parejas y todas las citas estén completas.

Nivel 3: Haced el juego más grande añadiendo tarjetas de los otros dos capítulos donde hay citas de este tipo (Generosidad y Aspiraciones).

Nivel 4: Encontrad o escribid más citas sobre la responsabilidad u otras actitudes y haced más tarjetas vosotros mismos/as.

Nivel 5: Estudiad las citas y preguntaos los unos a los otros, diciendo solamente la primera mitad de la cita, a ver si la otra persona es capaz de recordar la segunda mitad.

Parejas y niveles 2: Tarjetas para jugar



<p>A12 – 1</p> <p>Los amigos a quienes puedes llamar...</p>	<p>A12 – 2</p> <p>Para vivir la vida plenamente, hay que tener el valor de cargar con la responsabilidad...</p>	<p>A12 – 3</p> <p>Debemos querer a los amigos por su propio bien...</p>
<p>A12 – 4</p> <p>Es fácil evitar nuestras responsabilidades, pero no podemos...</p>	<p>A12 – 5</p> <p>No basta con mirar los escalones de la escalera,...</p>	<p>A12 – 6</p> <p>Saber algo no es suficiente, hay que aplicar lo que se sabe...</p>
<p>A12 – A</p> <p>...hay que subir por ellos. -- Vaclav Havel, República Checa.</p>	<p>A12 – B</p> <p>..evitar las consecuencias de evitar nuestras responsabilidades. -- Josiah Charles Stamp, Reino Unido.</p>	<p>A12 – C</p> <p>...de las necesidades de los demás. -- Aung San Suu Kyi, Birmania.</p>
<p>A12 – D</p> <p>...a las 4 de la madrugada son los que importan. -- Marlene Dietrich, Alemania.</p>	<p>A12 – E</p> <p>...en vez de por el nuestro. -- Charlotte Bronte, Reino Unido.</p>	<p>A12 – F</p> <p>...desear hacer algo no es suficiente, hay que hacerlo. -- Johann von Goethe, Alemania.</p>

Inténtalo de verdad: El mensaje es “puedes contar conmigo”.



¿Cómo te sientes si alguien no cumple algo que te había prometido? Si un amigo te dice que te traerá agua al lugar donde estás jugando, pero se olvida, o si tu primo/a queda contigo después de la escuela pero en vez de eso se va al cine, ¿qué te dice eso de cómo te valoran?

¿Qué mensajes envías a los demás con tus acciones? ¿Tu comportamiento dice “puedes contar conmigo, yo cumplo lo que digo”? ¿O dice “puede que lo haga o puede que no, según cómo esté en ese momento”? ¿Cómo te sientes si has quedado con un amigo/a y no apareces?, ¿Crees que le has enviado el mensaje “no eres lo bastante importante para mí como para cumplir mi promesa”?



Foto : Mike_tn

Promesa:

Lo digo => lo hago ¿Captas el mensaje?

¿Quieres que tus amigos/as y tu familia piensen que te importan y que pueden contar contigo porque cumples lo que dices? Durante una semana, intenta centrarte en hacer todo lo que dices que vas a hacer. Puede que necesites anotar lo que dices que harás, para no olvidarte. Sé digno/a de confianza y ábrete a la nueva experiencia de hacer algo que te parece importante.



Actuando de forma responsable muestras a tus amigos/as que tu palabra es válida y que pueden confiar en ti, así que puede que respondan compartiendo contigo más tiempo o más cosas.

También muestras a los adultos que te rodean que estás preparado/a para pasar al siguiente nivel de crecimiento. Yo le digo a mi hijo adolescente: “tú eres quien me enseña cómo hacer de madre a través de tus actos, porque me muestras de qué eres capaz”.



**Promesa:
Responsabilidad implícita**



Por un día, intenta, además de hacer lo que dices que vas a hacer, ocuparte también del resto de tareas “implícitas” como ordenar tus cosas o hacer el trabajo de la escuela. Para esto tendrás que organizarte y concentrarte... quizás te resulte útil hacerte una lista con cuadrados que vayas tachando a medida que haces las cosas: deberes, hacer ejercicio, jugar, practicar música, tareas domésticas...

Para ser responsable, lo primero que hay que hacer es habituarse a hacer lo que has prometido.

Lo siguiente es hacer las cosas que implica ser miembro de una familia, un equipo o un grupo.

Después, hacer lo que te piden quienes te rodean, tus seres queridos.

Por último, se trata de darse cuenta de las cosas que hay que hacer y dar un paso adelante para hacerlas.



Oportunidad: Encuentra un nuevo sistema: da un paso adelante

Esta semana, encuentra nuevas formas de mejorar las cosas para tu familia y tus amigos/as. Por ejemplo, cuando veas que hay un problema, haz lo que puedas para solucionarlo. Si a un amigo/a se le cae algo, ayuda a recogerlo; si están molestando a alguien, busca alguna forma segura de ayudarlo. Da un paso adelante para resolver cosas que veas a tu alrededor: ¿Puedes hacer que algo cambie tu entorno más cercano?

Hay muchas oportunidades para “dar un paso adelante” y ser responsable. Por ejemplo, podrías barrer el suelo cuando veas que hace falta sin que te lo pidan, pasar tiempo con un amigo/a que lo está pasando mal, ayudar a crear un programa de música o de deportes para evitar que algunos chicos/as se metan en líos... Escribenos y cuéntanos lo que has hecho, incluso aunque sea algo pequeñito... recuerda que incluso los pasos más cortos son un gran progreso.

Inténtalo de verdad: No juegues a ser un camaleón.



Foto: Paul Shaffner

¿Sabes lo que hacen los camaleones? Cambian de color para imitar su entorno. Mi hijo de 11 años llama “camaleones” a las personas que cambian su manera de ser o actuar según quienes tengan delante en ese momento, para causarles buena impresión ¿Qué sientes cuando ves a alguien cambiar de opinión, contar algo diferente a lo que habían dicho antes o cambiar de tono de voz según a quién hablen? ¿Crees que eso está bien a veces?



Observa:

¿Me estoy poniendo verde?

Esta semana, obsérvate a ti mismo/a para ver si actúas diferente cuando estás con tus amigos de siempre, con un nuevo grupo de amigos, con tus padres, tus abuelos, hermanos/as, maestros/as o con alguien que no te gusta. ¿Qué maneras de actuar diferente son responsables, haciendo algo que ayuda, y cuáles son “ser un camaleón”, es decir, no ser tú, simplemente para encajar?

Experimento:

col roja... no, ¡Morada!, no, ¡Verde! ¡Roja!

Necesitas una col lombarda*, agua, una olla, fuego para cocinar, varios bastoncillos de algodón (o filtros de máquina de café eléctrica**) y un adulto que te ayude. Corta finita una cuarta parte de la col, métela en la olla, cúbrela de agua y déjala hervir hasta que el agua quede de color morado oscuro. Deja que se enfríe y cuela el líquido. Sumerge todos los extremos de cada bastoncillo (o todo el filtro de café) en el líquido y deja que se sequen. Entonces, ve mojando cada bastoncillo (o tiras del filtro de café) en diferentes líquidos y mira qué le sucede al color... puedes probar con vinagre, con una solución de bicarbonato de sodio (http://es.wikipedia.org/wiki/Bicarbonato_de_sodio) en agua, zumo de naranja o de limón, agua con sal o con azúcar, o leche. Verás como los colores cambian por arte de magia.

*si no hay col lombarda o morada, puedes hacerlo con cebollas rojas o con arándanos.

**también puedes usar servilletas de papel o pañuelos de papel blancos, pero los filtros de café y los bastoncillos de algodón funcionan mejor.





¿Qué está pasando?

El cambio de color de morado a rojo o a verde indica un cambio en el entorno del zumo de col seco. Ese cambio es el pH o nivel de acidez del líquido (http://www.seed.slb.com/es/scictr/lab/food_ph/index.htm) con que entra en contacto. Cuando cambias tu forma de actuar porque estás en una biblioteca o en un lugar donde hay que comportarse con respeto, eso ayuda y es responsable. No es “ser un camaleón”.

Escribe una obra de teatro:

Obra reptiliana

Te proponemos que escribas tu propia obra de teatro corta, como las que hay al principio de los capítulos de Humildad y Respeto. Crea un personaje que “sea un camaleón” y otro que no. Por ejemplo, puede que cambien lo que dicen según lo que les dicen dos grupos distintos de amigos. Puede ser algo poco importante, como el juego de cartas que más les gusta, o algo muy importante. Sé creativo/a y envíanos tu obra de teatro, nos encantará leerla.



Inténtalo de verdad: Quiero dar las gracias a mi equipo...



Foto Sharla Flora

Todos necesitamos apoyo en algún momento de nuestras vidas. Necesitas tener amigos en tu “equipo de apoyo” a quienes les puedas preguntar con total confianza si tienes ketchup en la cara, que no te vayan a engañar o a hacer bromas al responderte. También necesitas tener adultos en quienes puedas confiar si hay algún problema del que no puedas hablar con tus padres o quien te cuida habitualmente. Puedes intentar ser este tipo de amigo/a y convertirte en este tipo de adulto.

Imagínate:

Esta es la situación...

Siéntate tranquilo/a e imagínate las siguientes escenas. ¿Quién te viene a la mente?

1. Estás jugando con un grupo de amigos en casa de uno/a de ellos. Alguien te pega un papel en la espalda y los demás se ríen. ¿A quién le preguntas qué dice en el papel?
 2. Es la hora de comer en la escuela y has perdido el dinero para comprar tu comida. ¿A quién le puedes pedir prestado dinero? ¿Quién confiará en ti o compartirá contigo la comida?
 3. Estás haciendo los deberes y de pronto tu hermano se cae al suelo desplomado delante de ti. ¿A quién llamas?
 4. Estás en casa solo/a por primera vez. Te sientes bien porque confían en que no vas a hacer nada peligroso. Lavas una manzana para comértela, pero al cerrar el agua algo se rompe y el agua sale por todas partes. No puedes encontrar a tus padres, ¿a quién llamas o a dónde vas?
- ¿Por qué no agradecer a los amigos en quienes confías y a los adultos a quienes te gustaría parecer que estén ahí cuando los necesitas?

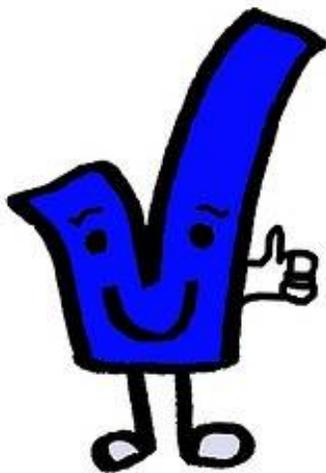
Tú ya ayudas de alguna forma a tus amigos, tu familia y otros grupos como equipos deportivos, etc. A medida que vayas creciendo, quizás tendrás que elegir entre algunos de esos grupos, cuando no sea posible ayudarles a todos. Yo, por ejemplo, pasé muchos meses lejos de mi familia, y me perdí cosas como el cumpleaños de nueve años de mi hijo, mientras cuidaba a un miembro de la familia que se estaba muriendo. Esta fue una de las cosas más difíciles que he hecho en mi vida, pero fue más fácil cuando mi hijo me dijo: “vete tranquila, mamá, sé que allí te necesitan más que aquí, ahora mismo”.

Lee:

Mi pueblo, mi familia.

Leyendo la biografía de Aung San Suu Kyi (en http://es.wikipedia.org/wiki/Aung_San_Suu_Kyi o en http://www.biografiasyvidas.com/biografia/a/aung_san_suu.htm) verás que tuvo que elegir entre las necesidades de su país y las de su familia. Durante más de dos décadas ha estado bajo arresto domiciliario en Birmania a causa de sus actividades políticas, y eso le privó de estar con sus hijos mientras crecían y con su marido, cuando éste murió. Elegir entre distintas responsabilidades no es fácil, pero ayuda acordarse de que tenemos suerte de poder ser útiles en más de un lugar.

Repetición de la jugada: preguntas rápidas sobre la responsabilidad



Solución al "desenredo de palabras"

FIABLE
DE CONFIANZA
LEAL
SOLIDARIO
CUMPLIDOR

Solución a las parejas de citas:
1D 2C 3E 4B 5A 6F