



*Institución Educativa San Vicente de Paúl*  
*"El servicio a los demás debe de acompañar y ser base de nuestra cotidianidad"*



Código:

PROYECTO DE CONVIVENCIA: VIVIR, CONVIVIR Y SER FELICES EN EL AULA

VERSIÓN:

DE: ORIENTACIÓN ESCOLAR  
PARA: DOCENTES DIRECTORES DE GRUPO SEXTO A ONCE  
FECHA: JULIO 2019  
ASUNTO: EL VALOR DE LA GRATITUD.

**OBJETIVO GENERAL DEL PROYECTO:** Transformar y fortalecer el tejido social de la comunidad educativa, mejorando los ambientes de aprendizaje en el aula, el buen trato en la escuela y las practicas de crianza en las familias de los estudiantes de la Institución educativa San Vicente de Paúl.

**PROPÓSITO DE LA DIRECCION DE GRUPO:** Compartir y analizar con los estudiantes el valor de la gratitud. Es importante estar conscientes de que tenemos mucho que agradecer, pues si no sabemos valorar lo que tenemos vamos adoptando una conducta de quejas e inconformidades y lamentamos constantemente aquello que no tenemos.

### LA GRATITUD

La **gratitud** se manifiesta cuando somos capaces de reconocer el apoyo, la cordialidad o las cosas positivas que otros han hecho por nosotros, pero también cuando reconocemos nuestro propio valor y las cosas buenas en nuestra vida. La **gratitud** se manifiesta hacia fuera cuando decimos gracias con una sonrisa o cuando le hacemos saber a quien nos ayudó, lo importante que su apoyo fue para nosotros. Si lo pensamos bien, nos daremos cuenta que estamos rodeados de personas que nos ayudan de muchas formas, decir "gracias" es una buena forma de retribuir su esfuerzo.

**Una persona agradecida está inspirada por un sentimiento, el amor:** experimenta afecto por quien le ha proporcionado un valor y se lo demuestra con alguna acción concreta o con palabras claras. Las personas agradecidas no sufren odios ni resentimientos: libremente reconocen y premian a quienes las han ayudado pues aceptan en lo más profundo los beneficios que han recibido de los demás, mismos que son también una muestra de cariño. Agradecer significa aceptar, dar valor y celebrar aquello que nos entregan quienes nos rodean en las medidas de sus posibilidades. En el mejor de los casos marca el inicio de una relación sólida y comprometida en la que las dos partes se turnan para dar y recibir constantemente.

La **gratitud** es el alma de la palabra **gracias**, y es un sentimiento de reconocimiento de un beneficio que se ha recibido o se recibirá. Y se multiplica cada vez que eres capaz de ver, en lo cotidiano, un regalo: en la sonrisa de un amigo, en una canción, en la comida...

La gratitud es un sentimiento puro y profundo, además de **poderoso**. Es capaz de cambiar nuestra actitud, nuestro estado de ánimo, nuestra manera de interpretar nuestras circunstancias y la realidad que nos rodea. Además, también tiene la capacidad de cambiar las **respuestas** o reacciones de nuestros interlocutores, y en última instancia, de transformar nuestras relaciones. Podríamos decir que 'gracias' es, sin lugar a duda, una palabra **mágica**. La gratitud te enseña a disfrutar más de la vida. Es la entrada a la **felicidad**.





*Institución Educativa San Vicente de Paúl*  
*"El servicio a los demás debe de acompañar y ser base de nuestra cotidianidad"*



Código:

**PROYECTO DE CONVIVENCIA: VIVIR, CONVIVIR Y SER FELICES EN EL AULA**

VERSIÓN:



Cuando no valoramos lo que tenemos, cuando nos pasamos el día quejándonos por lo que no tenemos o conseguimos, es inevitable que nos invada un sentimiento de insatisfacción. Centrar nuestra atención en todo aquello negativo, sin duda, no contribuye a nuestra felicidad.

Es curioso ver cómo personas, ante las mismas circunstancias, reaccionan de maneras muy diferentes. Todos conocemos a personas que son felices con lo que tienen, que saben afrontar las adversidades y saben valorar y agradecer todo lo bueno que les ofrece la vida. Y no hace falta decir que también conocemos personas a las que les pasa todo lo contrario. A pesar de tenerlo todo, siempre se muestran insatisfechas o infelices.

Dar las gracias por las pequeñas cosas que nos regala la vida nos ayuda a centrar nuestra atención en todo lo bueno que nos rodea. ¡Nos ayuda a ser felices y a tener mejores relaciones con los demás!

## **AGENDA DE TRABAJO**

1. Comparta con los estudiantes los conceptos teóricos.
2. Comparta los objetivos: a. Desarrollar conocimientos sobre cómo actúan las personas agradecidas. b. Desarrollar emociones positivas hacia las personas agradecidas.
3. El docente realizará un grupo de preguntas para constatar el conocimiento que tienen los estudiantes sobre la gratitud. *¿Sabes que es la gratitud? ¿Cómo puede demostrar una persona su gratitud? ¿A quiénes demostraremos gratitud? ¿Cómo se demuestra la gratitud?*
4. El docente explicará a los estudiantes que la gratitud es un sentimiento que conduce a estimar el favor que se nos ha hecho o nos han querido hacer, y a corresponderlo de alguna manera, por ejemplo, querer mucho a las personas que nos cuidan, que nos educan, es agradecerle a estas personas todo lo que hacen por el bien de nosotros, al médico y a la enfermera que nos cuida cuando estamos enfermos, a los trabajadores de la escuela que nos enseñan y nos cuidan, a nuestros padres. La gratitud se demuestra con expresiones de afecto, portándonos bien con esas personas, que se sientan queridos por nosotros, estando prestos a ayudarlos en todo lo que podamos.
5. Los estudiantes hacen un círculo, cada estudiante agradecerá a un compañero tirándole la pelota, quien recibe la pelota repite el agradecimiento a otro compañero, así hasta terminar el juego.
6. Entregue a la docente orientadora una muestra del trabajo elaborado por los estudiantes.

Documento elaborado por:

GLORIA ELENA OSORIO CARDONA  
Coordinadora

LUISA FERNANDA ESPEJO OSORIO  
Docente orientador