**GUIA 2. EL CAMBIO EN LA VIDA DEL HOMBRE COMO OPRTUNIDAD DE CRECIMIENTO**

**METODOLOGÍA**

Presento aquí algunos de los aspectos más importantes relacionados con la forma de trabajo:

* Es fundamental estudiar adecuadamente el material propuesto antes de comenzar a realizar las actividades, luego desarrollar las actividades en orden, enviar la primera, reportar y esperar que esta sea calificada para enviar la siguiente.
* Recuerda que reportar es enviar un correo al docente a través de la plataforma informando el nombre de la actividad enviada y la guía a la cual corresponde.
* En la educación virtual la comunicación es fundamental, para eso contamos con varios medios: foros, correo, chat, Messenger, Skype, teléfono, entre otros.
* Además de las actividades de las guías de aprendizaje es importante participar en los foros, participar en las sesiones de Live mitting programadas, etc.
* Es necesario reportar todas las actividades para que estas puedan ser calificadas.

**EVALUACIÓN**

La evaluación es un proceso que se realiza de manera permanente: la interacción del estudiante a través de los espacios creados, el envío secuencial y permanente de las actividades propuestas, la participación en foros, chat, etc. A continuación se mencionan los elementos que se tienen en cuenta durante el proceso:

* Actividades de las guías: Actividad introductoria (solo en la guía 1) dinamizar, conceptualización y socialización.
* Participación en foros.
* Examen final de cada período.
* Chat con el docente en el aula virtual
* La participación sincrónica.

El acompañamiento a los estudiantes se realiza de manera permanente a través de las herramientas de la plataforma, Messenger, Skype, aula virtual cuando sea necesario, etc. Lo importante es avanzar en el proceso y corregir lo que sea preciso en el momento oportuno, siempre tratando de garantizar un excelente aprendizaje.

**CONTENIDO GENERAL DE LA GUÍA**

1. **La verdadera revolución que el mundo necesita**
2. **Resistencia al cambio**
3. **Entrevista a Edwar de Bono**
4. **Ejemplo de un buen cambio de la presencialidad a la virtualidad**
5. **Consejos prácticos en el momento de cambio**

**La verdura revolución que el mundo necesita.**

A continuación se recogen unas palabras de Mons. José Ignacio Munilla, obispo de San Sebastián, a propósito de la Cruz de los jóvenes, que está recorriendo distintas provincias españolas, como preparación de la JMJ Madrid 2011.

Encendidas en amor a Cristo, y secundadas por una vida entregada en la Causa de Jesucristo, este pastor nos habla de los espejismos y de las verdaderas revoluciones que el mundo de hoy necesita. Tiempos de crisis, son tiempos de santos. El problema no es de otros, no son otros los malos. La pregunta inexcusable, la que nadie se puede ahorrar en estos momentos decisivos de la historia de la humanidad es: ¿Qué he hecho por Cristo, qué hago por Cristo, qué voy a hacer por Cristo?

Esta cruz que tenéis ante vosotros, lleva más de 26 años de peregrinación… La mayoría de vosotros sois más jóvenes, y no habéis conocido personalmente muchas páginas de la historia de las que esta cruz ha sido testigo. Voy a empezar por aquí… Será bueno que nos enriquezcamos compartiendo nuestras experiencias.

Imagen tomada de: <http://miralarima.files.wordpress.com/2009/12/cambio-climatico.jpg>

Cuando yo tenía vuestra edad, el marxismo se presentaba ante la juventud como la ideología del futuro. Se nos decía que era el pensamiento científico que ponía las bases de un mundo justo.

Un punto de partida incuestionable del marxismo era que “la religión es el opio del pueblo”. Era necesario arrancar la fe religiosa del corazón del hombre, para que el mundo pudiese progresar.

Pero al otro lado del telón de acero, en los países comunistas, sucedían cosas que a nosotros -los jóvenes de Europa Occidental- nadie nos contaba. Más tarde supimos que en Lituania había un lugar llamado “El Monte de las Cruces” (Kryzu Kalnas), donde el pueblo trabajador acudía para clavar en sus laderas, pequeñas o grandes cruces de madera, como signo de su esperanza en Dios… Los soldados soviéticos arrancaban con odio, una y otra vez, todo aquel inmenso bosque de cruces, pero los lituanos volvían por la noche, para sembrar de nuevo el “Kryzu Kalnas” con aquel signo de esperanza….

Más tarde, cuando Juan Pablo II fue hecho Papa y cuando cayó el Muro de Berlín, supimos que en Polonia se había intentado construir una ciudad sin Dios (Nowa Huta), contra la voluntad de los obreros, en la que se prohibía la construcción de Iglesias. Quería ser el símbolo de una sociedad sin Dios y sin tradiciones religiosas. Pero los obreros se revelaron, llegando a celebrar la Noche de Navidad una Misa, en torno a su obispo, Karol Wojtyla… ante la amenaza de la policía comunista que exigía la disolución de aquellos revolucionarios de la Cruz… Como no tenían Iglesia donde refugiarse, levantaron una gran cruz en una explanada de los exteriores de la ciudad…

Queridos jóvenes, el Muro de Berlín se desmoronó, ante la sorpresa del mundo, como fruta podrida… Esta cruz fue testigo del derrumbamiento de la ideología marxista, y después que había pasado cuasi furtivamente al otro lado del telón de acero, terminó por cruzar la misma puerta de Brandeburgo…

La experiencia de la vida, a la luz del Evangelio, nos ha enseñado que no era verdad que la religión fuese el opio del pueblo. El opio del pueblo es otro: El opio del pueblo es el materialismo. El materialismo es una droga que crea una adicción tan grande, que nos impide ser libres, e incluso, que nos impide conocer a Dios y hasta conocernos a nosotros mismos. Y, que nos quede claro, el materialismo estaba a los dos lados del telón de acero, en oriente y en occidente, en el marxismo y en el capitalismo.

La verdadera droga que nos impide ser libres y maduros es ésta: el materialismo. Lo comprobamos día a día: la tentación del dinero, el consumismo, la tiranía de la moda, las envidias y las codicias, la utilización de los demás para nuestro provecho…

Pero el materialismo esconde una gran mentira: el hombre no es feliz con la mera satisfacción material de sus necesidades. Lo vemos diariamente: Hay gente tan pobre, tan pobre, que sólo tiene dinero. ¡Cuando tenemos un corazón materialista, rápidamente aflora en nosotros la amargura y terminamos condenados a la infelicidad!

Y, por el contrario, los pobres del mundo suelen darnos una auténtica lección de esperanza… ¡A cuántos misioneros les he oído contar la emoción que les produce comprobar que a los pobres del Tercer Mundo, no se les borra la sonrisa de los labios!

Por ello, esta Cruz es un signo de santa rebeldía y de insumisión frente al materialismo. Jesús nos dijo: “no solo de pan vive el hombre”… “¿de qué te sirve ganar el mundo entero si pierdes tu vida?”….

Esta Cruz es el signo de la verdadera revolución, la que no fue capaz de hacer el marxismo, porque se asentaba en unas bases falsas; la que este mundo capitalista y materialista necesita urgentemente. La Cruz es la imagen de la revolución del amor; pero no de un amor romántico (en el que terminamos utilizando al prójimo para buscarnos a nosotros mismos), sino de un amor crucificado, a imagen del de Cristo. “Nadie tiene amor más grande que el que entrega su vida por sus amigos”. He aquí el mensaje de la Cruz: Jesucristo ha entregado su vida por amor a nosotros, y nosotros estamos llamados a entregar nuestra vida por los demás.

**Resistencia al cambio**

Hablar de cambio es quizás hablar de una de las cosas más difíciles para el ser humano, la razón de esto es que nos acostumbramos a nuestra forma de ser, de actuar, de vivir la vida y cuando tenemos que hacer un cambio en alguno de estos aspectos realmente cuesta mucho trabajo.

A veces los cambios son una obligación a la cual nos resistimos con el alma. Se han hecho investigaciones acerca de cuáles son los procesos de duelo más difíciles de aceptar y que generan un cambio profundo en la vida de quien los vive.

El orden es el siguiente:

1. La muerte de un familiar

2. La pérdida de una parte del cuerpo

3. La separación

4. La pérdida de un buen empleo

Por lo general ante estos eventos generamos resistencia al cambio; negación, rabia, ansiedad, angustia, miedo, inseguridad, incertidumbre, y esto es normal. Sin embargo el ser humano debe buscar atravesar estos momentos de la forma más rápida posible con el fin de no quedarse bloqueado en sus emociones, sé que no es fácil, sin embargo hay etapas del proceso del cambio a las cuales hay que llegar rápidamente como: la aceptación, la esperanza, la expectativa y la confianza.

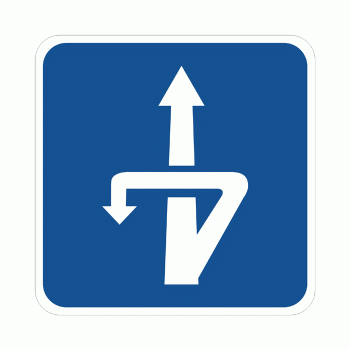
Imagen tomada de: <http://www.visitacasas.com/wp-content/uploads/2009/02/mudanza.jpg>

Sin embargo no son los únicos cambios a los que debemos enfrentarnos y a los que nos resistimos. Una persona malgeniada, una persona depresiva, una persona ansiosa, una persona que no se controla al comer, aunque quieren cambiar, en la mayoría de los casos no es fácil debido a que nos hacemos adictos a nuestras propias sustancias químicas en el cerebro las cuales producen estas emociones, es decir, la rabia, la depresión, la ansiedad, el impulso de comer etc, producen unas sustancias químicas a las cuales nos hacemos tan adictos como a las producidas por el cigarrillo el alcohol o las drogas, y es por esto que en muchos casos estas personas deben buscar ayuda psicológica debido a que no pueden generar cambios así mismos.

Por más que no disfruten ninguno de estos estados de forma consciente, a nivel inconsciente el cerebro busca que se genere dicha emoción para poder satisfacer su necesidad al producir los químicos necesarios para esto. Suena increíble pero así es. Entonces el malgeniado encuentra como enojarse fácilmente, el depresivo encuentra fácilmente el sentirse deprimido y el comedor compulsivo come hasta saciar su necesidad.

El cambio en cualquier sentido requiere hacer una modificación en nuestra actitud, en nuestros actos, muchos lo logran solos porque tienen una actitud fuerte, otros acuden al psicólogo porque necesitan una orientación y una ayuda externa para fortalecer su actitud o con el fin de reprogramar o modificar su sistema de creencias. Cualquiera de las dos es válida y se logran grandes resultados.

**Entrevista a Edward De Bono, experto en pensamiento creativo**

El premio Nobel de Física, Albert Einstein (1879-1955) afirmó que "no puede resolverse un problema pensando de la misma forma que cuando fue creado". De ahí que la crisis económica actual requiera que la sociedad en general y los empresarios en particular aprendan a pensar de una manera diferente para encontrar una solución eficaz y sostenible en el medio plazo.

Éste es el campo de investigación y divulgación del doctor Edward de Bono (Malta, 1933), prolífico escritor, psicólogo por la Universidad de Oxford y reconocido experto mundial en técnicas de pensamiento creativo e innovador, como los Seis sombreros para pensar y el Pensamiento lateral. Recientemente ha participado en la reunión anual de ex alumnos de EADA, donde aseguró que "el cambio climático no es la principal amenaza de la humanidad, sino la estrechez de nuestro pensamiento".

¿Qué ha averiguado acerca del funcionamiento de la mente?

La mente humana es un instrumento complejo y muy poderoso. Si no se utiliza adecuadamente genera malestar, ineficacia y, en definitiva, resultados pésimos, tal como estamos viendo hoy en día. Se sabe que nuestro cerebro es experto en crear patrones de pensamientos rutinarios, casi mecánicos. Pero no es muy bueno cambiándolos. Por eso nos cuesta tanto gestionar las crisis, que son tan necesarias para introducir cambios y poder así evolucionar.

Imagen tomada de <http://mediateca.educa.madrid.org/imagen/imagenes/publicas/tam3/52/52441tkljgtoqtpa.gif>

¿Y por qué cuesta tanto cambiar?

Porque somos y pensamos tal y como nos han condicionado desde pequeños. Una vez conformado nuestro sistema de creencias y, por ende, nuestro concepto de identidad, empezamos a pensar y a percibir la realidad de forma estandarizada y subjetiva, limitando las infinitas posibilidades que cada instante ofrece. Independientemente de lo que nos suceda, si experimentamos malestar es que nuestra interpretación del hecho en sí es limitada y, por tanto, equivocada. La negatividad es un síntoma de falta de imaginación y creatividad. No sirve absolutamente para nada.

**Ejemplo de un buen cambio, de la presencialidad a la virtualidad.**

En los últimos tiempos, ya sea por el impacto de la llamada Sociedad de la Información y del Conocimiento o sea, simplemente, porque las relaciones socio-laborales de las personas deben readaptarse a nuevas situaciones empresariales y personales, estamos asistiendo a un cambio de hábitos de los individuos que se están reflejando también en los procesos de formación. Así, y especialmente a medida que la edad de los estudiantes aumenta y, con ella, las responsabilidades a que están sujetos, la necesidad de ofrecer sistemas de formación que superen los obstáculos generados por los desplazamientos o por la falta de tiempo para asistir a las clases, se hace cada vez más evidente.

De ahí se deriva que, tanto los sistemas convencionales como los virtuales están condenados a entenderse: la educación convencional no va a desaparecer, pero sí a transformarse.

La diferencia más importante entre la educación en la presencialidad y en la virtualidad reside en el cambio de medio y en el potencial educativo que se deriva de la optimización del uso de cada medio. No podemos hacer lo mismo en medios distintos, aunque nuestras finalidades educativas y, por tanto, los resultados que perseguimos sean las mismos, pero debemos saber de antemano que el camino que debemos recorrer es distinto. En la aceptación de esta diferencia de medio de comunicación reside el éxito o el fracaso de la actividad educativa.

Imagen tomada de: <http://tecnoinfo11.wikispaces.com/file/view/VIRTUALIDAD.jpg/167189031/VIRTUALIDAD.jpg>

En realidad, el reto de la educación a distancia debiera ser el mismo que el reto de la educación presencial: incrementar el nivel de calidad de la formación universitaria que se está ofreciendo a nuestros ciudadanos, a la vez que promover la investigación necesaria para seguir mejorando.

**Consejos prácticos en el momento de cambio.**

No debemos temer a la competencia, sino a nuestra propia incompetencia.

Es preferible contradecirse que petrificarse. Los productos y sistemas trampa, ayer fueron útiles y hoy son un lastre.

Son tiempos de cambio, no todo cambio significa progreso, pero sí todo progreso significa cambio positivo.

Ante la adversidad muestre su grandeza. El líder que aspire a la Excelencia se tiene que forjar como el acero, a altas temperaturas.

Defina su nueva filosofía de Excelencia e involucre a toda su gente para convertirla en realidad.

Esté cerca de sus clientes, ellos son una fuente inagotable para la innovación efectiva y son la clave de la productividad.

Imagen tomada de: <http://www.uce.edu.do/Boletin_externo/Lists/RecursosNumerosBoletin/1-%20Educaci%C3%B3n%20en%20la%20Virtualidad.jpg>

Busque información, no cese de investigar; es el origen del cambio y manténgase muy cerca de su competencia, son un camino ya probado.

Avanzar permanentemente es la clave para no caer, mantenga un crecimiento sostenido.

Busque alternativas, nuevos caminos, métase en nuevos problemas, atrévase a demostrarse a sí mismo de lo que es capaz.

Solamente intentándolo lo sabrá, la acción es el mejor aprendizaje, la práctica hace al maestro.

Piense en grande, sea ambicioso y empiece en pequeño, es la clave del éxito.

No se derrumbe al primer intento, nada se puede lograr con voluntades pequeñas.

La creatividad no se puede ordenar, se tiene que inspirar, confíe en su gente, en su talento ilimitado, atrévase a descubrir su capacidad creadora.

Hoy más que nunca capacite, su gente son las manos que todos los días hacen la calidad, son el contacto primero y final con los clientes.

Diariamente motive a su gente, el entusiasmo es la fuerza que se necesita para hacer las cosas ¡ahora!

Aplique la tecnología de lo obvio, la mejor escuela del éxito es aprender del éxito.

Las naciones las forjan sus gentes, si deseamos una nación de calidad produzcamos primero calidad humana.

Nuestras naciones necesitan líderes de calidad, capaces de generar la suficiente riqueza material y espiritual para erradicar la miseria.

El desafío está en sus manos, atrévase a ser un triunfador.

Piense y busque la fuerza interior, póngase en las manos de Dios, y usted haga lo imposible por lograr la Excelencia e inevitablemente obtendrá el éxito.

¿De dónde han surgido las empresas de Excelencia? ¿Cómo logró un ser pequeño (físicamente hablando) como Gandhi liberar a un país de 700 millones de habitantes, India, del imperio más poderoso en su tiempo a nivel mundial? ¿Cómo logró Winston Churchill acaudillar a un pueblo, el británico, en franca desventaja?

¿Cómo pudo Charles de Gaulle encauzar a la resistencia más tenaz de la Segunda Guerra Mundial para liberar Francia? ¿Cómo han logrado algunas empresas pequeñas estar fabricando actualmente productos con cero errores y calidad total? ¿Cuál fue el secreto de aquel ser extraordinario que fundó una iglesia con sólo doce seguidores y actualmente cuenta con más de mil millones de fieles?

Las respuestas se resumen en que esas magníficas acciones han sido el resultado de un sueño de alguien que imaginó hacer posible lo imposible; el sueño de idealistas.

Seres con un sólido contenido existencial han creado filosofías que han trascendido su tiempo y han luchado incansablemente por concretar su sueño hasta hacerlo realidad. Ahí está el origen de las grandes obras: realizar acciones concretas hasta convertirlas en costumbres; de ahí han surgido también las grandes culturas.

Como decía Aristóteles: "La Excelencia, más que un acto aislado, es un hábito, un estilo de vida, es una forma de ser". Los líderes de Excelencia son sencillamente los que marcan la gran diferencia.

Como estudiante del Ciber colegio y próximo a graduarte te invitamos a seguir en permanente actitud de cambio, frente al mundo laboral que te recibe más competente en algunos campos del saber que necesitaras cualificar cada día más, son otros ambientes de aprendizaje los que te esperan, sin embargo, ya sabemos por lo estudiado que con criterio personal podemos aceptar los cambios que la vida presenta con miras a un futuro laboral mejor recompensado en lo social, económico, entre otros.