Ser capaz de amar

Documento de notas y apuntes

## Objetivo de la actividad:

Descubrir la importancia de ser capaz de amar

Cómo hacer sentir a las personas

## Recursos:

Videos

Frases de reflexión

Compartir de experiencias

Preguntas reflexivas

El significado de amar

## Podemos:

Realizar una invitación a nuestros compañeros, ser capaz de amar con su definición acerca del afecto

## Debemos:

Construir un guion

Ese día vernos en pantalla (encender cámaras)

## Al final puede ir:

* Collage - Un video con las fotos que sus compañeros nos van a enviar
* Una canción
* El juego que hicimos en puzzel.org
* Amor propio
* Amor a otros
* Amar las cosas

# Contenido

## Inicio:

1. Empezar con poster de invitación (?)
2. Iniciar con la definición del tema: Ser capaz de amar

### **James > 20 min**

* 1. El puente > <https://www.youtube.com/watch?v=sh4DEg47c00> < 5 min
  2. Reflexión del video > 3 min
  3. ¿Que es el amor? < 3 min
  4. Definición de Ser capaz de amar < 3 min
     1. Ej.: Sacar la capacidad de amar, de los momentos más difíciles, luchar contra eso, y ser capaz de amar
  5. ¿Qué es Amar? < 3 min
  6. Iniciar con una pregunta sin responder: ¿Eres capaz de amar? (A ti mismo, A los demás) < 1 min
  7. Cada uno leer una frase, dar un pequeño espacio para aportar ideas y reflexiones < (Distribuidas por la sesión). De a dos personas
     + 1. – Página de dados: <https://tirardado.com/dado-de-22-caras-d22>
  8. Frase
  9. > Sacar el dado
     1. Vivimos en el mundo cuando amamos. Sólo una vida vivida para los demás merece la pena ser vivida. > Albert Einstein < 3 min

## Desarrollo:

### **Alejo > 17 min**

1. Aprender a amar > Plantear el tema principal < 10 min
2. Made with Love > <https://www.youtube.com/watch?v=5yOwCsF7KU8>< 2 min
3. > Sacar el dado
4. Para reflexionar más definición (Causas de impacto)
   1. Amor propio < 2 min
   2. Amor a otros < 2 min
   3. Reflexión personal
5. Frase
   * 1. Hay una teoría que dice que los hombres aman con los ojos, y que las mujeres aman con los oidos. > Zsa Zsa Gabor > 3 min

### Jhon Faber > 15 min

* 1. Video animalito > <https://www.youtube.com/watch?v=wiYwADeEnnk>> 1 min
  2. > Sacar dado
  3. Leer la foto > 2 min
  4. Amar las cosas < 2 min
  5. Amar los momentos < 2 min
  6. Frases
     1. Amar a alguien es decirle: tú no morirás jamás. > Gabriel Marcel > 3 min
     2. Quererse a uno mismo es ser capaz de amar a los demás > Anónimo > 3 min

### Jhonier > 15 min

* 1. ¿Puede ser negativo el amor? > 3 min
  2. Perdón y Sacrificio < 3 min
  3. Poema > 3 min
  4. Frases
  5. > Sacar el dado
     1. Quién es capaz de amar con esa intensidad. Es capaz de odiar de la misma manera > Ángeles Ibirika > 3 min
     2. Amar es ser capaz de arriesgarse por otros > Anónimo > 3 min

### **Jeicob > 15 min**

* 1. Altruismo y Egoísmo < 3 min
  2. Tiempo para todo, Espacio para todo < 3 min
  3. Frases
  4. > Sacar el dado
     1. Aprendemos a amar no cuando encontramos a la persona perfecta, sino cuando llegamos a ver de manera perfecta a una persona imperfecta. > Sam Keen > 3 min

1. Video de reflexión < 3 min  
   Love On The Balcony  
   <https://youtu.be/OaOmOi3EOcA>
2. Espacio para reflexionar acerca del video < 10 min
3. Melodía reflectiva, Instrumental
   1. <https://www.youtube.com/watch?v=1E_Njg9CseQ> | Sad Piano Instrumental

## Cierre:

1. Juegos de puzzel.org < 1 min

Concurso preguntas: https://puzzel.org/es/quiz/play?p=-M\_hYbMCv8pz3\_kejOcZ

Juego de memoria: <https://puzzel.org/es/memory/play?p=-M_hIEIvvmtQk6-y80A6>