

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

BOGOTÁ VIRTUAL Y DISTANCIA

CONSTRUYENDO PAZ DESDE EL PROPÓSITO: EL ROL DEL IKIGAI EN LA
PROMOCIÓN DE LA CONVIVENCIA PACÍFICA EN EL COLEGIO CAMPESTRE GOYAVIER

Modalidad: Monografía

Autor

ROJAS MARÍN FREDY ALEXANDER

Director

LUIS JUAN CARLOS GARCÍA NOGUERA

MAESTRÍA EN PAZ, DESARROLLO Y CIUDADANÍA

BUCARAMANGA, COLOMBIA

JUNIO, 2025

Agradecimientos

Agradezco a la vida por permitirme recorrer este camino de aprendizaje, a mis docentes y compañerxs por cada enseñanza compartida, y al Colegio Campestre Goyavier por brindarme la oportunidad de crecer en este proceso.

A mi esposa Claribel, por su *PazCiencia* y su aliento incondicional en los momentos en los que sentí detenerme. A mi hija Victoria, por sus ocurrencias y apuntes llenos de alegría, y a Samuel, por sus valiosos consejos tecnológicos. A mi familia extensa, por su respaldo constante.

A la PROM 2024, por su fuerza, y a cada persona que, de una u otra forma, apareció en el trayecto para aportar con su conocimiento, ya sea a través de una entrevista, un video o en alguna otra tarea, transformando la incertidumbre en una sonrisa.

A todas y todos, gracias por ser parte de este propósito.

Resumen

La presente monografía explora el uso pedagógico del concepto japonés Ikigai (entendido como propósito de vida) en la construcción de paz en contextos escolares, específicamente en el Colegio Campestre Goyavier de Floridablanca, Santander. El trabajo se sitúa en un contexto social afectado por el conflicto armado colombiano, la violencia estructural y la deserción escolar, y parte de la hipótesis de que el desarrollo del propósito vital puede ser una vía para fomentar la convivencia pacífica.

Desde un enfoque cualitativo y el paradigma socio-crítico, la investigación emplea la metodología de Investigación Acción (IA), involucrando a estudiantes de grado 11 y sus docentes en el diseño, revisión y aplicación de una estrategia pedagógica basada en el Ikigai. Esta estrategia comprende seis sesiones temáticas orientadas al autoconocimiento, la reflexión sobre el entorno, la resolución de conflictos y el liderazgo para la paz.

El marco teórico articula tres ejes: Ikigai, construcción de paz aproximación según postulados de Johan Galtung y estrategias pedagógicas. Se analiza cómo el Ikigai puede promover el bienestar emocional, la motivación, la resiliencia y la empatía, aspectos esenciales para la transformación pacífica del entorno educativo. La propuesta pedagógica es confrontada con la Ley 1620 de 2013 y el pacto de convivencia institucional, evidenciando puntos de convergencia en la búsqueda del bienestar individual y colectivo.

Los resultados muestran que la implementación del Ikigai genera procesos de introspección significativos, mejora las relaciones interpersonales y fortalece el compromiso de los estudiantes con su entorno. Las sesiones iniciales, aplicadas como piloto, permitieron a los estudiantes identificar su propósito, conectarlo con acciones pacíficas y generar propuestas de transformación del entorno escolar. Tanto estudiantes como docentes valoraron la estrategia como clara, aplicable y significativa para su contexto.

Se concluye que el Ikigai es una herramienta pedagógica eficaz para promover la paz en entornos escolares, al fortalecer el sentido de vida y fomentar la participación activa de los jóvenes como agentes de cambio. La estrategia propuesta, “Construyendo paz desde el propósito”, se consolida como una guía replicable y adaptable a otros contextos educativos que buscan integrar el desarrollo humano con la convivencia pacífica.

Palabras clave: ikigai, paz, estrategia pedagógica, resolución de conflictos, bienestar, liderazgo.

Abstract

This monograph explores the pedagogical use of the Japanese concept Ikigai (understood as life purpose) in peacebuilding within school contexts, specifically at Colegio Campestre Goyavier in Floridablanca, Santander. The study is framed within a social context affected by the Colombian armed conflict, structural violence, and school dropout, and is based on the hypothesis that developing a life purpose can be a path to fostering peaceful coexistence.

Using a qualitative approach and the socio-critical paradigm, the research employs Action Research (AR) methodology, involving 11th-grade students and their teachers in the design, review, and implementation of a pedagogical strategy based on Ikigai. This strategy consists of six thematic sessions focused on self-awareness, reflection on the environment, conflict resolution, and leadership for peace.

The theoretical framework integrates three main axes: Ikigai, peacebuilding through Johan Galtung's principles, and pedagogical strategies. It analyzes how Ikigai can foster emotional well-being, motivation, resilience, and empathy—key aspects for the peaceful transformation of the educational environment. The proposed strategy is examined in light of Law 1620 of 2013 and the school's code of coexistence, highlighting areas of convergence in the pursuit of individual and collective well-being.

The results show that implementing Ikigai leads to meaningful introspection, improves interpersonal relationships, and strengthens students' commitment to their environment. The initial pilot sessions enabled students to identify their purpose, link it to peaceful actions, and generate proposals to transform their school environment. Both students and teachers evaluated the strategy as clear, applicable, and relevant to their context.

The study concludes that Ikigai is an effective pedagogical tool for promoting peace in school settings by strengthening life purpose and encouraging youth to participate as agents of change. The proposed strategy, "Building Peace Through Purpose," stands out as a replicable and adaptable guide for other educational contexts aiming to integrate human development with peaceful coexistence.

Keywords: ikigai, peace, pedagogical strategy, conflict resolution, well-being, leadership.

INDICE

Capítulo 1. Planteamiento del problema.....	10
1.1 Pregunta de Investigación	12
1.1.1 Objetivos.....	12
1.1.2 Objetivo general.....	12
1.1.3 Objetivos específicos.....	13
1.2 Justificación	13
1.2.1 Antecedentes específicos investigativos.....	15
Capítulo 2. Marco Teórico.....	19
2.1 Ikigai	19
2.1.1 Definición	19
2.2 Construcción de paz.....	23
2.2.2.1. Violencia Directa	26
2.2.2.2 Violencia Estructural	26
2.3 Estrategias Pedagógicas.....	29
2.3.1. Definición	29
Capítulo 3. Enfoque y diseño metodológico de la investigación	33
Paradigma Socio-Crítico	33

Enfoque cualitativo	34
Diseño.....	34
1. Planificar.....	36
2. Actuar	36
3. Observar	36
4. Reflexionar.....	36
Participantes o contexto	37
Población	37
Muestra	37
Técnicas	38
Capítulo 4. Resultados.....	39
4.1 Ikigai y paz escolar: Un análisis de sus fundamentos y aplicaciones.....	39
4.1.1. Búsqueda del bienestar	40
4.1.2. Desarrollo de competencias	42
4.1.3. Importancia de la comunidad.....	44
4.2 Empoderando la paz: Acciones basadas en el Ikigai	45
"CONSTRUYENDO PAZ DESDE EL PROPÓSITO"	46
4.3 La huella del Ikigai: Una aproximación al Ikigai en la construcción de paz	51

4.3.1 “DESCUBRIENDO MI IKIGAI” Y “MI IKIGAI, MI APORTE A LA PAZ”	52
Capítulo 5. Conclusiones.....	55
REFERENCIAS	61
Anexos.....	65

TABLA DE DIAGRAMAS Y FOTOGRAFIAS

Figura N° 1 Diagrama Ikigai	22
Diagrama N°2: Triángulo de la violencia Galtung.	25

Capítulo 1. Planteamiento del problema

El presente capítulo se concentra en la enunciación, delimitación y problematización del interés de investigación. A continuación, se presentan las características generales del problema en el contexto específico de esta investigación.

Colombia, como país, ha estado inmerso en un conflicto armado con más de medio siglo de desarrollo, contexto que ha permeado las formas de relacionamiento, la relación con los escenarios políticos y educativos. Por efectos del contexto en mención históricamente se ha reconocido la necesidad de centrarse en la paz y la búsqueda de una cultura de no violencia (Galtung, 1969). Aunado a ello, la firma de acuerdos de paz entre el gobierno nacional y una de las fuerzas armadas al margen de la ley, posibilita y promueve acciones reflexivas para trabajar y consolidar la paz en los escenarios educativos.

Por otro lado, las diferencias de pensamiento, gustos, percepciones y valores constituirían las principales causas de riñas y conflictos entre estudiantes, además de esto la influencia de la violencia que permea la sociedad colombiana en general, incluso la presencia de grupos armados ilegales, pandillas y narcotráfico afectan las formas de relacionamiento en el entorno escolar (Abello, 1997). Algunos jóvenes pueden verse involucrados en estas actividades o ser víctimas de ellas, en dinámicas de intimidación y extorsión por parte de estos grupos.

El gobierno colombiano ha identificado la violencia escolar y la violencia entre jóvenes, como problemáticas a abordar y, por lo tanto, ha implementado diversas iniciativas para abordarlas, entre ellas, programas de prevención del delito, campañas

contra el bullying y la promoción de una sana convivencia en los entornos escolares (León et al., 2022). Sin embargo, la violencia escolar sigue siendo un desafío importante que requiere un enfoque integral y colaborativo por parte de la sociedad en su conjunto.

Adicional a las problemáticas ya mencionadas, en la realidad de las y los jóvenes en edad escolar, se identifican una serie de factores de riesgo, que incrementan la latencia de estar vinculados en relaciones violentas, ser víctimas de violencia o legitimarla como una forma de tramitar las diferencias. En este sentido, puede identificarse que la violencia en los contextos escolares es un problema acuciante, que requiere intervención oportuna y que, además, si no se aborda, puede llegar a desencadenar en otras problemáticas para las y los jóvenes (Foucault, 1975).

Asimismo, en el contexto específico del departamento de Santander, Colombia, se han identificado desafíos importantes en términos sociales, económicos y culturales. Entre los que afectan directamente a las y los jóvenes se identifican la vinculación a pandillas y grupos armados organizados, la delincuencia juvenil, la deserción escolar y ser víctimas de violencia sexual y/o violencias basadas en género (Plan de desarrollo Santander, 2024 – 2027).

La institución Educativa, Colegio Campestre Goyavier, está ubicado en Floridablanca, municipio que enfrenta diversos desafíos sociales, entre ellos la deserción escolar, el limitado acceso a una educación de calidad, el abuso de sustancias psicoactivas y la presencia de población víctima del conflicto armado (Alcaldía de Floridablanca, 2024).

En este contexto, la presente monografía cobra relevancia al explorar la relación entre el concepto japonés de Ikigai y la promoción de la paz en el ámbito educativo del municipio, donde se identifican problemáticas relacionadas con la formación integral de las y los estudiantes. Específicamente en el Colegio Campestre Goyavier, frente a esta realidad, se propone la implementación de estrategias pedagógicas basadas en el Ikigai, con el propósito de ayudar a las y los jóvenes a conectar con su razón de ser, fomentar entornos pacíficos y fortalecer su proyección hacia la educación superior.

1.1 Pregunta de Investigación

La elección de abordar el concepto de Ikigai como eje central de la investigación respondió a la necesidad de comprender cómo la búsqueda y realización de un propósito vital puede influir en la construcción de paz. Por tanto, la pregunta de investigación planteada fue:

¿Cómo pueden las estrategias pedagógicas basadas en la filosofía Ikigai, contribuir a la construcción de paz en el contexto escolar, según la valoración de las y los estudiantes de grado 11, y sus directores de curso en el Colegio Campestre Goyavier?

1.1.1 Objetivos

1.1.2 Objetivo general

Comprender la funcionalidad de una estrategia basada en la filosofía Ikigai, en relación con la construcción de paz, valorada y ponderada desde la percepción de las y los estudiantes, y directores de curso de grado 11 en el Colegio Campestre Goyavier.

1.1.3 Objetivos específicos

- Explorar los principios y fundamentos de la filosofía Ikigai a través de la revisión documental y la aproximación teórica.
- Diseñar una estrategia pedagógica centrada en la filosofía Ikigai, en relación con la construcción de paz que pueda ser aplicada con las y los estudiantes de grado 11 y los docentes directores de curso.
- Valorar el potencial de la estrategia pedagógica centrada en la filosofía Ikigai para la construcción de paz al interior del aula a partir de la aplicación de dos sesiones con las y los estudiantes de grado 11, del Colegio Campestre Goyavier.

1.2 Justificación

La implementación de un proceso de construcción de paz en los entornos escolares es de vital importancia debido a diversos factores fundamentales. En primer lugar, estos espacios educativos son cruciales para promover el bienestar emocional de las y los estudiantes, creando un ambiente seguro y pacífico que permita un mejor relacionamiento entre estudiantes (Quimbita, L. 2023).

Adicionalmente, las situaciones violentas no son el único desafío que enfrenta la población joven en el ámbito escolar. La búsqueda de su identidad, la construcción del proyecto de vida, la necesidad de hacer elecciones que incluyen el autocuidado, la búsqueda de metas e ir tras la idea de realización, constituyen desafíos de alta importancia en la vida de las y los jóvenes (Plan de desarrollo Santander, 2024 – 2027).

En este contexto, la implementación de las ideas del Ikigai en procesos con jóvenes resulta trascendental, pues supone un potencial para acompañar a la población juvenil hacia una vida significativa y satisfactoria, puesto que la filosofía propone un marco sólido para explorar sus pasiones, habilidades y contribuciones al mundo, ayudando a descubrir lo que realmente apasiona y motiva a una persona, se esperaría que un joven al encontrar su Ikigai, pueda cultivar un sentido de propósito claro y orientador, lo necesario para establecer metas significativas y tomar decisiones alineadas con sus valores y aspiraciones (García-Noguera y Pedrozo, 2024).

Por añadidura, al integrar las ideas de la filosofía Ikigai en programas y actividades para jóvenes, se pueden desarrollar herramientas para gestionar el autoconocimiento, la confianza en sí mismos y habilidades de liderazgo, tópicos importantes para hacer frente al mundo con determinación y resiliencia. En consecuencia, la implementación del Ikigai en procesos con jóvenes no solo les ayuda a alcanzar su máximo potencial personal, sino que también contribuye a la construcción de una sociedad más vibrante y enriquecedora, donde cada individuo pueda encontrar su propósito y contribuir de manera significativa al bien común. La oportuna orientación vocacional de las y los jóvenes de básica secundaria puede contribuir significativamente al desarrollo personal, la construcción de una cultura de paz y, por ende, a la constitución de una mejor ciudadanía (Quimbíta, L. 2023).

En resumen, la construcción de paz en los contextos escolares no solo contribuye al bienestar de las y los estudiantes, sino que también les proporciona las herramientas

necesarias para enfrentar los desafíos de un mundo cada vez más complejo, promoviendo así una convivencia pacífica y armoniosa en la sociedad.

1.2.1 Antecedentes específicos investigativos

En la indagación de aproximaciones teóricas y prácticas que relacionan la filosofía Ikigai con los procesos de construcción de paz, se realizó la búsqueda de antecedentes investigativos, centrados en los conceptos, Ikigai y construcción de paz, con la característica de estar relacionados con el ámbito educativo. Para dicha búsqueda se recurrió a los repositorios de las universidades locales y nacionales, en un segundo momento se exploraron fuentes internacionales a través de Google Académico, repositorios científicos y educativos como SciELO y Redalyc. En la búsqueda se ponderaron los ejercicios investigativos y los textos descriptivos, de forma que se lograra la profundización en la aplicabilidad del Ikigai y las concepciones de los constructos adyacentes, así como también, la relación con la Construcción de paz. A continuación, se relacionan los estudios encontrados relevantes, sus objetivos y hallazgos.

1.2.1.1 Antecedentes Nacionales

En el ámbito Nacional, se encuentra en una primera aproximación, el estudio *Educación Física para la felicidad. De la gestión emocional al Ikigai, desarrollado* en la institución Educativa Almirante Padilla de la Ciudad de Bogotá, la autora Sharon Paéz Olarte, en su ejercicio investigativo propuso desarrollar la gestión emocional como el camino necesario para potenciar el sentimiento de felicidad en las y los estudiantes, este interés surgió en tanto, la docente evidenció poca incidencia y vinculación de la

inteligencia emocional en las instituciones educativas. El estudio reveló que el aprendizaje más significativo está atravesado por la experiencia personal y trasciende a aspectos de la vida misma (Páez Olarte, 2019). El estudio se realizó con una metodología evaluativa de la práctica escolar de la docente en formación.

En otra instancia el estudio *LA EXPERIENCIA DE LAS CÁTEDRAS DE LA PAZ EN EL MUNICIPIO DE GIRARDOTA*, desarrollado por Martín Alonso Bustamante en el año 2020, en el municipio de Girardota – Antioquia, buscó revelar y analizar las principales características de la implementación de las Cátedras de la Paz como estrategias de educación para la paz en Colombia, así mismo, de acuerdo con los resultados el autor quiso contribuir a partir de una propuesta pedagógica para el fortalecimiento de las Cátedras de la Paz, situado desde su experiencia docente. Los resultados del estudio permitieron reconocer la importancia y pertinencia de las Cátedras de la Paz en un contexto marcado por el conflicto como lo es el territorio colombiano, y el territorio de Girardota Antioquia que ha sido afectado directamente. Por otra parte, la propuesta educativa presenta un énfasis importante en aspectos tales como: la identidad, el reconocimiento de las capacidades propias, el enfoque de derechos y la proyección a la acción social (Bustamante, M. 2020). El enfoque que tuvo la investigación fue Cualitativo, centrándose en un análisis descriptivo, la revisión documental y la recolección de información.

1.2.1.2 Antecedentes Internacionales

En el ámbito internacional, se encontraron como relevantes las siguientes investigaciones:

Ikigai en el desempeño académico de los estudiantes universitarios, desarrollada en la ciudad de Ambato – Ecuador, por Lisbeth Paola Quimbita, docente de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, en el año 2023, el estudio tomó una muestra de 268 estudiantes, implementando técnicas como cuestionarios validados como el Test de sentido de vida para medir la variable Ikigai, creado por Crumbaugh y Maholick (1969) y para medir el desempeño académico se utilizó la escala de RAU creado por Preciado et al., (2021). Según la autora, lo recolectado a través de estos instrumentos permitió evidenciar una influencia del Ikigai y sus principios centrales en el desempeño académico. Por otro lado, se pudo evidenciar que las y los estudiantes identifican tener o haber sentido un “vacío existencial” que nos ayudaron a evidenciar que el Ikigai si influye en el desempeño académico, además la mayoría de las y los estudiantes se encuentra en un estado de vacío existencial. El enfoque del estudio fue cuantitativo de tipo descriptivo, exploratorio y correlacional (Quimbita, L. 2023).

El estudio *Sentido de vida (ikigai) y mortalidad en Japón: Estudio Ohsaki*, constituyó una investigación longitudinal que siguió a 43.393 adultos japoneses de entre 40 y 79 años durante un periodo de 14 años, realizado por Sone, T., Nakaya, N., Ohmori, K., Shimazu, T., Higashiguchi, M., Kakizaki, M., Kikuchi, N., Kuriyama, S., & Tsuji, I. Dicho estudio contó con la inclusión intencional de aspectos fundamentales de la

filosofía Ikigai en la vida de las y los participantes, los resultados arrojaron una asociación significativa entre el sentido de Ikigai y mejor calidad de vida, sobre todo en relación a sufrir de enfermedades cardiovasculares. Por tanto, se concluyó que el Ikigai está asociado con una serie de beneficios para la salud, entre mejor nivel de bienestar psicológico, menos estrés y mayor longevidad (Sone et al, 2018). El método implementado fue de revisión estadística con análisis de supervivencia con riesgos proporcionales de Cox.

El proyecto de innovación *LA MEDITACIÓN PARA LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES*, fue desarrollado por Rebecca Gatti, en Tenerife – España, la autora proporcionó una serie de estrategias pedagógicas y actividades prácticas, enfocadas a la implementación de los principios del Ikigai en la enseñanza. El Proyecto Ikigai, pensado como un curso de formación de profesorado, plantea como objetivo contribuir a los profesores a integrar los principios del Ikigai en su enseñanza, poniendo el acento en la idea de que todas y todos tienen un propósito único en la vida y que se puede encontrar por medio de la identificación de las pasiones, fortalezas, valores y misiones propias (Gatti, 2021). El documento da cuenta de un ejercicio investigativo monográfico con características de instructivo educativo, el estudio revela que no contó con aplicación práctica.

Aunque no existen estudios que examinen directamente la relación entre el Ikigai y la construcción de la paz en entornos escolares, la evidencia investigada sugiere que el Ikigai podría contribuir a la construcción de la paz al fomentar el bienestar psicológico, la motivación intrínseca, el sentido de comunidad y la resiliencia. Estos

elementos son fundamentales para la coexistencia pacífica y la resolución de conflictos. La revisión de la literatura sobre el Ikigai y la construcción de paz en contextos escolares revela una brecha significativa en la investigación directa sobre el tema, lo que justifica la importancia y la necesidad de la presente investigación. Se cree que el Ikigai puede ofrecer una perspectiva única sobre cómo abordar estos desafíos, ayudando a los estudiantes a encontrar su propósito y sentido de dirección en la vida, promoviendo la resiliencia, el bienestar, la empatía, desarrollando habilidades de resolución de conflictos y aprecio por la diversidad. Al explorar la relación entre el Ikigai y la construcción de paz en contextos escolares, esta investigación contribuirá a una mejor comprensión del papel que puede desempeñar el Ikigai en la creación de escuelas más pacíficas e inclusivas, y proporcionará información valiosa para los educadores, los responsables políticos y los profesionales que trabajan para promover la paz y el bienestar en las escuelas.

Capítulo 2. Marco Teórico

Este apartado tiene como objetivo situar la investigación en términos teóricos, se centró en las categorías: Ikigai, Construcción de paz y Estrategias Pedagógicas.

2.1 Ikigai

2.1.1 Definición

El Ikigai es un concepto japonés, que no cuenta con traducción literal a otros idiomas. Sin embargo, los estudiosos del Ikigai han encontrado la forma de dividirlo en

los vocablos “iki” 生き, que traduciría como vida y “gai” 甲斐, que tiene el sentido de valer la pena (Miralles & García, 2016). En este orden de ideas, se encuentran algunas aproximaciones al concepto como "razón de ser" o "propósito de vida", no está centrado en la idea de ser un “destino final”, sino más bien, un viaje continuo de autodescubrimiento y crecimiento personal (Miralles & García, 2016). Dentro de lo que esta filosofía considera como el sentido de vida y el propósito de ser, se identifican conceptos estrechamente relacionados con el bienestar psicológico y la calidad de vida. Al tener un Ikigai claro, las personas experimentan: a) Mayor satisfacción con la vida, b) El encuentro de una motivación intrínseca, c) Fortalecimiento de la resiliencia y d) Satisfacción con la vida.

En este sentido, la búsqueda de una educación integral que incluya esenciales como la salud mental del estudiantado, permite pensarse en la posible aplicación del Ikigai en contextos educativos y su potencial para fomentar el desarrollo integral de las y los estudiantes.

2.1.2 Dimensiones del Ikigai

La filosofía supone que al explorar las cuatro dimensiones del Ikigai, se puede encontrar un sentido de propósito y significado de vida, considerando que son áreas fundamentales para todo ser humano, las propuestas son:

1. Lo que amas (Hacer): Esta dimensión alude a los intereses y pasiones que proporcionan alegría y satisfacción a cualquier ser humano, responden a

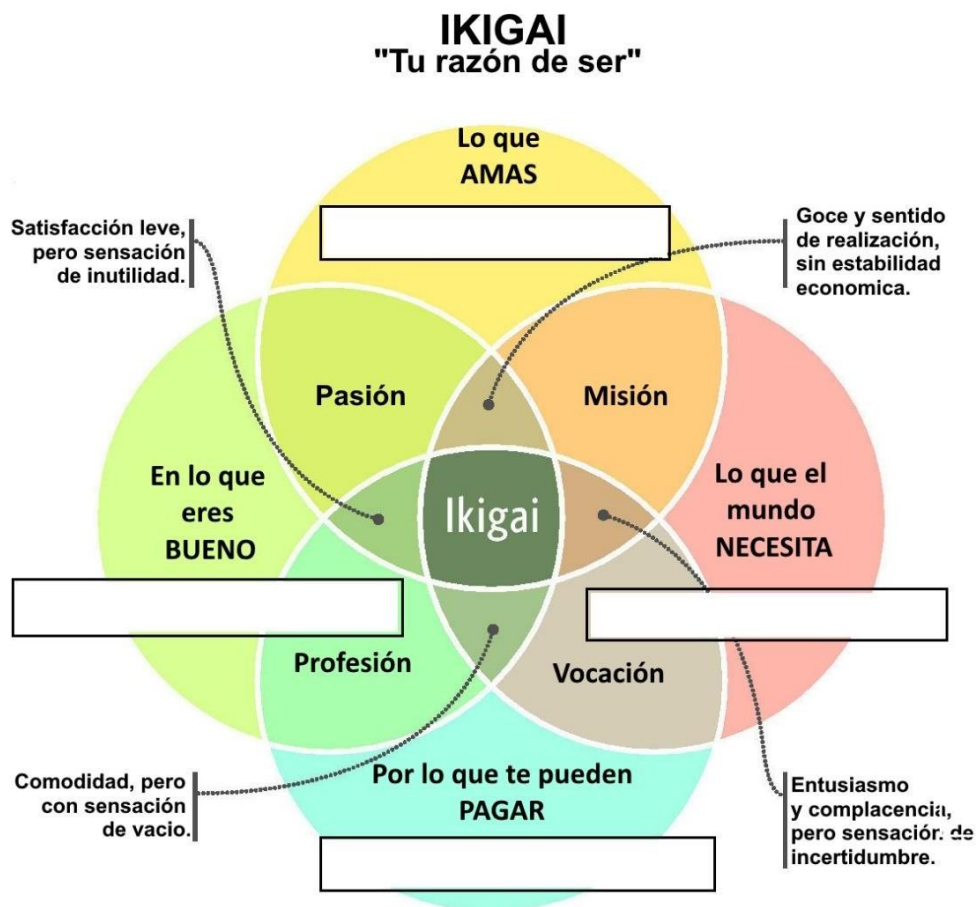
las preguntas: ¿Cuáles son las actividades que más se disfruta realizar?
¿Qué proporciona un sentido de realización y propósito?

2. En lo que eres bueno: Esta dimensión hace referencia a las habilidades personales, así como las competencias que se han constituido a lo largo de la vida, responden a las preguntas: ¿Cuáles son aquellos puntos fuertes? ¿En qué actividades destaca?
3. Lo que el mundo necesita Esta dimensión se refiere a las necesidades del mundo en el que reside. ¿Qué problemas puede ayudar a resolver? ¿Qué puede contribuir usted a la sociedad?
4. Por lo que te pueden pagar: Esta dimensión se refiere a las formas en que puede obtener ingresos realizando aquello que le apasiona, en lo que sobresale y por lo que el mundo tiene necesidad.

La literatura sobre el Ikigai indica que el verdadero Ikigai se encuentra en el punto donde estas cuatro dimensiones se entrelazan, creando un equilibrio entre los gustos, las habilidades, lo que el mundo necesita y lo que puede ser recompensado y/o remunerado (Miralles & García, 2016). Así mismo señala que es un camino opuesto a uno fácil, pero que vale todas las incomodidades, pues su fin es contribuir de forma directa a encontrar el sentido de la vida en sí misma.

En la sistematización de la filosofía, surgió un esquema que representa las dimensiones que abarca la filosofía Ikigai, este se presenta a continuación:

Figura N° 1 Diagrama Ikigai.



La imagen muestra el diagrama de Marc Winn sobre el "Ikigai", un concepto japonés que significa "la razón de ser" o "motivo para vivir". El diagrama se compone de cuatro círculos superpuestos que representan: lo que amas, aquello en lo que eres bueno, lo que el mundo necesita y aquello por lo que te pueden pagar. En las

intersecciones de estos círculos surgen cuatro conceptos: pasión (lo que amas + en lo que eres bueno), misión (lo que amas + lo que el mundo necesita), vocación (lo que el mundo necesita + por lo que pueden pagarte) y profesión (por lo que te pueden pagar + en lo que eres bueno). En el centro, donde confluyen los cuatro elementos, se encuentra el "Ikigai", simbolizando el equilibrio ideal entre satisfacción personal, utilidad social, habilidades y sustento económico. Este diagrama se usa comúnmente como herramienta de reflexión para encontrar propósito y plenitud en la vida.

En conclusión, el Ikigai se presenta como un concepto trascendental con la capacidad de catalizar una transformación en la vida de los individuos, facilitándoles la búsqueda de su propósito existencial, propiciando una existencia más plena y trascendente. Su integración en el contexto educativo tiene el potencial de maximizar a las y los estudiantes, fomentando su desarrollo integral y preparándolos para un futuro venturoso y colmado de satisfacción.

2.2 Construcción de paz:

2.2.1 Definición

El sociólogo y matemático noruego Johan Galtung, plantea una perspectiva sobre la naturaleza de los conflictos, que, para análisis de las dinámicas sociales, contribuye a identificar ciertas aristas que históricamente no habían sido contempladas. Según Galtung, los conflictos pueden ser interpretados como crisis potenciales y como oportunidades latentes (Galtung, 2009). En este sentido de crisis, los conflictos pueden intensificarse de manera negativa, redundando en actos de violencia espontánea, por

esto el autor desarrolló una nueva perspectiva sobre la violencia y sus características. Para el autor, reconocer dichas características, puede constituir una oportunidad para la construcción y el cambio positivo en lugar de ser solo destructiva.

La noción de paz ha tenido diferentes definiciones a lo largo de la historia y aun coloquialmente, es entendida como la ausencia de conflicto, sin embargo, la definición actualmente abarca multiplicidad de definiciones y matices, puesto que por estar relacionada con las personas y su interacción recoge o está permeada por la diversidad cultural de la humanidad en sí. Su significado ha variado a lo largo de la historia y de una cultura a otra. En la tradición occidental, se remonta a las palabras de origen griego "eirene" y del latín "pax", que reflejaban la idea de ausencia de conflicto bélico dentro de sus propios territorios. Por ejemplo, "eirene" se encontraba asociado con la armonía y la tranquilidad, específicamente en función de las relaciones entre los griegos. Por otro lado, la "pax" romana implicaba una paz, pensada más en términos de derechos, pues era respaldada por el derecho romano y garantizada por la fuerza militar, aunque tenía igualmente como objetivo mantener el orden y prevenir la rebelión externa (Arias, 2023).

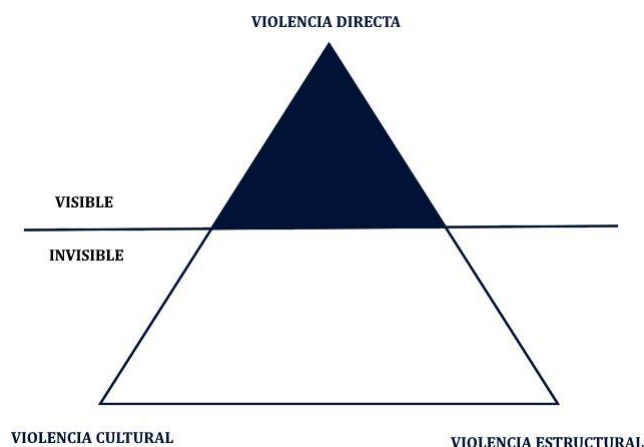
Una de las contribuciones más destacadas de Galtung fue la transición de la concepción de "paz negativa" que se centra en la ausencia de guerra o agresión directa (violencia directa), a la noción de "paz positiva" (Galtung, 1969), que trasciende y busca transformar las raíces profundas de los conflictos, promoviendo relaciones armónicas y justas, tanto a nivel interpersonal como en la esfera de las estructuras sociales, políticas y económicas. Galtung identificó tres formas de violencia: la directa, la

estructural y la cultural, todas ellas aprendidas y transformables a través de la educación. Según su visión, el conflicto es inherente a la naturaleza humana y puede resolverse de manera violenta o pacífica. Por lo tanto, la paz se define como la “capacidad de gestionar los conflictos con empatía, no violencia y creatividad” (García, 2000, p. 131).

2.2.2 Carácter transformador

Para el autor, la violencia en sí, tiene unas clasificaciones dependiendo de la forma en que interactúan con el sujeto, quien la ejerce, el espacio donde se da y la visibilidad de esta. El grafico acuñado por el autor, permite la interpretación de dichos conceptos y la forma en que operan, de igual forma se plantea que al reconocer estos conceptos (Galtung, 1969).

Figura N° 2: Triángulo de la violencia Galtung.



Por tanto, lo que se haría desde una perspectiva de “Paz Positiva” sería buscar la transformación de los contextos que reproducen y sostienen estas formas de violencia,

a continuación, se conceptualizan brevemente estas clasificaciones propuestas por el autor.

2.2.2.1. Violencia Directa

La violencia directa, a pesar de su visibilidad y tangibilidad, genera consecuencias a menudo desapercibidas, pero igualmente devastadoras. Estas secuelas invisibles, como el trauma, el odio y los deseos de venganza, perpetúan el ciclo de violencia y dificultan la construcción de una paz duradera, según la aportación de Galtung, encontrarse en un espacio donde se ejecuta de forma sistemática este tipo de violencia, puede conllevar a sucesos relacionados con traumas y odios.

En este sentido la violencia directa suele dejar profundas cicatrices emocionales y psicológicas que deben ser reconocidas y atendidas para lograr una verdadera construcción de paz. Abordar los efectos invisibles de la violencia es fundamental para romper el ciclo de violencia, fomentar la reconciliación y crear sociedades más justas y pacíficas.

2.2.2.2 Violencia Estructural

La violencia estructural, según Johan Galtung, es una forma de violencia sistemática, prolongada e invisible que se encuentra arraigada en las estructuras sociales, económicas y políticas de una sociedad (Galtung, 1969). A diferencia de la violencia directa, que se manifiesta en actos físicos o verbales observables, la violencia

estructural opera de manera sutil y a menudo pasa desapercibida, pero sus consecuencias son igualmente devastadoras (Galtung, 1969). Por tanto, el termino violencia estructural se encuentra estrechamente relacionado con la injusticia social y las formas de desigualdad, por eso resulta complejo la identificación y la denominación como violencia (La Parra & Tortosa, 2003).

Características de la violencia estructural:

- Sistemática
- Invisible
- Impersonal
- Normalizada

De acuerdo con estas características, las formas en que comúnmente se manifiesta la violencia estructural, son la pobreza, la discriminación, las dinámicas de desigualdad, la falta de acceso equitativo a bienes y servicios, y las dinámicas de explotación. Partiendo de la premisa de que la construcción de la paz no se limita a la mera ausencia de violencia directa o conflictos, sino que implica una transformación profunda de las estructuras que engendran desigualdad y opresión (Galtung, 1969), resulta crucial abordar la violencia estructural para crear sociedades más justas, equitativas y pacíficas.

2.2.2.3 Violencia Cultural

Para Galtung la violencia cultural reúne “aquellos aspectos de la cultura, en el ámbito simbólico de nuestra experiencia, que puede utilizarse para justificar o legitimar la violencia directa o estructural” (Galtung, 2003, p. 26). Puesto que se representa en el mundo de lo simbólico se materializa en las construcciones culturales e ideológicas, tales como la religión e ideologías, lengua y arte, ciencias empíricas y ciencias formales y en general en los símbolos como cruces, medallas, medias lunas, banderas, himnos, desfiles militares, etc.

La normalización invisible que perpetúa la opresión hace parte de la violencia cultural, considerada la forma más sutil y arraigada de violencia, aquella que se encuentra incrustada en los valores, creencias, normas y prácticas de una cultura. A diferencia de la violencia directa y estructural, que son más tangibles y observables, la violencia cultural opera a nivel simbólico, legitimando y perpetuando las otras formas de violencia, para el autor se identifican unas características propias de esta forma de violencia:

1. Simbólica
2. Invisible
3. Internalizada
4. Legitimadora

La violencia cultural suele manifestarse en fundamentalismos que adopta algún grupo de la sociedad y perpetua las dinámicas de desigualdad y afectación, entre estos se encuentran, los estereotipos y prejuicios, la discriminación cultural, el sexismo, el

clasismo, el racismo y/o etnicismo, la homofobia y transfobia, el adulto centrismo y la normalización de la violencia.

En este sentido la construcción de paz requiere no solo abordar la violencia directa y estructural, sino también transformar las actitudes, creencias y valores que perpetúan la violencia cultural. Esto implica promover una cultura de respeto, igualdad y no discriminación, así como cuestionar y desafiar los estereotipos y prejuicios arraigados en la sociedad.

En conclusión, en la construcción de paz desde la perspectiva de Johan Galtung, es crucial destacar el carácter transformador de la paz y su ejercicio sobre esta, ya que, implica superar la ausencia de violencia directa, trascendiendo a la búsqueda de una sociedad más justa y equitativa, por tanto la paz, en su concepción más profunda y el carácter que atañe el autor como “positiva”, exige un compromiso activo con la transformación de las estructuras macro y micro que perpetúan la violencia en sus diversas formas, entendiendo que las violencias silenciosas interfieren también con la calidad de vida de las personas.

2.3 Estrategias Pedagógicas

2.3.1. Definición

Las estrategias pedagógicas son el conjunto de acciones planificadas y deliberadas que el docente utiliza para facilitar el aprendizaje de los estudiantes, promoviendo su participación activa, la construcción de conocimiento y el desarrollo de competencias (Gamboa, García, y Beltrán, 2013). Estas estrategias abarcan una amplia gama de métodos, técnicas y actividades que se adaptan a los objetivos de

aprendizaje, las características de los estudiantes y el contexto educativo. Para la estructuración, aplicación y evaluación de las estrategias pedagógicas se encuentra la imbricación de otros conceptos clave, estos son:

1. **Objetivos de aprendizaje:** Las estrategias pedagógicas deben estar alineadas con los objetivos de aprendizaje específicos que se desean alcanzar, ya sean conceptuales, procedimentales o actitudinales.
2. **Metodologías activas y participativas:** Se prioriza el uso de metodologías que fomenten la participación activa de los estudiantes, como el aprendizaje basado en proyectos, el aprendizaje cooperativo, el aprendizaje basado en problemas y el aprendizaje experiencial. Estas metodologías permiten a los estudiantes construir conocimientos a través de la exploración, la experimentación, la colaboración y la resolución de problemas.
3. **Recursos y materiales didácticos:** Se seleccionan y utilizan recursos y materiales didácticos variados y adecuados a los objetivos de aprendizaje y las características de los estudiantes, como textos, videos, juegos, simulaciones, etc. Estos recursos y materiales deben ser atractivos, relevantes y acordes al nivel de desarrollo de los estudiantes.
4. **Evaluación formativa:** Se implementa una evaluación continua y formativa que permita al docente y a los estudiantes monitorear el progreso del aprendizaje y realizar ajustes en las estrategias pedagógicas si es necesario. Este tipo de evaluación se centra en los procesos de aprendizaje y

proporciona retroalimentación oportuna para mejorar el desempeño de los estudiantes.

5. Clima de aula positivo: Se crea un ambiente de aprendizaje seguro, inclusivo y respetuoso, donde los estudiantes se sientan motivados, apoyados y confiados para participar activamente en el proceso de aprendizaje. Este clima se fomenta a través de la comunicación abierta, el respeto mutuo y la celebración de los logros de los estudiantes.

Teniendo en cuenta los conceptos anteriormente presentados y el propósito de este ejercicio investigativo y de acción, puede concluirse que las practicas pedagógicas son el cómo, es decir, la forma en que se aproxima el docente para poder promover la construcción de conocimiento, la interiorización de prácticas y por lo tanto contribuir a la transformación social (Gamboa, García, y Beltrán, 2013). Por otro lado, se entiende que todas aquellas acciones llevadas a cabo por el docente con el propósito de facilitar el proceso de formación y deben estar ajustadas al contexto (Rubio et al., 2019), a las necesidades e intereses de los estudiantes, a la misión y visión institucional y a las demandas de una sociedad globalizado y tecnológicamente avanzada (Dueñas et al., 2022).

2.4 Enfoque epistemológico de la investigación

2.4.1 Estudios de paz

La Maestría en Paz, Desarrollo y Ciudadanía se distingue por su enfoque epistemológico que trasciende las fronteras disciplinares tradicionales. Al adoptar una perspectiva interdisciplinar y transdisciplinar, el programa integra los estudios para la paz, pone especial interés en las transformaciones impulsadas por los movimientos

sociales y los procesos de resistencia, las visiones no tradicionales del desarrollo y el enfoque de género, creando así un marco de análisis complejo y multifacético. La convergencia de saberes permite abordar los fenómenos sociales relacionados con la construcción de paz y la ciudadanía desde una óptica holística, reconociendo la interconexión de las dimensiones políticas, económicas, sociales y culturales.

La investigación siendo el eje central del programa, se enmarca en este enfoque epistemológico, reconociendo el potencial transformador de los estudios para la paz, en tanto se busca acceder al conocimiento para que no solo describa la realidad, sino que también contribuya a su transformación, promoviendo la justicia social, la equidad y la participación ciudadana.

2.4.1 Sublínea Paz y Noviolencia

En el desarrollo curricular de la Maestría en Paz, Desarrollo y Ciudadanía, se plantea como Sublínea de investigación, la Paz y Noviolencia, desde una perspectiva emancipadora y transformadora de una sociedad que ha legitimado la violencia como forma de relacionamiento y ponderación de los propios intereses. Por tanto, la búsqueda de una cultura de paz y la ponderación de elementos para la construcción de esta cobran significado y relevancia en este sentido emancipador y transformador (Documento S.F.).

Asimismo, este proyecto contribuye al cumplimiento del Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 4: Educación de calidad. Al fomentar una cultura de paz en el contexto escolar (Moran, 2024), se fortalecen las condiciones para el aprendizaje

significativo y la sana convivencia, impactando de forma positiva los procesos pedagógicos que tienen lugar en el aula.

Capítulo 3. Enfoque y diseño metodológico de la investigación

Paradigma Socio-Crítico

La naturaleza de esta investigación, que tiene como objetivo analizar la posible relación entre Ikigai y la construcción de paz en el aula con estudiantes de grado once, a partir de la revisión y valoración de estrategias pedagógicas centradas en la reflexión de la filosofía Ikigai en función de la construcción de paz. En este sentido, cobra relevancia el paradigma Socio-Crítico, en tanto propone ir más allá de la mera comprensión de las percepciones y experiencias de las y los estudiantes en su búsqueda del Ikigai en el contexto escolar.

Algunos de los principios del paradigma son:

1. Conocer y comprender la realidad como praxis
2. Entrelazar teoría y práctica, integrando conocimiento, acción y valores
3. Orientar el conocimiento hacia la emancipación y liberación de las personas
4. Proponer la integración de todos los participantes

En este horizonte, en la presente investigación con el paradigma enunciado se pretende fomentar la reflexión crítica de las y los estudiantes sobre su realidad social y las desigualdades que puedan estar experimentando (Popkewitz 1988). Así como proporcionar herramientas y espacios para expresar sus percepciones, cuestionar las

normas establecidas y proponer alternativas para la construcción de paz en su contexto próximo.

Enfoque cualitativo

En función de los objetivos de investigación, y el paradigma establecido, el enfoque ponderado es de carácter cualitativo. Una característica destacada del campo de la investigación se relaciona primordialmente con las tensiones, contradicciones y vacilaciones presentes tanto en su definición teórica como en su aplicación práctica, esto se relaciona con la aplicabilidad a los diversos objetivos dentro de los estudios por parte de las diferentes profesiones enmarcadas en las Ciencias Sociales, (Valles, M. 2003).

En síntesis, la investigación cualitativa, por sus características cíclica, flexible y emergente, permite la revisión, ponderación y aplicación de estrategias encaminadas a encontrar el Ikigai y a su vez desarrollar acciones que promuevan una cultura de paz.

Diseño

La presente investigación se aborda desde una perspectiva cualitativa, adoptando la metodología de Investigación Acción (IA). La IA se distingue por su enfoque cíclico y colaborativo, donde los investigadores y los participantes trabajan conjuntamente en la identificación de necesidades, diseño e implementación de apuestas y respuestas a dichas necesidades, y evaluación de los resultados. Este enfoque activo permite comprender a profundidad la problemática estudiada, así como

promueve cambios específicos en el contexto real, durante la ejecución de esta investigación (Latorre 2004).

En la definición y delimitación de la Investigación acción, resulta imperante traer a colación los postulados de Kurt Lewin, denominado padre de la investigación acción, con la exploración del triángulo de Lewin (1946) que contempla la necesidad de la investigación, de la acción y de la formación como tres elementos esenciales para el desarrollo profesional (Ver Anexo 1.)

Lewin describe la investigación-acción como una espiral de pasos que conlleva la planificación, la implementación y la evaluación del resultado de la acción. La investigación-acción se entiende mejor como la unión de ambos términos, con un doble propósito, uno de acción para cambiar una organización o institución, y el de investigación para generar conocimiento y comprensión en torno a una realidad existente. *“La investigación-acción no es ni investigación ni acción, ni la intersección de las dos, sino el bucle recursivo y retroactivo de investigación y acción.”* En este sentido se considera una metodología que persigue resultados en su acción e investigación, tanto así que es entendida como un diálogo entre la acción y la investigación, llevando a la comprobación de ideas en la práctica como el camino para mejorar las condiciones sociales e incrementar el conocimiento.

Por otra parte, para Kemmis (1984), quien posó su reflexión en la investigación acción, la catalogó como: *“una forma de indagación autorreflexiva realizada por quienes participan (profesorado, alumnado, o dirección, por ejemplo) en las situaciones sociales (incluyendo las educativas) para mejorar la racionalidad y la justicia de: a) sus propias*

prácticas sociales o educativas; b) su comprensión sobre las mismas; y c) las situaciones e instituciones en que estas prácticas se realizan” Pag 26. En este contexto se puede entender que la investigación acción es un proceso de indagación autorreflexiva, que es llevado a cabo por los participantes en un entorno social, como profesores, estudiantes o directivos en el ámbito educativo. A continuación, se relacionan las etapas de la Investigación Acción:

1. Planificar: El primer paso es desarrollar un plan de acción que guíe el proceso de investigación, cuándo y cómo.
2. Actuar: La siguiente etapa consiste en aplicar el plan y recopilar datos.
3. Observar: Se deben revisar los objetivos y expectativas del proyecto.
4. Reflexionar: Las personas efectúan un análisis crítico de la situación.

Dichas etapas se aplican en las siguientes fases del trabajo de campo

1. Acceso al campo estableciendo contacto con las autoridades del colegio
2. Selección de participantes asegurando la diversidad de perspectivas
3. Triangulación de datos contrastando los datos obtenidos
4. Elaboración del informe final de los resultados de la implementación de la estrategia pedagógica

En síntesis, la Investigación Acción se configura como una metodología de investigación cualitativa que promueve la reflexión crítica y la transformación de las prácticas sociales y educativas. A través de un proceso cíclico y colaborativo de

planificación, acción, observación y reflexión, los participantes, incluyendo docentes, estudiantes y directivos, trabajan conjuntamente para identificar problemas, diseñar e implementar soluciones, y evaluar los resultados, a continuación, se puntualiza sobre las y los participantes de este ejercicio investigativo.

Participantes o contexto

Estudiantes de los grados 11A, 11B y 11C del Colegio Campestre Goyavier

Población

Este proceso investigativo vincula a estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre Goyavier, así como a los/as directores/as de curso de los grados 11. Se contó con la participación de 47 estudiantes de 64 que constituyen la totalidad de estos grados.

Muestra

Una muestra por conveniencia es un tipo de muestreo no probabilístico en el cual los elementos de la muestra son seleccionados debido a su fácil acceso y disponibilidad para el investigador. En este sentido se invitará a participar a las y los estudiantes, con voluntad para hacerlo.

En este ejercicio investigativo se establecieron dos grupos de muestra, uno de estos enfocados en la revisión de las estrategias, con miras a la adaptación metodológica, y la segunda, constituye a la participante en la aplicación de dos de estas estrategias en forma de piloto. Para la primera muestra se contó con la participación de

18 estudiantes pertenecientes a los tres cursos del grado 11, distribuidos en seis estudiantes representantes de cada curso, así como la inclusión de dos docentes.

Por otro lado, para la aplicación en forma de piloto de dos estrategias, se contó con la vinculación de los tres cursos del grado 11: 11A, 11B y 11C, con un total de 47 participantes.

Técnicas

Grupos focales: Se organizaron grupos focales con estudiantes para fomentar la discusión y reflexión colectiva sobre el Ikigai, la construcción de paz y las estrategias pedagógicas que pueden promover un ambiente escolar más armonioso. Los grupos focales permitirán generar ideas de manera colaborativa y explorar las dinámicas de interacción entre los estudiantes.

Observación participante: Se realizó observación participante en el aula y en otros espacios escolares para registrar las interacciones entre estudiantes e identificar prácticas pedagógicas que fomenten la búsqueda del Ikigai y la construcción de paz, así como observar el clima escolar en general.

Revisión documental: las y los estudiantes ponderados para realizar una revisión exhaustiva de la estrategia pedagógica tuvieron acceso al documento construido, realizaron una revisión proporcionando aportes y percepciones sobre su aplicabilidad.

Capítulo 4. Resultados

En el presente capítulo se exponen y analizan los hallazgos derivados de la investigación acción desarrollada en el Colegio Campestre Goyavier, con estudiantes de grado 11 y docentes directores de curso. Los resultados se organizan en torno a los objetivos específicos planteados, conectando con el ciclo de la IA: planificación, acción, observación y reflexión. Para cada fase, se presentan la triangulación de la información recopilada a través de los instrumentos de investigación, la reflexión teórica y las percepciones de las y los estudiantes y docentes.

4.1 Ikigai y paz escolar: Un análisis de sus fundamentos y aplicaciones.

Para hablar de Ikigai en la vida de las y los estudiantes, resulta necesario reconocer las intersecciones que este concepto puede presentar con otros documentos de orientación centrados en la búsqueda de una sana convivencia y un mejor relacionamiento. Estos documentos son la Ley de Convivencia Escolar (1620 de 2013), y el Pacto de convivencia del Colegio Campestre Goyavier del año 2016. Para lograr el reconocimiento de dichos puntos comunes y disimilitudes se desarrolló en el marco de esta investigación un cuadro de análisis, (Ver Anexo 3.), posteriormente se presentó este cuadro a miembros de la comunidad educativa. A continuación, se presentan los hallazgos de estas revisiones.

En un primer momento, se hace imperante mencionar, que, si bien se identifica que dos de estos documentos hacen parte de la normatividad de la institución educativa, las y los participantes no se sentían particularmente identificados con estos,

pues se consideran parte de documentos mandatorios que en ocasiones no representan el sentir del estudiantado. En función de las similitudes, que resultan del cuadro de análisis y la revisión por parte de las y los estudiantes se identifican las siguientes categorías:

4.1.1. Búsqueda del bienestar

En función del bienestar al interior de la comunidad educativa, las y los estudiantes identifican que tanto el Ikigai como las normas de convivencia promueven el bienestar escolar, por otro lado, El Ikigai se centra en la felicidad y realización personal, objetivos que incluyen si o si el relacionamiento con las y los demás, las normas de convivencia promueven un ambiente pacífico y respetuoso donde todas y todos puedan ser vinculados, incluidos y tenidos en cuenta, representando así, dos áreas generales, la intrapersonal y la interpersonal.

Como lo indica con entusiasmo, AA11B *"Después de leer un poco sobre que es el Ikigai, me di cuenta de que tenía muchas cosas por las que luchar"*.

La invitación que hace el Ikigai en este sentido, es a mirarse primero hacia adentro, reconociendo todo lo que significa ser, estar y hacer, en relación con esta identificación MA11B, complementa... *"Yo también sentí que encontré mi propósito. Creo que es importante que cada uno de nosotros aporte su granito de arena para que nuestra escuela sea un lugar mejor. Si todos trabajamos en equipo, podemos lograr grandes cosas."*

Dentro del análisis que hace MA11B, antes de pensarse en colectivo y orientarse a la transformación colectiva debe existir una identificación y proyección hacia el

bienestar propio y las metas de realización particulares. Desde esta perspectiva, se identifica que, para la búsqueda del bienestar, debe darse previamente una indagación de las dimensiones propias y el enfoque que puede darse a estas.

Al mismo tiempo, tanto el Ikigai como la Ley y el Pacto de Convivencia comparten el objetivo de promover el bienestar individual y colectivo. En líneas generales, la definición de paz y violencia propuesta por Johan Galtung, y la relación de estas con el concepto de bienestar, ofrecen un lugar de enunciación enriquecedor para comprender las dinámicas sociales y los conflictos.

Para Galtung la concepción tradicional de la paz, que se limita a la ausencia de violencia, no está completa, pues la idea de identificar las acciones de paz y que estas puedan incidir en un estado de bienestar social, económico y psicológico, llevan a pensar que la paz trasciende a la mera ausencia del conflicto y que en si misma es transformadora. En este sentido, la paz no es simplemente la ausencia de conflicto, sino un estado positivo donde las necesidades humanas básicas están satisfechas y las relaciones sociales son justas y equitativas. Este concepto fue acuñado por el autor como *Paz Positiva*, (Galtung, 1969), y estableció un camino para pensarse la investigación en la paz y como esta podría nutrir y transformar las relaciones, en función de esta búsqueda (García-Noguera et al., 2024).

P11C al participar en la socialización del cuadro de análisis menciona...
"Podríamos crear un consejo estudiantil donde todos podamos expresar nuestras ideas y trabajar juntos en proyectos que mejoren nuestra escuela." Poniendo acento en el

pensamiento colectivo, la generación de espacios de escucha e identificación de necesidades, convirtiéndolos en aspectos fundamentales para la transformación social, la búsqueda del bienestar y por lo tanto a la construcción de una cultura de paz (García-Noguera y Dueñas, 2024).

En conclusión, tanto el Ikigai como las normas de convivencia se entrelazan en la búsqueda del bienestar, tanto individual como colectivo. El Ikigai invita a un viaje introspectivo para descubrir el propósito propio, mientras que las normas de convivencia proporcionan un marco para construir relaciones positivas y significativas con las y los demás. La combinación de ambos conceptos permitiría encontrar la felicidad personal, así como también contribuir a la creación de una comunidad escolar más justa y equitativa. Como señalan las y los estudiantes, la construcción de espacios de diálogo y participación resultan ser elemento fundamental para transformar la escuela en un lugar donde todas y todos puedan crecer y desarrollarse.

4.1.2. Desarrollo de competencias

La estructuración y comparación de los tres documentos promueven el desarrollo de habilidades y competencias clave. El Ikigai fomenta la búsqueda de propósito y significado, mientras que la Ley de Convivencia Escolar (1620 de 2013), y el Pacto de convivencia del Colegio Campestre Goyavier del año 2016, enfatizan el desarrollo de competencias ciudadanas, como el respeto, la tolerancia y la responsabilidad. En este sentido, el Ikigai, al enfocarse en el propósito y el sentido de vida, contribuye al desarrollo de competencias intrapersonales relacionadas con el

autoconocimiento, la autorrealización y el manejo emocional, dichas competencias inciden de forma directa en:

El autoconocimiento y la reflexión personal, ya que al explorar lo que se ama, en lo que se es bueno, lo que el mundo necesita y por lo que alguien puede ser remunerado, se desarrolla una capacidad analítica propia, con autocrítica y la posibilidad de comprender las propias motivaciones y habilidades.

En una segunda instancia, permiten pensarse la gestión emocional y la resiliencia, pues cuando se busca y se encuentra el sentido y propósito en la vida, las personas logran manejar mejor las adversidades, fortaleciendo su capacidad de adaptarse a situaciones difíciles.

Y en un tercer momento, se identifica que contribuye a la toma de decisiones responsable, puesto que, al Identificar un propósito, este guía las decisiones de forma consciente y alineada a los valores y metas. Estas competencias son fundamentales para la construcción de un proyecto de vida satisfactorio y para interactuar de manera positiva con el entorno.

En conclusión, la integración del Ikigai y las normas de convivencia en el ámbito educativo representa un paso fundamental hacia el desarrollo integral de las y los estudiantes, pues el ejercicio de fomento de la búsqueda de propósito y significado, así como el desarrollo de competencias socioemocionales, se podría estar preparando a las nuevas generaciones para enfrentar los desafíos del siglo XXI. La propuesta que hace F11A de facilitar escenarios centrados en la resolución de conflictos, ejemplifica cómo pueden ser aplicados estos conceptos en la práctica para construir una comunidad

escolar más justa y equitativa. En última instancia, el objetivo es formar ciudadanos comprometidos con su propio bienestar y con el bienestar de los demás, capaces de construir un futuro más sostenible y pacífico.

4.1.3. Importancia de la comunidad

Tanto el Ikigai como las normas de convivencia resaltan la importancia de la comunidad y las relaciones interpersonales. El Ikigai nos conecta con los demás, mientras que las normas de convivencia fomentan la colaboración y el respeto mutuo. Así mismo inciden en la construcción de empatía, reconocimiento y respeto del otro y la colectividad, aspectos fundamentales para la construcción de una comunidad, pero que además redundan en la construcción de ciudadanía, como lo indica Julio Bango (1999), la participación juvenil en el marco de las acciones ciudadanas, es considerada como cualquier acción colectiva de individuos orientada a la satisfacción de determinados objetivos, como manifiesta la estudiante RC11C *"Sentimos que a veces nuestras opiniones no son tomadas en cuenta. Necesitamos que los profesores y las autoridades nos escuchen más."* Expresando la necesidad de ser escuchados y reconocidos en función de las propuestas para transformar sus contextos más próximos.

En conclusión, tanto el Ikigai como las normas de convivencia y la participación juvenil se entrelazan para construir comunidades más sólidas y equitativas. El Ikigai conecta con los valores y fortalezas, mientras que las normas de convivencia establecen las bases para una interacción respetuosa y colaborativa. La participación juvenil, como lo expresa la estudiante, es fundamental para garantizar que las voces de las y los

jóvenes sean escuchadas y consideradas en la toma de decisiones. Al fomentar la participación de las y los estudiantes en la vida de la escuela, estamos cultivando ciudadanos más comprometidos y responsables con la transformación social.

4.2 Empoderando la paz: Acciones basadas en el Ikigai

Para este apartado, se pondrán en discusión los postulados teóricos, con la Estrategia Pedagógica (Ver anexo 5.) que se construyó como propuesta, y la percepción de las y los estudiantes sobre las sesiones, su pertinencia y aplicabilidad, (Referentes teóricos – Estrategia pedagógica – Reflexión estudiantes)

La estrategia metodológica fue revisada a detalle por estudiantes de grado 11, un grupo de 18 estudiantes en total, quienes de forma aleatoria fueron designados para que tres revisaran la sesión 1 “DESCUBRIENDO MI IKIGAI”; tres la sesión 2 “MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ”; tres la sesión 3 “MI LUGAR EN EL MUNDO”; tres la sesión 4 “IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS”; tres la sesión 5 “IKIGAI Y BIENESTAR”; y tres la sesión 6 “IKIGAI Y LIDERAZGO PARA LA PAZ”. A continuación, se presentan los tópicos de los que consta cada sesión y las contribuciones que realizaron las y los estudiantes a la estrategia.

Para el ejercicio investigativo, la reflexión de los docentes directores de curso se realizó en torno a la revisión de la estrategia completa.

"CONSTRUYENDO PAZ DESDE EL PROPÓSITO"

Presentación

Esta estrategia hace parte del proyecto de investigación "Construyendo paz desde el propósito: El rol de la filosofía Ikigai en la promoción de la convivencia pacífica en el Colegio Campestre Goyavier" que se centra en la exploración de la filosofía Ikigai como herramienta para la construcción de paz en el contexto escolar del Colegio Campestre Goyavier. A través de la Investigación Acción (IA), se busca promover la validación y proyección de los elementos del Ikigai por parte de las y los estudiantes de grado 11, con el fin de fomentar su desarrollo integral y su participación activa en la creación de un ambiente escolar armonioso.

Fundamentación

La filosofía Ikigai, originaria de Japón, se centra en la búsqueda del propósito de vida y la realización personal. Se basa en la intersección de cuatro dimensiones fundamentales: pasión, misión, vocación y profesión. Al identificar y desarrollar su Ikigai, las personas pueden experimentar mayor bienestar, motivación y satisfacción en sus vidas.

Esta estrategia ve que el Ikigai puede ser una herramienta poderosa en el contexto escolar, contribuyendo a:

1. Fomentar el autoconocimiento promoviendo la reflexión sobre las pasiones, talentos, valores y aspiraciones de las y los estudiantes.

2. Motivar el aprendizaje, pues lleva a conectar el aprendizaje con el propósito de vida y las áreas de interés de las y los estudiantes.
3. Desarrollar habilidades socioemocionales, pues busca fortalecer habilidades como la autoconciencia, la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.
4. Promover la participación ciudadana al incentivar la participación activa de las y los estudiantes en la construcción de una comunidad más justa y pacífica.
5. Incentivar al estudiante a que encuentre su razón de vivir o su razón de ser

Temas/Sesiones:

- DESCUBRIENDO MI IKIGAI
- MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ
- MI LUGAR EN EL MUNDO
- IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS
- IKIGAI Y BIENESTAR
- IKIGAI Y LIDERAZGO PARA LA PAZ

En la formulación de la estrategia pedagógica se realizó la vinculación de los referentes teóricos abordados y la búsqueda de una cultura de paz como eje transversal,

tras el diseño de la estrategia se realizó reflexión por parte de las y los estudiantes, pero quienes la evaluaron de forma completa, fueron los docentes directores de curso, entre estos, el investigador – autor de esta apuesta, a continuación, se destacan los aspectos a fortalecer, así como las percepciones en cuanto al uso y la funcionalidad de la estrategia al interior de los contextos educativos.

Para el docente Frank Acevedo director de curso de 11A, la estrategia pedagógica “construyendo paz desde el propósito” presenta las siguientes características:

“Las actividades tienen propósitos y objetivos claros y alcanzables. Los recursos son accesibles. Las especificaciones de la ejecución de estas actividades están dadas de manera clara y concisa. La estrategia es muy pertinente para la comunidad a la que va dirigido, y su planificación detallada pero sencilla permite que cualquier docente con conocimiento de la estrategia pedagógica la pueda aplicar con sus grados.”

En consecuencia, uno de los principales objetivos de la estrategia se cumple, pues en la ponderación de actividades y asuntos propuestos, se planteó la necesidad de que la estrategia pueda ser fácilmente adaptada y desarrollada en el contexto educativo.

Por otro lado, la estudiante RM11C, al describir la estrategia pedagógica refiere:

“El Ikigai es un fascinante enfoque educativo que puede brindar una enseñanza intensa y satisfactoria a los alumnos acerca del propósito y la tranquilidad interna. Mediante su método ordenado y bien estructurado, el Ikigai

facilita a los alumnos el descubrimiento de lo que les entusiasma, lo que favorece al mundo y lo que les brinda significado. Si se emplea de una forma adecuada, este enfoque puede promover un desarrollo personal relevante en los alumnos, ayudándoles en la identificación de sus objetivos y en el fomento de una vida llena de propósito y plenitud.”

Como lo manifiesta la estudiante, se cree en el potencial que tiene el Ikigai para mirarse hacia adentro, contribuyendo significativamente a la búsqueda del propósito propio, pero, sobre todo, se reconoce el carácter reflexivo de la estrategia, que permite llevar a otros cuestionamientos y la búsqueda de respuesta a las dudas existenciales. Estas dinámicas reflexivas, pueden tener incidencia en los liderazgos positivos, pues estos se centran en el desarrollo del potencial de las personas y la creación de un ambiente de colaboración, como menciona la estudiante, puede llegar a fomentar la resiliencia al empoderar a las y los estudiantes y brindarles herramientas para enfrentar desafíos.

Por otra parte, la estrategia al tener un carácter colectivo y con miras a la acción social como labor de transformación, podría incidir en la constitución de sujetos políticos que tengan incidencia real en la participación ciudadana. Desde esta perspectiva, involucrar a las y los estudiantes en la vida pública y en la toma de decisiones, fortalece su sentido de pertenencia y agencia, lo cual es fundamental para la resiliencia.

Los comentarios relacionan la resiliencia con prácticas educativas que promueven el autoconocimiento (Ikigai), el liderazgo positivo y la participación

ciudadana. En este sentido, la educación se convierte en un factor clave para el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes, brindándoles herramientas para enfrentar los desafíos de la vida y construir un futuro mejor.

En relación con la aplicación de la estrategia, el autor de esta investigación y docente implementador comparte la siguiente percepción:

“La experiencia de las y los estudiantes podría canalizarse a través de las estrategias propuestas, permitiendo medir su impacto en el Colegio Campestre Goyavier. Al implementar las sesiones “Descubriendo mi Ikigai” y “Mi Ikigai, mi aporte a la paz”, resultó interesante observar la expectativa generada en las y los estudiantes frente a un concepto para muchas/os desconocido. Además, las actividades diseñadas los llevaron a cuestionar sus sentimientos, pensamientos, palabras y acciones en un momento crucial de sus vidas: el último año escolar y la transición a la universidad.”

En este sentido, se reconoce el potencial reflexivo de la estrategia en torno a los principios de la filosofía Ikigai y el potencial introspectivo de las sesiones. Se pondera la importancia de emplear estrategias que contengan postulados, posturas filosóficas y acciones específicas encaminadas a la búsqueda personal y la reflexión continua, además de reconocer el potencial en pensar con detenimiento en aspectos internos relevantes.

La estrategia no solo se centra en el Ikigai, sino que también aborda otras prácticas educativas que llevan a fomentar la resiliencia en las y los estudiantes. El liderazgo positivo, que se centra en el desarrollo del potencial de las personas, además

encontrado por sí mismas, y la participación ciudadana, que involucra a los estudiantes en la toma de decisiones, son ejemplos de esto.

Estas prácticas educativas se relacionan con la resiliencia al promover un ambiente de apoyo, colaboración y empoderamiento, andamiaje que debería ser considerado para casi cualquier ámbito educativo, reconociendo a las y los estudiantes como sujetos, permitiéndoles sentirse escuchados, valorados y capaces de generar un impacto positivo en su comunidad. Dichas dinámicas pueden contribuir a que las y los estudiantes puedan desarrollar una mayor confianza en sí mismos y en sus habilidades para enfrentar desafíos.

En este sentido, la estrategia destaca la importancia de crear entornos educativos que no solo transmitan conocimientos, sino que también promuevan el desarrollo integral de las y los estudiantes, ponderando sus necesidades e incluyendo su capacidad de adaptación y resiliencia. Al proporcionarles herramientas y oportunidades para crecer en todas las dimensiones del ser, la educación se convierte en un factor clave para construir un futuro mejor.

4.3 La huella del Ikigai: Una aproximación al Ikigai en la construcción de paz

En el proceso cíclico que representa este ejercicio investigativo, en este apartado, se profundiza en el análisis de los resultados obtenidos tras la implementación de dos sesiones de la estrategia pedagógica centrada en el desarrollo del Ikigai personal en estudiantes de grado 11 y su conexión con la construcción de paz en el ámbito escolar y comunitario (Ver Anexo 6).

Las sesiones aplicadas, tuvieron como fin promover la reflexión en las y los estudiantes sobre sus pasiones, talentos y valores, y cómo estos podían contribuir a crear un entorno más pacífico y armonioso. Los resultados que se presentan a continuación permiten reflexionar sobre la pertinencia de esta estrategia en la comprensión de los estudiantes sobre su Ikigai y su rol en la construcción de paz, así como en sus actitudes y comportamientos relacionados con la convivencia y la participación ciudadana.

Por otro lado, el ejercicio, también permitió reconocer que otros aspectos podrían ser considerados para retroalimentar la estrategia pedagógica y aportar a su uso pragmático.

La aplicación se llevó a cabo con los tres cursos de grado 11, 11A, 11B y 11C, que están conformados por grupos de 20 a 23 estudiantes de diferentes géneros y grupos étnicos, participaron un total de 47 estudiantes.

Se desarrollaron dos sesiones, las número uno y dos: 1 “DESCUBRIENDO MI IKIGAI” y 2. “MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ”

4.3.1 “DESCUBRIENDO MI IKIGAI” Y “MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ”

La sesión uno tuvo dos momentos, el primer momento se desarrolló en plenaria virtual, con el fin de ubicar conceptual y epistemológicamente a las y los estudiantes en la filosofía Ikigai 11A, 11B, 11C. El segundo momento, en cambio se implementó de

manera presencial por grupos: 11A, 11B, 11C. La guía empleada en el momento presencial y de las sesiones 1 y 2 se puede revisar en los anexos (Ver anexo 6).

En conclusión, la exploración inicial del Ikigai y su relación con la construcción de paz reveló valiosas percepciones por parte de los estudiantes. Aunque surgieron desafíos relacionados con la escucha activa, la búsqueda de acuerdos y el reconocimiento de cualidades y defectos, estos hallazgos permitieron identificar la necesidad de fortalecer habilidades de comunicación, la generación de espacios de confianza y la validación de las experiencias individuales. La sesión 0, diseñada específicamente para cultivar un ambiente de respeto y escucha activa, constituye una herramienta fundamental para abordar estas áreas de oportunidad. La filosofía Ikigai, como destaca el docente investigador, requiere un esfuerzo consciente y una comprensión clara de sus elementos clave, objetivos y métodos, haciendo hincapié en la interconexión de las preguntas y el uso de herramientas lúdicas para facilitar la indagación sobre el propósito de vida.

En última instancia, la sesión inicial dejó una huella positiva en los participantes, fomentando la introspección, la discusión grupal y la proyección personal, promoviendo el respeto mutuo y la identificación de puntos en común. Estos factores contribuyen a la empatía, el establecimiento de relaciones equitativas y complementarias, y el reconocimiento del otro como un ser complejo con aspiraciones y sueños que merecen ser valorados y considerados.

La sesión número dos, fue implementada con la participación de al menos el 90% de las y los estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre Goyavier, con quienes

se implementó la sesión uno de forma previa. Fue desarrollada por grupos con los cursos 11A, 11B y 11C.

En conclusión, la sesión dos y que incluyó la realización de mapas de la paz por las y los estudiantes (Ver Anexo 10) revelan una profunda conexión entre el Ikigai, la construcción de paz y una serie de valores fundamentales. Posterior a la aplicación puede evidenciarse que las y los estudiantes conciben el Ikigai como una herramienta para descubrir su propósito de vida y contribuir a la sociedad de manera significativa.

La reflexión sobre el Ikigai facilitó el reconocimiento de cualidades y defectos, fortaleciendo la autoestima y la proyección de un plan de vida personal. Adicionalmente, se destaca la importancia de conectar el Ikigai con aspectos que trascienden la individualidad, como la colectividad, la comunidad y la construcción de un mundo más justo.

Los mapas de la paz reflejan la centralidad en los valores personales y la ponderación de algunos colectivos, como la inclusión, la solidaridad, la cooperación, la empatía, el respeto a la diferencia, la autoconfianza y la comunicación para la construcción de paz. Los estudiantes reconocen que la paz se construye desde las relaciones interpersonales y se irradia hacia la sociedad a través de acciones concretas.

Finalmente, se reconoce la necesidad de crear un ambiente propicio para la reflexión y el diálogo, de forma general, así mismo, se piensa que es algo imperante para la aplicación del Ikigai, donde las y los estudiantes se sientan seguros y cómodos para explorar sus sentimientos y perspectivas. La conexión entre el Ikigai y la construcción

de paz se presenta como un camino hacia un futuro más armonioso, donde cada individuo puede encontrar su propósito y contribuir al bienestar colectivo.

Capítulo 5. Conclusiones

El Ikigai, funciona como herramienta para el desarrollo integral, y se consolida como un proceso transformador que fomenta el autoconocimiento, la reflexión sobre el propósito de vida, la conexión con la comunidad y la construcción de un proyecto de vida significativo, al relacionarse con categorías internas como:

- **Autoconocimiento:** El Ikigai, a través de su metodología de indagación, guía a las y los estudiantes a explorar sus pasiones, talentos, valores y aquello que el mundo necesita. Este proceso de introspección facilita el reconocimiento de sus fortalezas, debilidades y aquello que les motiva intrínsecamente. Al comprenderse mejor a sí mismas/mos, las y los estudiantes pueden tomar decisiones más conscientes y alineadas con sus auténticos intereses.
- **Propósito de vida:** El Ikigai no se limita a identificar una profesión o un trabajo, sino que se centra en descubrir un propósito que dé sentido a la vida en general. Este propósito, al conectar con los valores y pasiones individuales, se convierte en un motor que impulsa a la acción y a la superación de obstáculos. La búsqueda del Ikigai lleva a cuestionar el

significado de la vida y el rol que cada quien quiere desempeñar en el mundo, lo que contribuye a un mayor bienestar emocional y a una sensación de dirección, aunado a la sensación de satisfacción.

- **Conexión con la comunidad:** El Ikigai, al integrar la dimensión de "lo que el mundo necesita", promueve la conexión con la comunidad y el entorno social. Las y los estudiantes, al reflexionar sobre cómo sus talentos y pasiones pueden contribuir al bien común, desarrollan una mayor conciencia social y un sentido de responsabilidad hacia la otredad. Esta conexión con la comunidad genera un sentido de pertenencia y permite visualizar cómo el propósito individual se entrelaza con el bienestar colectivo.
- **Construcción de un proyecto de vida significativo:** La exploración del Ikigai no se limita a un ejercicio teórico, sino que se traduce en la construcción de un proyecto de vida significativo. Al integrar las pasiones, talentos, valores y propósito, las y los estudiantes pueden diseñar un plan de acción alcanzable y propio, que les permita alcanzar sus metas y vivir una vida plena y satisfactoria. Este proyecto de vida, si se encuentra alineado con su Ikigai, proporciona un sentido de dirección y motiva a perseguir los sueños con determinación.

La conexión entre Ikigai y construcción de paz constituye una poderosa coordinación que promueve la transformación personal y social. Las y los estudiantes, a través de la exploración de su Ikigai, no solo descubren su propósito personal, sino

que también reconocen la importancia de valores como la solidaridad, la empatía y la cooperación para contribuir a un ambiente escolar más armonioso y a una sociedad más justa.

- **El Ikigai como catalizador de la construcción de paz:** El Ikigai, al impulsar la reflexión sobre lo que apasiona al individuo, lo que hace bien, lo que el mundo necesita y lo que se le puede pagar, trasciende la esfera individual y se conecta con la construcción de paz. La búsqueda del propósito personal lleva a cuestionar el rol que cada uno o cada una quiere desempeñar en la sociedad y cómo las acciones individuales o colectivas pueden contribuir a un mundo mejor.
- **Valores para la convivencia pacífica:** Los valores como la solidaridad, la empatía y la cooperación son pilares fundamentales para la construcción de paz. La solidaridad impulsa a actuar en beneficio de los demás, la empatía permite comprender las perspectivas y necesidades ajenas, y la cooperación facilita el trabajo conjunto para alcanzar objetivos comunes. Estos valores, al integrarse en el Ikigai, transforman el propósito personal en un impulsor para la transformación social.
- **Un ambiente escolar armonioso:** Al conectar el Ikigai personal con la construcción de paz, las y los estudiantes reconocen que sus acciones y decisiones tienen un impacto en las y los demás y, por tanto, en su entorno escolar. La búsqueda de un propósito personal que contribuya al

bien común fomenta la creación de un ambiente escolar más armonioso, donde el respeto, la tolerancia y la colaboración son valores esenciales.

- **Hacia una sociedad más justa:** La conexión entre Ikigai y construcción de paz no se limita al ámbito escolar, sino que se proyecta hacia la creación de una sociedad más justa. Al comprender que el propósito personal puede contribuir a la transformación social, las y los estudiantes desarrollan una mayor conciencia ciudadana y un compromiso con la construcción de un mundo más equitativo y pacífico.

El rol activo de las y los estudiantes en la transformación social se constituye como un pilar fundamental para la construcción de paz y la creación de un futuro más justo y equitativo. La participación ciudadana, el compromiso social y la incidencia en la toma de decisiones se consolidan como elementos clave para que las y los jóvenes se conviertan en agentes de cambio y protagonistas de la transformación de sus comunidades.

- **Participación ciudadana:** La participación ciudadana implica el involucramiento activo de las personas, en este caso las y los jóvenes estudiantes en la vida pública, ejerciendo sus derechos y responsabilidades como miembros activos de la sociedad. Esto incluye la participación en debates, la expresión de sus opiniones, la colaboración en proyectos comunitarios y la toma de decisiones informadas sobre asuntos que les afectan. Al participar activamente, las y los estudiantes

desarrollan un sentido de pertenencia, fortalecen su identidad ciudadana y contribuyen a la construcción de una sociedad más democrática.

- **Compromiso social:** El compromiso social se traduce en la acción concreta de las personas para generar un impacto positivo en su comunidad. Esto puede manifestarse en las y los estudiantes a través de acciones de voluntariado, la participación en iniciativas sociales, la defensa de causas justas o la creación de proyectos que busquen el bienestar colectivo. El compromiso social no solo beneficia a la comunidad, sino que también enriquece el desarrollo personal de las y los estudiantes, fomentando su empatía, solidaridad y responsabilidad social.
- **Incidencia en la toma de decisiones:** La incidencia representa la capacidad de las y los estudiantes para influir en la toma de decisiones que afectan a su comunidad. Esto puede lograrse a través de la participación en espacios de diálogo, la elaboración de propuestas, la movilización social, así como la colaboración con organizaciones e instituciones. Al incidir en la toma de decisiones, las y los estudiantes no solo hacen oír su voz, sino que también contribuyen a la generación y seguimiento de políticas públicas que respondan a las necesidades de la comunidad y promuevan la justicia social.
- **Construcción de paz:** La participación ciudadana, el compromiso social y la incidencia de las y los estudiantes son elementos esenciales para la

construcción de paz. Al involucrarse activamente en la transformación de sus comunidades las y los jóvenes promueven la convivencia pacífica, el respeto a la diversidad, la resolución de conflictos de manera no violenta y la creación de un futuro más justo y equitativo.

La estrategia pedagógica "Construyendo paz desde el propósito" se presenta como una guía útil para docentes y estudiantes en la exploración del Ikigai y su conexión con la construcción de paz. La estrategia promueve la reflexión, el diálogo y la acción, fomentando la participación activa de las y los estudiantes en la creación de un mundo más pacífico.

REFERENCIAS

- Acosta, H. B., & Castillo, C. H. (2017). La ley 1620 de 2013 y la política pública educativa de convivencia escolar en Colombia: entre la formalidad jurídica y la realidad social. *Revista Republicana*, (23).
- Alcaldía de Floridablanca, (2024). *Floridablanca en orden 2024-2027: Plan de Desarrollo Municipal*. Floridablanca, Santander, Colombia.
https://www.concejomunicipalfloridablanca.gov.co/wp-content/uploads/2024/04/3.Floridablanca_en_Orde_2024-2027_VII_Final1-.pdf
- Arias, B. A. S. (2023). La Educación para la Paz desde Johan Galtung. *Revista Análisis*. Vol. 55 Núm. 102 (2023)
<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/analisis/issue/view/666>
- Bango, Julio. (1999). Participación juvenil e institucionalidad pública de juventud: al rescate de la diversidad. Artículo publicado originalmente en la *Revista Iberoamericana de Juventud* N°1, Madrid, 1996; editada por la Organización Iberoamericana de Juventud.
<https://www.redalyc.org/pdf/195/19501005.pdf>
- Bustamante Gómez, M. (2020). La experiencia de las cátedras de la paz en el municipio de Girardota: un estudio de caso en la Institución

Educativa Nuestra Señora del Carmen durante el 2016-2019. Universidad
Nacional de Colombia.

<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/79494?show=full>

- Camargo Abello, M. (1997). Violencia escolar y violencia social. Revista Colombiana De Educación, (34).
<https://doi.org/10.17227/01203916.5407>
- Colegio Campestre Goyavier. (2016). Pacto de convivencia: Formamos para la vida con amor, lealtad, comprensión y humildad. Floridablanca.
- Dueñas, F., Peña, D., García-Noguera, L. y Duque, F. (2022). Cátedra de paz, comunicación y universidad: Análisis comparativo. REVISIÓN VISUAL. Revista Internacional de Cultura Visual, 12(5), 1-14.
<https://doi.org/10.37467/revvisual.v9.3778>
- Galtung, J. (2003), Violencia Cultural, Guernika-Lumo: Gernika Gogoratz.
- Gamboa, M. C., García, Y., y Beltrán, M. (2013). Estrategias pedagógicas y didácticas para el desarrollo de las inteligencias múltiples y el aprendizaje autónomo. Revista de Investigaciones UNAD, 12(1), 101-128. <https://doi.org/10.22490/25391887.1162>
- García, H. y Miralles, F. (2016). Ikigai: Los secretos de Japón para una vida larga y feliz. by Ediciones Urano, S.A.U. Aribau, 142, pral. – 08036 Barcelona.
<https://www.onalza.com/wp-content/uploads/2018/03/Ikigai.pdf>

- García-Noguera, L., Fernández Pulgarín, N. y Ojeda Pérez, J. A. (2024). Incidencia de la cátedra de la paz en la construcción de ciudadanía en Ciudad Bolívar. *Inclusión Y Desarrollo*, 11(3), 102–114.
<https://doi.org/10.26620/uniminuto.inclusion.11.3.2024.102-114>
- García-Noguera, L. y Dueñas Gaitán, F. F. (2024). Chair of Peace: Proposal for Implementation through social networks. *VISUAL REVIEW. International Visual Culture Review Revista Internacional De Cultura Visual*, 16(6), 273–284. <https://doi.org/10.62161/revvisual.v16.5328>
- García-Noguera, L. y Pedrozo Ospino, O. (2024). Conflicto político armado visto desde la Teología Pastoral. *Revista Temario Científico*, 4(2), 1–20.
<https://doi.org/10.47212/rtcAlinin.2.224.5>
- Gatti, Rebecca. (2021). LA MEDITACIÓN PARA LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Proyecto de Innovación. Universidad de La Laguna Facultad de Educación Grado de Pedagogía, Itinerario Formal.
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/29276/Proyecto%20i%20kigai.Curso%20de%20formacion%20de%20profesorado%20%22la%20meditacion%20para%20la%20gestion%20de%20las%20emociones%22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kemmis, S. (1984). Investigación-acción en ciencias sociales. Madrid: Notas Universitarias.
- La Parra, D., & Tortosa, J. M. (2003). Violencia estructural: una ilustración del concepto. *Documentación Social*, 131, 57-72.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/23375/1/2003_LaParra_T

ortosa_Documentacion_Social.pdf

- Latorre, A. (2004). La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa, 4.
- Lewin, K. (1992). La investigación-acción y los problemas de las minorías. AA. VV., La investigación-acción participativa. Inicio y desarrollo, Biblioteca de Educación de Adultos, 6(1).
- Páez Olarte, S. D. (2019). Educación física para la felicidad: De la gestión emocional al Ikigai (Trabajo de grado, Universidad Pedagógica Nacional). Universidad Pedagógica Nacional.
<http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/16350/TE-24165.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Popkewitz, T. (1988). Paradigma e ideología en investigación educativa. Las funciones sociales del intelectual. Madrid: Mondadori.
<https://es.scribd.com/doc/187940622/148659469-111141714->
- Rubio, E., Dueñas, F., García-Noguera, L., y Díaz, D. (2019). Competencias lingüísticas: una propuesta para su desarrollo en la educación superior. Corporación Universitaria Minuto de Dios.
<https://repository.uniminuto.edu/items/ed455966-e140-4c88-92d2-8973f2c886df>
- Quimbita, L. (2023). Ikigai en el desempeño académico de los estudiantes universitarios, Universidad Técnica de Ambato Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales; carrera de Trabajo Social. Ambato-Ecuador <https://repositorio.uta.edu.ec/items/95c5f8ab-65a6-42de-968f-fce0d5eb96c9>

- Schoeberlein, D. (2009). Mindfulness para enseñar y aprender: Estrategias prácticas para maestros y educadores. Madrid, España: Neo Person.
- Sone, T., Nakaya, N., Ohmori, K., Shimazu, T., Higashiguchi, M., Kakizaki, M., Kikuchi, N., Kuriyama, S., & Tsuji, I. (2008). Sense of Life Worth Living (Ikigai) and Mortality in Japan: Ohsaki Study. Psychosomatic Medicine, 70(6), 709-715. <https://doi.org/10.1097/psy.0b013e31817e7e64>
- Valles, Miguel: Técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión Metodológica y Práctica profesional (2003). https://www.trabajosocial.unlp.edu.ar/uploads/docs/valles_miguel_s_tecnicas_cualitativas_de_investigacion_social_reflexion_metodologica_y_practica_profesional.pdf

Anexos:

Anexo 1



Anexo 2: Caracterización Estudiantes

Instrumento de Caracterización para Estudiantes

Objetivo:

Recopilar información sociodemográfica y contextual relevante de los estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre GOYAVIER, para comprender sus características y experiencias en relación con el Ikigai y la construcción de paz en su entorno escolar.

Instrucciones:

Por favor, responde las siguientes preguntas de manera honesta y completa. Tus respuestas

serán confidenciales y se utilizarán únicamente con fines de investigación.

I. Datos sociodemográficos:

- Edad: ____ años
- Género:
 - Masculino
 - Femenino
 - Otro: _____
- ¿En qué ciudad o municipio vives? _____
- ¿Con quiénes vives? (Marca todas las opciones que apliquen)
 - Padres
 - Madre
 - Padre
 - Hermanos
 - Abuelos
 - Otros familiares
 - Solo/a
 - Otros: _____

II. Contexto escolar:

- ¿Cuánto tiempo llevas estudiando en el Colegio Campestre GOYAVIER?

- ¿Cómo describirías tu rendimiento académico general?
 - Excelente
 - Bueno
 - Regular
 - Bajo
- ¿Participas en actividades extracurriculares en el colegio?
 - Sí
 - No

Si respondiste sí, ¿en cuáles? _____

III. Experiencias y percepciones:

- ¿Has experimentado alguna situación de conflicto o violencia en el colegio?
 - Sí
 - No

Si respondiste sí, ¿podrías describir brevemente la situación?

-
-
-
-
- ¿Cómo describirías el clima escolar en el Colegio Campestre GOYAVIER?
 - Muy positivo y armonioso
 - Positivo
 - Neutral
 - Negativo
 - Muy negativo y conflictivo
 - ¿Qué crees que se podría hacer para mejorar la convivencia y la paz en tu colegio?
-

IV. Ikigai:

- ¿Has escuchado hablar del concepto de Ikigai?
 - Sí
 - No
 - Si respondiste sí, ¿cómo lo definirías en tus propias palabras?
-
- ¿Crees que tienes un Ikigai o propósito de vida?
 - Sí
 - No
 - No estoy seguro/a
 - Si respondiste sí, ¿podrías describir brevemente cuál es tu Ikigai?
-

¡Gracias por tu participación!

**Anexo 3: Cuadro de análisis Ikigai; Ley de Convivencia Escolar (1620 de 2013); Pacto de convivencia del Colegio
Campestre Goyavier**

Texto Categoría	IKIGAI	Ley de Convivencia Escolar (1620 de 2013)	Pacto de convivencia del Colegio Campestre Goyavier
Fundamentos filosóficos	El Ikigai se centra en la búsqueda del propósito y sentido de vida. Es una filosofía de origen japonés que promueve la felicidad y realización personal mediante la identificación de aquello que nos motiva a levantarnos cada día. Proporciona un equilibrio entre diferentes dimensiones de la vida, como la pasión (lo que amas), la misión (lo que el mundo necesita), la profesión (por lo que te pagan) y la vocación (en lo que eres bueno).	- Está centrada en los derechos humanos y en principios fundamentales como la dignidad humana y el interés superior del niño. El respeto por los derechos de los demás es central en su enfoque. - Resalta la corresponsabilidad entre diferentes actores, como la familia, el colegio y la sociedad, en el proceso de formación y convivencia. - Promueve la autonomía y la participación activa de los estudiantes en su propio desarrollo personal y social.	- El enfoque del pacto está en la formación ciudadana y la construcción de un ambiente de convivencia pacífica en el entorno escolar. - Fomenta la participación democrática de todos los miembros de la comunidad educativa, respetando la pluralidad, la identidad y la valoración de las diferencias. - Se rige por la Constitución Nacional de 1991 y leyes como la Ley General de Educación 115/1994 y el Código de

	• Promueve una conexión con la comunidad y el mundo, logrando una armonía que contribuye al bienestar general.		Infancia y Adolescencia (Ley 1098/2006).
Fundamentos teóricos	• Está relacionado con la psicología positiva, que busca promover un estado mental positivo y el bienestar emocional. • Utiliza enfoques de logoterapia, que se centran en encontrar el significado de la vida, incluso en situaciones difíciles. • Se basa en la filosofía japonesa, que resalta la importancia de la armonía, la conexión con el entorno y la búsqueda del equilibrio. • Involucra estudios sobre el bienestar y la felicidad, enfocándose en cómo estos	• Está fundamentada en el respeto y promoción de los derechos humanos, especialmente los derechos de niños, niñas y adolescentes. • Desarrolla competencias ciudadanas, enseñando a los estudiantes a convivir respetando las normas sociales y los derechos de los demás. • Promueve la educación para la sexualidad y los valores de respeto, igualdad y responsabilidad. • Introduce estrategias de prevención y mitigación de la violencia escolar, buscando	• El pacto sigue las normas establecidas por leyes como la Ley General de Educación 115/1994 y la Ley 1098/2006, que regula la protección de los derechos de la infancia y la adolescencia. • Se apoya en las sentencias de la Corte Constitucional para garantizar un marco legal adecuado en la convivencia escolar. • Fomenta la educación para la paz y el desarrollo de competencias ciudadanas,

	conceptos influyen en la salud mental y física.	crear entornos seguros y saludables.	integrando aspectos pedagógicos y normativos.
Acciones (Como se materializa en la cotidianidad)	• Las personas deben identificar su propio Ikigai, comprendiendo lo que aman, sus habilidades, lo que el mundo necesita y lo que puede generar ingresos. • Se promueve el desarrollo de habilidades y talentos personales, conectándolos con una mayor satisfacción laboral y vital. • Fomenta una actitud de contribución a la comunidad, mejorando la conexión social y la calidad de vida de quienes nos rodean. • El objetivo es lograr una satisfacción tanto en el trabajo como en la vida diaria, creando un equilibrio sostenible.	• Impulsa la implementación de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, un protocolo que orienta cómo actuar frente a situaciones de violencia o conflicto. • Conformar el Comité Escolar de Convivencia es una acción clave para garantizar que se implementen las políticas de convivencia dentro del colegio. • Se implementan y desarrollan protocolos de atención para la violencia escolar, con el fin de prevenir y actuar frente a los conflictos. • Promueve la formación en competencias ciudadanas, para que los estudiantes puedan	• El pacto establece normas de comportamiento claras que deben ser cumplidas por todos los miembros de la comunidad educativa. • Garantiza el ejercicio de los derechos de los estudiantes, maestros y demás actores escolares, en un ambiente de respeto y colaboración. • Se promueve la resolución pacífica de conflictos, mediante el diálogo y la mediación. • Se implementan estrategias formativas que contribuyen al desarrollo de valores cívicos y ciudadanos.

		resolver conflictos de manera pacífica y respetuosa.	
Impactos	• La práctica del Ikigai lleva a un mayor bienestar psicológico y emocional, ya que las personas encuentran sentido en su día a día. • Contribuye a la identificación de las pasiones que no necesariamente estén al servicio de la vida profesional, si no que en cambio permitan ser el momento recreativo de las demandas diarias. • Aumenta la motivación y el compromiso con la vida personal y profesional, mejorando la calidad del trabajo y las relaciones interpersonales. • Contribuye a una mejora de las relaciones interpersonales, al	• Contribuye a la disminución de la violencia escolar, creando entornos educativos más seguros y propicios para el aprendizaje. • Mejora el clima escolar, promoviendo relaciones más respetuosas y cooperativas entre estudiantes, maestros y padres de familia. • La promoción de la formación ciudadana prepara a los estudiantes para ser ciudadanos responsables y comprometidos. • Protege los derechos de los niños, niñas y adolescentes, asegurando que se respeten y promuevan sus derechos en todo momento.	• Se crea un ambiente escolar seguro y armonioso, donde todos los miembros se sientan respetados y valorados. • Promueve la convivencia pacífica, basada en el respeto mutuo y la colaboración. • Se desarrollan competencias ciudadanas en los estudiantes, preparándolos para ser agentes de cambio positivo en sus comunidades.

	fomentar una vida equilibrada y armoniosa con los demás. • Proporciona un mayor sentido de propósito y satisfacción general con la vida, lo que mejora la salud y la longevidad.		
--	---	--	--

Anexo 4: Acta de revisión cuadro comparativo

	ACTA DE ENCUENTROS IKIGAI	FECHA: 11 de octubre de 2024
	Fase o espacio: Encuentro con estudiantes de 11A, 11B y 11C.	HORA: 12:15 p.m.
	UBICACIÓN: Aula de clases 11C	ASIGNATURA: Ciencias Sociales
Objetivo del espacio: Reconocer las primeras impresiones de las y los estudiantes sobre la relación de los Fundamentos del Ikigai con la Ley de Convivencia Escolar y las normas del Pacto de Convivencia del Colegio.		

Agenda de la reunión:

1. Saludo.
2. Socialización grupal
3. Trabajo por subgrupos
4. Conclusiones

1. Saludo y presentación del espacio.
2. Espacio para socialización de primeras impresiones sobre el material estudiado.
3. Discusión sobre los asuntos que podrían modificarse.
4. Agradecimiento y cierre

Desarrollo de la reunión:

1. Saludo: Los tres grupos de undécimo se reúnen en el aula de clases de 11C. Con cierta expectativa y como típicamente suele suceder las y los estudiantes de undécimo al encontrarse inician la respectiva algarabía antes de ubicarse en mesa redonda a ver de qué se trataría la reunión, mientras flotaba en el aire la inquietud de por qué se escogió ese salón y no el de su grupo. Tampoco faltó la convocatoria relámpago para hacer un TiKTOK pensando en los recuerdos para la PROM que se avecina. Por fin tras comentar la respectiva falta al manual de convivencia por el uso del celular van accediendo a guardarlo y se van ubicando en mesa redonda para contribuir al objetivo de la reunión.

2. Socialización grupal: El docente proyecta desde su computador al videobeam la matriz de comparación mientras que voluntariamente algunas personas de cada grupo leen en voz alta a la vez que las demás van reflexionando sobre las siguientes preguntas orientadoras:

¿CÓMO PODRÍAN APLICAR LOS FUNDAMENTOS DEL IKIGAI EN SU VIDA COTIDIANA PARA CONTRIBUIR A LA CONVIVENCIA Y CONSTRUCCIÓN DE PAZ EN EL COLEGIO?

¿EN QUÉ SE RELACIONAN ESTOS FUNDAMENTOS O PRINCIPIOS CON LOS VALORES Y NORMAS DEL PACTO DE CONVIVENCIA DEL COLEGIO CAMPESTRE GOYAVIER Y LA LEY DE CONVIVENCIA ESCOLAR?

3. Trabajo por subgrupos: los estudiantes se dispusieron a redactar sus puntos de vista directamente en el pc del investigador quedando así:

Estudiantes de 11A: El tener una proyección de vida y un camino a seguir genera ambiciones, las cuales se convierten en prioridad ante los trabajos del día a día. Este ejercicio que se muestra en el cuadro nos ayuda a analizar las cosas que realmente son importantes para nosotros y nos ayuda a luchar por ellas.

Estudiantes de 11B: Cada persona tiene la responsabilidad de aportar desde su propósito con el Ikigai, fortaleciendo su convivencia escolar y por eso es bueno que exista un espacio de paz y convivencia en el ambiente escolar, generando empatía entre los profesores y los estudiantes.

Estudiantes de 11C: Se podrían implementar más charlas acerca de temas con bastante importancia tanto para la convivencia en el colegio y fuera de él, además se debería de tomar en serio los todos los problemas que lleguen a surgir. O sea, como estudiantes de undécimo grado sentimos que en muchas ocasiones no se nos tiene en cuenta o que no se presta atención a las diferentes situaciones que surgen ya sea en el aula o en las instalaciones del colegio, que a ojos de las directivas o docentes pueden resultar cotidianas pero, que para nosotros han sido muy importantes porque hemos sentido que se nos ha abandonado o no se nos ha escuchado como se esperaría cuando tenemos alguna situación o sentimos que nuestros derechos son vulnerados. Entonces lo que se muestra en este cuadro está interesante, pero hay que llevar más a la práctica, hay que aplicar toda esa teoría y ahora que nos vamos no estamos muy seguros de cómo nos pueda servir a nosotros, pero está muy bien para los estudiantes que seguirán en el colegio.

Evaluación de la reunión:

Finalizado el ejercicio se valora como provechoso.

Acuerdos y Compromisos

Actividad	Responsable	Fecha
	Fredy Rojas	

Evaluación final de la reunión.

El espacio que se generó porque se dio la oportunidad de manifestar o decir ciertas cosas que son importantes de expresar, por ejemplo, el hecho de que a veces las y los educandos han sentido que no se les escucha, y no es muy común que se den entornos de escucha mutua entre estudiantes y docentes para hablar de estos temas, ellas y ellos sintieron que fue un momento para discutir de forma abierta sobre sus comportamientos y confrontarse con esos/as otros/as que coexisten en el mismo espacio día a día experimentando la vida académica y convivencial, donde surgen pueden llegar a surgir conflictos que ahora reconocen se pueden dialogar y quizá teniendo en cuenta que hay herramientas como el Ikigai y leyes que les amparan, llegar a solucionarlos de forma no violenta.

ANEXOS: Listado de asistencia de fecha ____ / ____ / ____ dd mm aaaa
Notas: • Adicione otras firmas en caso de ser requeridas. • Si se trata de un Acta de Reunión Interna anexar el Listado de Asistencia a Reunión

Archívese en:



FIRMA (de quien elaboró el Acta)

Nombre: Fredy Alexander Rojas Marín

Rol: Docente

Anexo 5: Estrategia Metodológica Ikigai "Construyendo paz desde el propósito"

ESTRATEGIA METODOLÓGICA "Construyendo paz desde el propósito"
Presentación Esta estrategia hace parte del proyecto de investigación “Construyendo paz desde el propósito: El rol de la filosofía Ikigai en la promoción de la convivencia pacífica en el Colegio Campestre GOYAVIER” que se centra en la exploración de la filosofía Ikigai como herramienta para la construcción de paz en el contexto escolar del Colegio Campestre GOYAVIER. A través de la Investigación Acción (IA), se busca promover la validación y proyección de los elementos del Ikigai por parte de las y los estudiantes de grado 11, con el fin de fomentar su desarrollo integral y su participación activa en la creación de un ambiente escolar armonioso. Fundamentación La filosofía Ikigai, originaria de Japón, se centra en la búsqueda del propósito de vida y la realización personal. Se basa en la intersección de cuatro dimensiones fundamentales: pasión, misión, vocación y profesión. Al identificar y desarrollar su Ikigai, las personas pueden experimentar mayor bienestar, motivación y satisfacción en sus vidas. Esta estrategia ve que el Ikigai puede ser una herramienta poderosa en el contexto escolar, contribuyendo a: 1. Fomentar el autoconocimiento promoviendo la reflexión sobre las pasiones, talentos, valores y aspiraciones de las y los estudiantes. 2. Motivar el aprendizaje, pues lleva a conectar el aprendizaje con el propósito de vida y las áreas de interés de las y los estudiantes. 3. Desarrollar habilidades socioemocionales, pues busca fortalecer habilidades como la autoconciencia, la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos. 4. Promover la participación ciudadana al incentivar la participación activa de las y los estudiantes en la construcción de una comunidad más justa y pacífica. 5. Incentivar al estudiante a que encuentre su razón de vivir o su razón de ser

SESIONES:

- PREPARACIÓN DEL AMBIENTE, LAS Y LOS ESTUDIANTES
- DESCUBRIENDO MI IKIGAI
- MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ
- MI LUGAR EN EL MUNDO
- IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS
- IKIGAI Y BIENESTAR
- IKIGAI Y LIDERAZGO PARA LA PAZ

Nota aclaratoria: Dicha estrategia es la propuesta de una guía orientadora para conectar a las y los estudiantes con la filosofía IKIGAI, sacando todo el provecho para apoyar en la búsqueda de nuestro lugar en el mundo y como aportamos desde el. Por lo tanto, no debe ser entendida como algo estático y rígido.

0. PREPARACIÓN DEL AMBIENTE, LAS Y LOS ESTUDIANTES	
Asuntos propuestos	MINDFULNESS “Mindfulness” es un término inglés que suele traducirse al castellano como “atención plena”. Es decir, promueve en el ser humano su presencia consciente aquí y ahora. “La atención plena o mindfulness es una manera consciente, e intencionada, de sintonizar con lo que está pasando dentro de nosotros y a nuestro alrededor. Este planteamiento concreto de lo que es prestar atención y de pulir la conciencia mejora el enfoque mental y el rendimiento académico”. <i>Schoeberlein, D. (2009) Mindfulness para enseñar y aprender. Estrategias prácticas para maestros y educadores, Madrid España: Neo Person. P 19</i> Conceptualización Ikigai

	El Ikigai es un concepto japonés, que no cuenta con traducción literal a otros idiomas, sin embargo, los estudiosos del Ikigai han encontrado la forma de dividirlo en los vocablos “iki” 生き, que traduciría como vida y “gai” 甲斐, (Miralles F. y García H, 2016), que tiene el sentido de valer la pena, en este orden de ideas, se encuentran algunas aproximaciones al concepto como "razón de ser" o "propósito de vida", no está centrado en la idea de ser un “destino final”, sino más bien, un viaje continuo de autodescubrimiento y crecimiento personal (Miralles F. y García H, 2016). La filosofía supone que al explorar las cuatro dimensiones del Ikigai, se puede encontrar un sentido de propósito y significado de vida, considerando que son áreas fundamentales para todo ser humano. García, M. y Miralles, F. en su trabajo <i>Ikigai: Los secretos de Japón para una vida larga y feliz</i>.
Objetivo	Posicionar a las y los estudiantes en los aspectos conceptuales básicos sobre la filosofía Ikigai, así como promover la disposición mental, emocional y relacional en torno a los ejercicios a desarrollar.
Activaciones	¿Quién soy? ¿Qué me hace sentir felices y en paz? ¿Qué es aquello que me caracteriza? ¿Cómo están contribuyendo a su comunidad?
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	1. Introducción (3 a 5 min) Explicación breve de qué es el mindfulness y su importancia en la toma de decisiones. El equipo implantador destaca que, para descubrir su propósito de vida, es fundamental escuchar el interior sin distracciones. 2. Ejercicio de respiración consciente (10 min)

	Pide a los estudiantes que se sienten cómodamente, cierren los ojos y sigan su respiración: 1. Inhalar profundamente por la nariz contando hasta 4. 2. Sostener el aire por 2 segundos. 3. Exhalar lentamente por la boca contando hasta 6. 4. Guíalos para que enfoquen su atención solo en su respiración, dejando de lado pensamientos externos. Este espacio puede ir acompañado de música suave con poca letra, sonidos de cuencos tibetanos, sonidos de naturaleza, etc. 3. Escaneo corporal (7 min) Invitación a hacer un recorrido mental por cada parte del cuerpo, desde la cabeza hasta los pies, sintiendo cada parte sin juzgar. Este ejercicio ayuda a liberar tensiones y centrarse en el presente. A medida que se desarrolla la actividad se invita a las y los estudiantes a agradecer a su cuerpo por lo que permite atravesar en el día a día. 4. Visualización guiada: "Mi propósito" (5 min) Se invita a las y los estudiantes a que imaginen un día en el futuro donde se sientan plenamente realizados/as. Pregunta: ¿Qué están haciendo? ¿Qué les hace sentir felices y en paz? ¿Cómo están contribuyendo a su comunidad? Déjales unos instantes para reflexionar en silencio. 5. socialización de sensaciones (2 min)
--	---

	Invítales a abrir los ojos y compartir (si lo desean) cómo se sintieron. Recuérdales que la tranquilidad y la introspección son claves para descubrir su Ikigai. 6. Encuadre conceptual (15 min) De acuerdo con la investigación previa socializar a las y los estudiantes en que consiste la estrategia, que es el Ikigai, cuáles son sus objetivos y la importancia del propósito, invitar a la construcción consiente de la idea de propósito como grupo. 7. Cierre (2 min) Agradecimiento por la participación y apertura en el espacio, acordando cuando será el próximo encuentro.
Recursos	• Presentación en caso de ser necesario. • Música – altavoces • Espacio con cojines o tapete en caso de ser posible.

1. “DESCUBRIENDO MI IKIGAI”	
Asuntos propuestos	Filosofía del Ikigai: • Concepto central: El Ikigai, como "razón de ser" o "propósito de vida", se basa en la creencia de que la vida tiene un sentido profundo y que encontrarlo es esencial para la felicidad y la realización personal. • Dimensiones del Ikigai: La actividad se centra en las cuatro dimensiones del Ikigai (pasión, misión, vocación y profesión), promoviendo la reflexión sobre cómo estas se interrelacionan y contribuyen al bienestar individual.

Objetivo	Guiar a las y los estudiantes en un proceso de autoconocimiento para que identifiquen sus pasiones, misión, vocación y profesión, y propiciar la reflexión sobre cómo estos elementos se interrelacionan para dar sentido a la vida y contribuyen a la construcción de paz.
Activaciones	• ¿Qué es lo que realmente te apasiona? – ¿Qué es aquello que podrías hacer por horas y horas? ¿Qué te hace sonreír al aprender del tema o al desarrollarlo? • ¿Qué te gustaría aportar al mundo? - ¿Cuál crees que es aquello que te hace especial a la hora de hacer algo? ¿Qué acto has desarrollado para contribuir al mundo sin que cueste? • ¿Cuáles son tus talentos y habilidades? - ¿Qué es aquello por lo que te han elogiado? ¿En qué eres bueno? • ¿Qué tipo de trabajo te gustaría realizar? - ¿En qué contexto te ves en el futuro? ¿Qué tipo de ambiente te gustaría tener mientras desarrollas tu trabajo? Nota: El ejercicio del Mapa del Ikigai, es inicialmente de carácter individual, por esto, se propone realizar una lectura de contexto que permita decidir qué acciones se desarrollaran de forma individual y cuáles de forma colectiva. LAS PREGUNTAS: No hay un orden rígido para responder las preguntas del Ikigai ni para llegar a las respuestas de pasión, misión, profesión y vocación. Puedes empezar por las preguntas que te resulten más claras o que sientas más cerca de tus intereses. Algunas personas prefieren comenzar explorando sus habilidades o lo que el mundo necesita, mientras que otras se sienten más cómodas identificando primero lo que aman o cómo pueden generar ingresos. Lo importante es que explores cada pregunta de forma honesta y profunda, permitiéndote conectar los puntos de forma orgánica para tener una visión completa de tu Ikigai.
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Introducción al Ikigai (plenaria) • Presentación del concepto: Iniciar la actividad con una presentación dinámica e interactiva sobre el Ikigai. Se puede utilizar una presentación visual con imágenes, videos o ejemplos de personas que han encontrado su Ikigai. • Explicación del diagrama: Mostrar el diagrama del Ikigai y explicar cada una de sus cuatro dimensiones: pasión, misión, vocación y profesión. Enfatizar la importancia de la intersección de estas dimensiones para encontrar el propósito de vida y la satisfacción personal. (Anexo 5.1) – una impresión por estudiante.

- Ejemplos y preguntas: Compartir ejemplos de cómo se manifiesta el Ikigai en diferentes ámbitos de la vida y plantear preguntas que inviten a la reflexión, como:

- ¿Qué es lo que realmente te apasiona?
- ¿Qué te gustaría aportar al mundo?
- ¿Cuáles son tus talentos y habilidades?
- ¿Qué tipo de trabajo te gustaría realizar?

Reflexión (individual)

- Espacio de introspección: Proporcionar a cada estudiante una copia del diagrama del Ikigai y un espacio tranquilo para la reflexión individual. **(Anexo 5.2)**
- Preguntas guía: Ofrecer preguntas guía que les ayuden a explorar cada dimensión del Ikigai:
 - Pasión: ¿Qué actividades te gustan hacer? ¿Qué te hace sentir vivo y entusiasmado? ¿Qué harías incluso si no te pagaran por ello?
 - Misión: ¿Qué problemas del mundo te preocupan? ¿Cómo te gustaría contribuir a la sociedad? ¿Qué impacto positivo te gustaría generar?
 - Vocación: ¿En qué eres bueno? ¿Cuáles son tus talentos y habilidades naturales? ¿Qué actividades te resultan fáciles y gratificantes?
 - Profesión: ¿Qué tipo de trabajo te gustaría realizar en el futuro? ¿Qué actividades te permitirían ganarte la vida y contribuir económicamente? ¿Qué propósito cumple esa actividad?
 - Lluvia de ideas: Animar a las y los estudiantes a escribir todas las ideas que les surjan, sin censurarse ni limitarse, acompañar durante el espacio individual.

Para el desarrollo de las reflexiones:

1. ¿Qué es lo que amas hacer?

Ejemplo: Actividades que realmente disfrutas y te dan alegría.

2. ¿En qué eres bueno(a)?

Ejemplo: Habilidades y fortalezas.

3. ¿Qué necesita el mundo de ti?

Ejemplo: Cómo tus intereses pueden contribuir al bienestar social.

4. ¿Por qué te pueden pagar?

Ejemplo: Algo que sea sostenible en el tiempo.

LAS RESPUESTAS Y CÓMO SE CONECTAN: Pasión, misión, profesión y vocación son conceptos que surgen como respuestas al proceso de reflexión del Ikigai, y representan la intersección de las respuestas a las cuatro preguntas.

PASIÓN: Es la intersección entre lo que amas y en lo que eres bueno. Se relaciona con el verbo “ser”, con el presente. Ejemplo:

¿Quién eres?

¿Actualmente qué te hace feliz?

¿Qué te hace sentir paz?

¿Si el dinero no fuera un factor, ¿a qué te dedicarías realmente?

MISIÓN: Surge de la intersección entre lo que amas y lo que el mundo necesita.
Se relaciona con el verbo “contribuir”, con el futuro. Ejemplo:

¿Qué problemas del mundo te preocupan y cómo te gustaría generar un impacto positivo en su transformación?

PROFESIÓN: Se encuentra en la intersección entre en lo que eres bueno(a) y por lo que te pueden pagar. Se relaciona con el verbo “hacer”. Ejemplo:

¿Qué tipo de actividad te gustaría realizar que te permita ganarte la vida económicamente?

VOCACIÓN: Es la combinación de lo que el mundo necesita y por lo que te pueden pagar. Se relaciona con el verbo “servir”. Ejemplo:

¿Cómo puedes contribuir al mundo en actividades que te resulten gratificantes?

Diálogo en grupos pequeños (grupál)

- Formación de grupos: Organizar a las y los estudiantes en grupos pequeños (4-5 integrantes) para fomentar el diálogo y el intercambio de ideas en torno a las respuestas a las preguntas de las preguntas del ejercicio anterior.

	Compartir reflexiones: Invitar a las y los estudiantes a compartir sus reflexiones sobre el Ikigai con sus compañeros de grupo, escuchando con atención y respeto las ideas de los demás. Reflexión final: El (la) facilitador(a) genera un diálogo final sobre la importancia del autoconocimiento, la búsqueda del propósito de vida.
Recursos	- Copias del diagrama del Ikigai. - Hojas de papel o cuadernos. - Lápices, bolígrafos y marcadores de colores. - Materiales para la elaboración de mapas (cartulina, imágenes, pegamento, etc.).

2. MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ	
Asuntos propuestos	Autoconocimiento: Identificación de las pasiones, talentos, valores y aspiraciones de cada estudiante. Propósito de vida: Reflexión sobre el sentido de la vida y cómo el Ikigai puede guiar las decisiones y acciones. Convivencia pacífica: Promoción de la armonía, el respeto y la tolerancia en las relaciones interpersonales. Resolución de conflictos: Desarrollo de habilidades para manejar los conflictos de manera constructiva y no violenta. Participación ciudadana: Fomento de la participación activa de las y los estudiantes en la construcción de una comunidad pacífica. Cultura de paz: Promoción de valores, actitudes y comportamientos que contribuyan a la paz y la no violencia.
Objetivo	Facilitar un proceso de reflexión en estudiantes para que exploren su Ikigai personal y reconozcan cómo sus pasiones, talentos y valores pueden contribuir a la construcción de paz en su entorno escolar y comunidad.

Activaciones	¿Quiénes somos en comunidad?: Promueve la reflexión sobre la identidad individual y colectiva, y cómo los talentos y valores de cada estudiante pueden contribuir al bienestar de la comunidad. ¿Cómo se puede ser y vivir en paz?: Conecta el Ikigai con la construcción de una cultura de paz, fomentando la participación activa de las y los estudiantes en la creación de un ambiente escolar más armonioso.
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Recordando mi Ikigai (grupal) - El docente facilitador hace un recuento de las acciones desarrolladas en la sesión anterior, solicitando para iniciar las acciones, que puedan volver sobre los diagramas de IKIGAI que se desarrollaron en la sesión anterior. Revisión del diagrama personal: Las y los estudiantes revisaran su propio diagrama del Ikigai, que han plasmado con base a sus reflexiones y visualizando la intersección de las cuatro dimensiones, encontrando así características específicas de su personalidad, pasiones, habilidades y vocación. Nota: Este ejercicio puede adaptarse de forma didáctica, por medio de un rompecabezas, o con música y proyección de los resultados. Ikigai para la paz (grupal) Formación de grupos: Se organizará a las y los estudiantes en grupos pequeños (4-5 integrantes) para fomentar la colaboración y el intercambio de ideas en torno a la construcción del Ikigai personal. Discusión grupal: Se guiará una discusión grupal donde las y los estudiantes compartan sus diagramas del Ikigai y reflexionen sobre las siguientes preguntas: ¿Cómo pueden utilizar sus pasiones, talentos y valores para contribuir a la construcción de paz en el colegio? ¿Qué acciones concretas pueden realizar para promover la convivencia pacífica, la resolución de conflictos y el respeto por la diversidad? ¿Cómo pueden utilizar su Ikigai para generar un impacto positivo en su entorno escolar? Ejemplos concretos: Se proporcionarán ejemplos concretos de cómo el Ikigai puede ser un aporte a la paz, como: Pasión por el arte: Crear murales que promuevan la inclusión y la diversidad.

	• Vocación de servicio: Organizar campañas de ayuda social o voluntariado. • Talento para la comunicación: Facilitar espacios de diálogo y mediación de conflictos. • Habilidad para el liderazgo: Promover iniciativas que fomenten la convivencia pacífica. Elaboración del Mapa de la paz (colectivo) Anexo 5.3 • Creación del mapa: Se elaborará un "mapa de la paz" de forma colectiva, donde se plasmen las ideas generadas en los grupos y se visualice cómo el Ikigai de cada estudiante puede contribuir a la construcción de una comunidad pacífica en el colegio. • Representación visual: Se utilizarán diferentes recursos visuales, como dibujos, imágenes, palabras clave y colores, para representar las ideas y crear un mapa atractivo y significativo para las y los estudiantes. (promover que las y los estudiantes incorporen sus formas de comunicación, uso de redes sociales, memes, Stickers, presentaciones, etc...) • Socialización y reflexión: Se presentará el mapa a toda la clase, generando un espacio de diálogo y reflexión sobre el Ikigai, la construcción de paz y el rol activo que cada estudiante puede desempeñar en la creación de un ambiente escolar más armonioso. • Exposición de mapas: Crear un espacio para que las y los estudiantes que lo deseen puedan compartir sus mapas y reflexiones con el resto de la clase. Cierre: • Exposición de mapas: Crear un espacio para que las y los estudiantes que lo deseen puedan compartir sus mapas y reflexiones con el resto de la clase. • Reflexión final: Generar un diálogo final sobre la importancia del autoconocimiento, la búsqueda del propósito de vida y la contribución a la construcción de paz.
Recursos	• Diagrama del Ikigai. • Diagrama del mapa. • Materiales para la elaboración del mapa (papelógrafo, marcadores, colores, imágenes, etc.).

3. “MI LUGAR EN EL MUNDO”	
Asuntos propuestos	Dinámica del círculo: • Cada estudiante comparte una pasión personal. • Explicación del porqué de su pasión, cómo la desarrolla y los beneficios que obtiene. • El resto de las y los estudiantes escucha atentamente. Profundización del diálogo: • Reflexión sobre pasiones descubiertas a través de los compañeros. • Conexión entre pasiones individuales. • Apoyo mutuo en el desarrollo de pasiones. Nota: Este espacio está pensado para que las y los estudiantes encuentren feed back en relación a sus pasiones, puesto que, a veces cuesta identificar los beneficios o potenciales de estas, pues suelen verse como algo normal al llevar tantos años en nuestra vida.
Objetivo	Crear un espacio de encuentro e intercambio donde las y los estudiantes puedan compartir sus pasiones, inspirarse mutuamente y descubrir nuevas áreas de interés.
Activaciones	¿Han descubierto nuevas pasiones gracias a lo compartido por sus compañeros? ¿Cómo creen que sus pasiones pueden conectar con las de otros? ¿De qué manera pueden apoyarse mutuamente para desarrollar sus pasiones?
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Organización del espacio: Transformar el aula en un lugar cómodo y menos formal para reducir la sensación de jerarquía entre el docente, las y los estudiantes. Las opciones incluyen: - Disponer las sillas en un círculo, eliminando la barrera que genera una disposición tradicional en filas. - Si es posible, colocar cojines en el suelo para crear una atmósfera más relajada y cercana. - Alternativamente, se puede invitar a las y los estudiantes a sentarse en el suelo, enfatizando la igualdad y la horizontalidad en la dinámica grupal.

	Aspectos para tener en cuenta: • Preparar un objeto simbólico: Este objeto será fundamental para indicar quién tiene el turno de hablar. Puede ser algo sencillo pero significativo, como una pelota, una vela, un bolígrafo especial o un peluche pequeño. La elección del objeto debe tener un carácter simbólico que fomente el respeto por la palabra del otro. • Ambientación emocional: Se puede empezar con una breve introducción que invite a las y los estudiantes a desconectarse de las preocupaciones externas y concentrarse en el presente. Puede utilizarse una música relajante o un ejercicio breve de respiración para que las y los estudiantes entren en un estado de calma y apertura. • Importancia de la escucha activa: Subrayar que escuchar de manera atenta es tan importante como compartir. La escucha activa implica no interrumpir, mostrar interés genuino a través del lenguaje corporal (asentir, mantener contacto visual) y hacer preguntas respetuosas al final de cada intervención. • Normas de respeto y curiosidad: Recordar que el espacio debe ser de respeto absoluto. Se invita a reconocer la importancia de la voz del otro y su espacio para participar. Presentación de la actividad Objetivo: Reconocer al otro y la otra como alguien que tiene sueños, metas y anhelos como yo, que deben ser valorados, respetados y escuchados. Dinámica del círculo: Compartir pasiones El(la) docente facilitador(a) genera un espacio donde cada estudiante pueda expresar una pasión personal, mientras los demás practican la escucha activa y generan interés por las experiencias ajenas, se puede desarrollar según la siguiente propuesta:
--	---

Turnos de palabra: El objeto simbólico será pasado de mano en mano para que, quien lo tenga, pueda compartir su pasión. La persona que recibe el objeto tiene la palabra y puede compartir:

1. Su pasión: Puede ser cualquier actividad, interés o hobby (deportes, arte, lectura, voluntariado, etc.).
2. Razón por la que le apasiona: Explicar por qué ese interés es tan significativo y qué lo hace especial para la persona.
3. Cómo lo desarrolla: Describir cuánto tiempo le dedica, cómo lo practica y qué tipo de actividades realiza relacionadas con su pasión.
4. Beneficios y satisfacciones: Hablar de las emociones y logros que ha obtenido a partir de su pasión, ya sea satisfacción personal, aprendizajes, conexión con otros, etc.
5. Intervenciones del grupo: Al final de cada intervención, el resto del grupo tiene la oportunidad de hacer preguntas o comentarios que demuestren interés en lo compartido, siempre respetando la regla de no interrumpir y manteniendo un tono constructivo y curioso.

Profundización: Generar un diálogo más profundo

A través de preguntas adicionales, el(la) facilitador(a) motiva a las y los estudiantes a reflexionar sobre las conexiones entre sus pasiones y las de los demás, fomentando la colaboración y el apoyo mutuo. Luego de que todas y todos hayan compartido, el docente puede guiar una reflexión conjunta mediante las siguientes preguntas:

- **Nuevas pasiones:** "¿Han descubierto nuevas pasiones gracias a lo compartido por sus compañeros?" Invitar a las y los estudiantes a pensar si algún relato los ha inspirado a probar algo nuevo o a ver una actividad desde una perspectiva diferente.
- **Conexión entre pasiones:** "¿Cómo creen que sus pasiones pueden conectar con las de otros?" Esta pregunta permite que las y los estudiantes identifiquen intereses comunes o áreas donde sus pasiones podrían complementarse, generando una sensación de comunidad.
- **Apoyo mutuo:** "¿De qué manera pueden apoyarse mutuamente para desarrollar sus pasiones?" Aquí, se invita a reflexionar sobre la posibilidad de crear espacios de colaboración dentro o fuera del aula, donde se apoyen entre sí para seguir desarrollando sus intereses.

Cierre: Reflexión sobre la importancia de las pasiones

	Concluir la actividad resaltando el valor de cultivar las pasiones personales y cómo estas pueden contribuir a una vida más plena, así como a fortalecer la comunidad del aula.
Recursos	• Objeto simbólico: Pelota, peluche, bolígrafo, objeto temático. • Cojines (opcional) para crear un ambiente cómodo si las y los estudiantes se sentarán en el suelo. • Cuaderno o hojas de notas (opcional): • Para que las y los estudiantes tomen notas sobre las pasiones compartidas, las preguntas que quieren hacer o reflexiones personales. • Reloj o cronómetro (opcional): Para gestionar el tiempo y asegurar que todos las y los estudiantes tengan oportunidad de participar sin que la actividad se extienda demasiado. • Música de fondo: música suave para crear un ambiente relajado durante la preparación inicial.

4. “IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS”	
Asuntos propuestos	• Diversidad: Se exploran las diferentes formas de diversidad, incluyendo la individual, colectiva, cultural, territorial y de género. Se promueve el reconocimiento y la valoración de las diferencias como una fuente de riqueza y aprendizaje. • Inclusión: Se busca crear un ambiente inclusivo donde todas las personas se sientan respetadas, valoradas y con igualdad de oportunidades, independientemente de sus características individuales o grupales. • Interculturalidad: Se fomenta el diálogo y el intercambio entre diferentes culturas, promoviendo la comprensión mutua, el respeto por las diferentes formas de vida y la construcción de una sociedad intercultural. • Equidad de género: Se promueve la igualdad de género y se cuestionan los estereotipos y roles de género tradicionales, buscando la construcción de relaciones más justas e igualitarias entre hombres y mujeres. • No discriminación: Se rechaza cualquier forma de discriminación, ya sea por raza, género, orientación sexual, discapacidad, religión o cualquier otra condición. Se promueve la igualdad de derechos y oportunidades para todas las personas. • Transformación social: Se busca generar cambios en las actitudes, creencias y prácticas que perpetúan la discriminación y la exclusión, promoviendo una sociedad más justa, equitativa e inclusiva.

Objetivo	Identificar las causas más comunes de las dinámicas de conflicto en el contexto escolar y como estas pueden ir surtiendo transformaciones como resultado de la búsqueda del Ikigai.
Activaciones	• ¿Cuáles son las pasiones, misiones, vocaciones y profesiones de las personas involucradas en el conflicto? • ¿Qué necesidades o valores están en juego para cada una de las partes? • ¿Cómo el desconocimiento o la falta de atención al Ikigai del otro puede estar contribuyendo al conflicto? • ¿Cómo se podrían aplicar los principios del Ikigai para encontrar una solución pacífica y constructiva al conflicto?
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Conectando el Ikigai con la resolución de conflictos (plenaria) • Repaso del Ikigai: Iniciar la actividad con un breve repaso del concepto de Ikigai y sus cuatro dimensiones (pasión, misión, vocación y profesión). Se puede utilizar el diagrama del Ikigai como apoyo visual y realizar preguntas a las y los estudiantes para asegurar su comprensión. • El Ikigai en las relaciones interpersonales: Generar una discusión sobre cómo el Ikigai se manifiesta en las relaciones interpersonales. Plantear preguntas como: • ¿Cómo creen que el Ikigai influye en la forma en que nos relacionamos con los demás? • ¿Cómo puede el conocimiento del Ikigai propio y del otro contribuir a una mejor convivencia? • ¿De qué manera el Ikigai puede ayudar a prevenir o resolver conflictos? • Introducción a la resolución de conflictos: Explicar la importancia de la resolución pacífica de conflictos para la construcción de paz en el colegio y la sociedad. Presentar diferentes estrategias de resolución de conflictos, como la comunicación asertiva, la negociación y la mediación. Análisis de casos desde la perspectiva del Ikigai (grupal) Formación de grupos: Dividir a las y los estudiantes en grupos pequeños (4-5 integrantes) y asignarles diferentes situaciones de conflicto escolar (reales o ficticias). Análisis de casos: Guiar a las y los estudiantes en el análisis de los casos desde la perspectiva del Ikigai, utilizando las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son las pasiones, misiones, vocaciones y profesiones de las personas involucradas en el conflicto?
- ¿Qué necesidades o valores están en juego para cada una de las partes?
- ¿Crees que la falta de propósito puede contribuir a las dinámicas de conflicto?
- ¿Cómo se podrían aplicar los principios del Ikigai para encontrar una solución pacífica y constructiva al conflicto?

Puesta en común: Cada grupo comparte sus análisis y reflexiones con el resto de la clase, generando un espacio de diálogo e intercambio de ideas.

Práctica de estrategias de resolución de conflictos (grupal/individual)

- Juego de roles: invita a las y los estudiantes practiquen las diferentes estrategias de resolución de conflictos en situaciones simuladas. Se pueden asignar roles específicos a las y los estudiantes (ej. mediador, negociador, observador) y crear escenarios de conflicto basados en los casos analizados previamente.
- Comunicación asertiva: Practicar la expresión de necesidades, opiniones y sentimientos de forma clara, respetuosa y empática.
- Negociación: Aprender a identificar intereses comunes, generar opciones y llegar a acuerdos que beneficien a todas las partes involucradas.
- Mediación: Practicar la escucha activa, la identificación de necesidades y la facilitación del diálogo para ayudar a las partes en conflicto a encontrar una solución mutuamente aceptable.

Reflexión final (plenaria)

- Preguntas guía: Generar un espacio de reflexión final sobre cómo el Ikigai puede contribuir a la prevención y transformación de conflictos, utilizando preguntas como:
- ¿Cómo la comprensión del Ikigai propio y del otro puede ayudar a prevenir conflictos?
- ¿Cómo el Ikigai puede motivar a las personas a buscar soluciones pacíficas y colaborativas?
- ¿De qué manera el Ikigai puede promover la empatía, la responsabilidad y el respeto por la diversidad en la resolución de conflictos?
- Ideas clave: Resaltar las ideas clave que han surgido durante la actividad, como la importancia de la comunicación, la empatía, la creatividad y la búsqueda de soluciones que beneficien a todos.
- Compromisos: Invitar a las y los estudiantes a comprometerse a aplicar los principios del Ikigai en su vida diaria para construir un ambiente escolar más pacífico y armonioso.

Recursos	• Descripción de casos de conflicto escolar. • Material de apoyo sobre estrategias de resolución de conflictos (comunicación asertiva, negociación, mediación). • Recursos para el juego de roles (tarjetas con roles, escenarios de conflicto).
-----------------	--

5. “IKIGAI Y BIENESTAR”	
Asuntos propuestos	• Bienestar emocional: Estado de equilibrio y armonía interior que permite a las personas afrontar los desafíos de la vida con resiliencia y optimismo. • Felicidad: Emoción positiva que se asocia con la satisfacción con la vida y la experiencia de emociones placenteras. • Resiliencia: Capacidad para afrontar la adversidad, superar las dificultades y adaptarse positivamente a las situaciones de cambio. • Salud mental: Estado de bienestar psicológico y emocional que permite a las personas funcionar adecuadamente en su vida diaria, desarrollar su potencial y contribuir a la sociedad.
Objetivo	Explorar la relación entre el Ikigai y el bienestar emocional, promoviendo la autoconciencia, la autogestión, la resiliencia y la creación de redes de apoyo entre las y los estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre GOYAVIER.
Activaciones	¿Cómo crees que el Ikigai influye en sus relaciones con los demás? ¿Cómo la comprensión del Ikigai puede ayudar a prevenir futuros conflictos? ¿Cómo el Ikigai puede motivar a las personas a buscar soluciones pacíficas y colaborativas?
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Introducción: El Ikigai como camino al bienestar (plenaria) Conexión Ikigai - Bienestar: Iniciar la sesión explicando la conexión entre el Ikigai y el bienestar emocional. Se puede comenzar con una pregunta orientadora como: "¿Cómo se sienten cuando hacen algo que realmente les apasiona?" Guiando la conversación hacia la idea de que el Ikigai, al brindar un sentido de propósito y dirección en la vida, puede generar emociones positivas, aumentar la autoestima, fortalecer la resiliencia y mejorar la salud mental.

Beneficios del Ikigai: Profundizar en los beneficios del Ikigai para el bienestar emocional, mencionando ejemplos concretos y estudios que respalden esta relación. Se pueden mencionar ejemplos como:

- Reducción del estrés y la ansiedad.
- Aumento de la felicidad y la satisfacción con la vida.
- Mayor capacidad para afrontar desafíos y superar adversidades.
- Fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

El Ikigai y la construcción de paz: Conectar el bienestar emocional individual con la construcción de paz en el colegio, explicando cómo las personas que se sienten bien consigo mismas y tienen un propósito en la vida son más propensas a relacionarse positivamente con los demás, resolver conflictos de forma pacífica y contribuir a un ambiente escolar más armonioso.

Práctica de Mindfulness (individual)

Introducción al Mindfulness: Explicar brevemente qué es el mindfulness o atención plena, enfatizando su importancia para la autoconciencia, la regulación emocional y la reducción del estrés.

Ejercicio de Mindfulness: Guiar a las y los estudiantes en un ejercicio de mindfulness (5-10 minutos). Se puede utilizar una meditación guiada o simplemente pedirles que se sienten en silencio, cierran los ojos y presten atención a su respiración, a las sensaciones de su cuerpo y a los sonidos a su alrededor.

Conexión con el Ikigai: Después del ejercicio, guiar una breve reflexión sobre cómo la práctica de mindfulness puede ayudarles a conectar con su Ikigai. Plantear preguntas como:

¿Cómo se sintieron durante el ejercicio?

¿Qué pensamientos o emociones surgieron?

¿De qué manera creen que la atención plena puede ayudarles a identificar y vivir su Ikigai?

Expresión emocional (individual/grupal)

Técnicas de expresión emocional: Presentar diferentes técnicas de expresión emocional, como el dibujo, la escritura, la música o el movimiento. Explicar cómo estas técnicas pueden ayudar a las y los estudiantes a explorar y expresar sus emociones en relación con su Ikigai.

- Elección de la técnica: Permitir a las y los estudiantes elegir la técnica que les resulte más cómoda y significativa para expresarse.
- Tiempo para la expresión: Brindar un tiempo adecuado para que las y los estudiantes realicen la actividad de expresión emocional. Se puede poner música suave de fondo para crear un ambiente relajante.
- Compartir en grupo (opcional): Si las y los estudiantes sienten la comodidad, se puede crear un espacio para que compartan sus creaciones y reflexiones con el grupo. Es importante respetar la privacidad de cada estudiante y no obligar a nadie a compartir si no lo desea.

Reflexión (plenaria)

Guiar una reflexión grupal sobre la relación entre el Ikigai, el bienestar emocional y la construcción de paz, utilizando preguntas como:

- ¿Cómo la búsqueda del propósito de vida y la práctica de actividades que les apasionan pueden contribuir a su bienestar emocional?
- ¿De qué manera la gestión de las emociones puede ayudarles a afrontar los desafíos y construir relaciones más positivas?
- ¿Cómo el Ikigai puede ser una fuente de resiliencia y fortaleza para superar las dificultades?
- ¿Cómo creen que el bienestar emocional individual puede contribuir a la construcción de paz en el colegio y la sociedad?

	Ideas clave: Resaltar las ideas clave que han surgido durante la actividad, como la importancia del autoconocimiento, la gestión emocional, la búsqueda del propósito de vida y la conexión con los demás. Redes de apoyo (grupal) • Importancia de las redes de apoyo: Explicar la importancia de contar con redes de apoyo para el bienestar emocional, especialmente en momentos de dificultad. • Creación de grupos de apoyo: Facilitar la creación de grupos de apoyo entre las y los estudiantes, donde puedan compartir sus experiencias, emociones y reflexiones sobre el Ikigai y el bienestar emocional. • Actividades para fortalecer las redes: Proponer actividades que fortalezcan las redes de apoyo, como compartir recursos, organizar encuentros fuera del colegio o realizar actividades que les gusten en conjunto.
Recursos	• Material de apoyo visual (presentaciones, videos, imágenes) sobre el Ikigai y el bienestar emocional. • Guía para el ejercicio de mindfulness. • Materiales para la expresión emocional (hojas de papel, lápices de colores, plastilina, instrumentos musicales, etc.).

6. “IKIGAI: LIDERAZGO PARA LA PAZ”	
Asuntos propuestos	• Liderazgo: Habilidad para influir en otros y guiarles hacia el logro de una meta común. • Liderazgo positivo: Estilo de liderazgo que se centra en el desarrollo del potencial de las personas, la motivación intrínseca y la creación de un ambiente de colaboración y respeto. • Ikigai: Propósito de vida o razón de ser, que se encuentra en la intersección de la pasión, misión, vocación y profesión. • Construcción de paz: Proceso de creación de una sociedad justa, equitativa y libre de violencia, donde se promuevan el diálogo, la reconciliación y el respeto a la diversidad. • Participación ciudadana: Involucramiento activo de las personas en la vida pública y en la toma de decisiones que afectan a su comunidad.
Objetivo	Desarrollar habilidades de liderazgo positivo en las y los estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre GOYAVIER, conectándolas con su Ikigai y promoviendo su participación activa en la construcción de paz en el colegio y la comunidad.

Activaciones	¿Qué significa ser un líder? ¿Qué características tiene un buen líder? ¿Conocen a algún líder que les inspire? ¿Por qué les inspira? ¿Cómo creen que el Ikigai de una persona puede influir en su capacidad de liderazgo? ¿De qué manera el Ikigai puede ser una fuente de motivación para ser un líder positivo?
Mediaciones (Actividades vivenciales) Descripción	Explorando el liderazgo inspirador (plenaria) La sesión con una pregunta que invite a la reflexión: "¿Qué significa ser un líder para ustedes?". A partir de las respuestas, introducir el concepto de liderazgo positivo, enfatizando sus características clave: visión, empatía, integridad, comunicación, etc. • Líderes que inspiran: Presentar ejemplos de líderes inspiradores que han utilizado su Ikigai para generar un impacto positivo en la sociedad. Se pueden mostrar videos, imágenes o biografías de líderes que trabajen en diferentes áreas (ambiental, social, educativa, etc.) y que hayan encontrado su propósito de vida. • Conexión con el Ikigai: Generar un diálogo sobre la relación entre el Ikigai y el liderazgo. Plantear preguntas como: • ¿Cómo creen que el Ikigai de estos líderes ha influido en su capacidad de liderazgo? • ¿De qué manera el Ikigai puede ser una fuente de motivación e inspiración para ejercer un liderazgo positivo? • ¿Cómo el liderazgo puede ayudar a poner el Ikigai en acción y generar un impacto positivo en la comunidad? Analizando el liderazgo positivo (grupal) • Formación de grupos: Dividir a las y los estudiantes en grupos pequeños (4-5 integrantes). • Características del liderazgo: Proporcionar a cada grupo una lista de características del liderazgo positivo (ej. visión, empatía, comunicación, integridad, responsabilidad, etc.). • Análisis y ejemplos: Pedir a los grupos que analicen cada característica, brindando ejemplos de cómo se manifiesta en el liderazgo positivo y cómo se relaciona con el Ikigai. • Puesta en común: Cada grupo comparte sus análisis y ejemplos con el resto de la clase, generando un espacio de diálogo e intercambio de ideas. Diseñando proyectos de liderazgo (grupal)

	• Identificación de necesidades: Guiar a las y los estudiantes en la identificación de necesidades o problemáticas en el colegio o la comunidad que puedan ser abordadas a través de proyectos de liderazgo. • Planificación de proyectos: En grupos, las y los estudiantes diseñan proyectos de liderazgo que promuevan la inclusión, la justicia social y la convivencia pacífica, teniendo en cuenta su Ikigai y las características del liderazgo positivo. • Elementos del proyecto: Asegurarse de que los proyectos incluyan: • Objetivos claros y medibles. • Actividades específicas. • Cronograma de trabajo. • Recursos necesarios. • Estrategias de evaluación. • Presentación de proyectos: Cada grupo presenta su proyecto al resto de la clase, explicando sus objetivos, actividades y cómo se relaciona con el Ikigai y la construcción de paz. Llevando el liderazgo a la acción (grupal) • Puesta en marcha de los proyectos: Brindar apoyo y seguimiento a las y los estudiantes durante la ejecución de sus proyectos de liderazgo. • Roles y responsabilidades: Fomentar la organización y la distribución de roles y responsabilidades dentro de cada grupo. • Comunicación y colaboración: Promover la comunicación efectiva y la colaboración entre los miembros del grupo y con otros actores de la comunidad educativa. Evaluación y reflexión (individual/grupal) • Evaluación de los proyectos: Guiar a las y los estudiantes en la evaluación de sus proyectos, analizando los resultados obtenidos, las dificultades encontradas y los aprendizajes adquiridos. • Reflexión individual: Promover la reflexión individual sobre la experiencia de liderazgo, cómo se relaciona con su Ikigai y cómo pueden seguir desarrollando sus habilidades de liderazgo. • Reflexión grupal: Generar un espacio de reflexión grupal sobre la importancia del liderazgo positivo para la construcción de paz en el colegio y la comunidad.
Recursos	• Presentaciones, videos o biografías de líderes inspiradores. • Lista de características del liderazgo positivo. • Materiales para la planificación de proyectos (papelógrafos, marcadores, etc.). • Recursos para la ejecución de los proyectos (materiales de oficina, tecnología, etc.).

Anexos de impresión para la aplicación de la estrategia

Anexo 5.1

IKIGAI "Tu razón de ser"



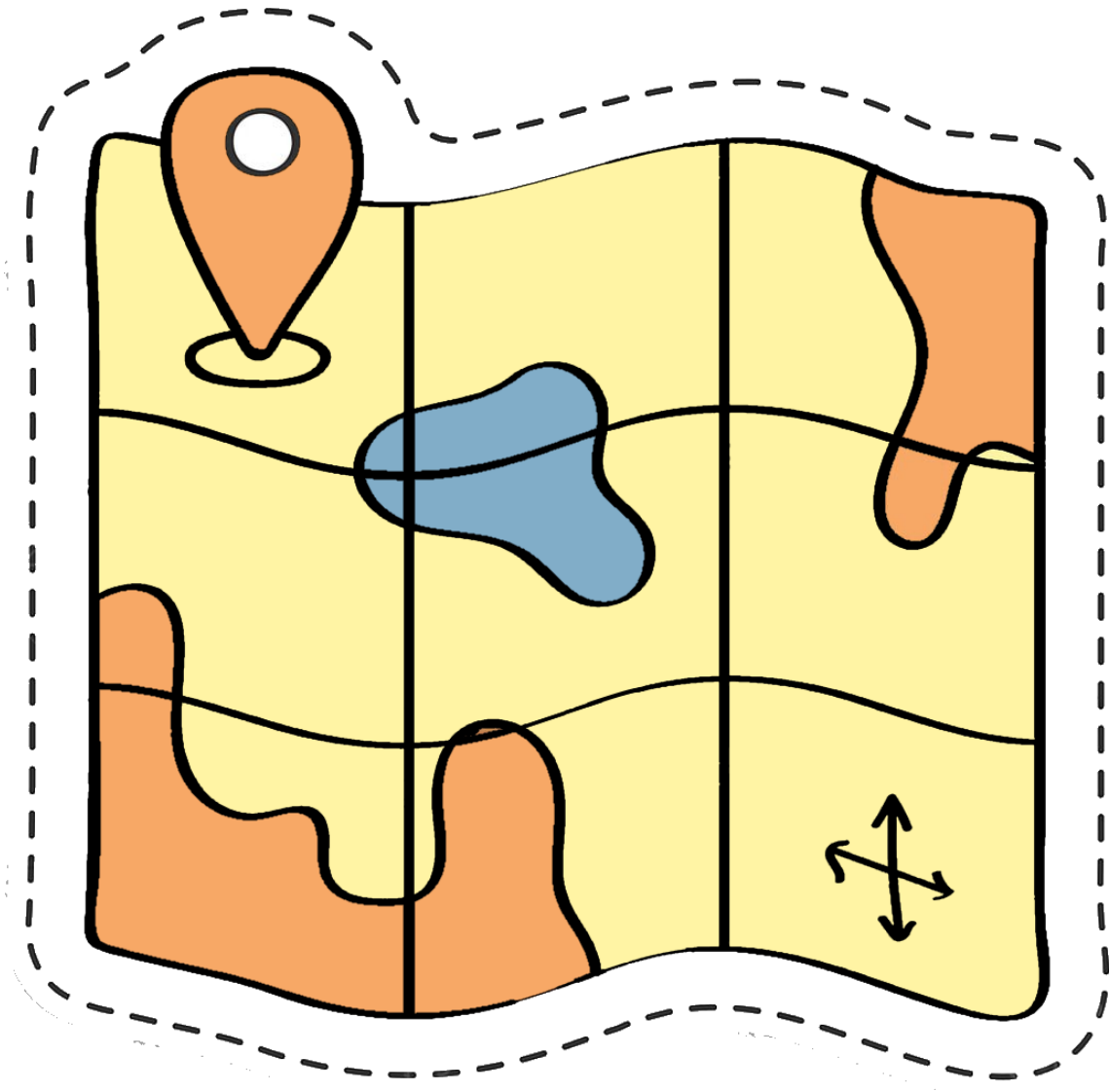
Anexo 5.2

Ikigai para diligenciar

IKIGAI "Tu razón de ser"



Anexo 5.3 – Mapa de la Paz



Anexo 6: Aplicación piloto en la institución educativa.

	NOMBRE:	GRADO: 11 -
	PROFESOR: FREDY ALEXANDER ROJAS MARIN	FECHA:
	ÁREA: Ciencias Sociales	ASIGNATURA: Sociales
Evidencias de Aprendizaje: Crear estrategias basadas en la filosofía Ikigai que promuevan la construcción de paz y la resolución de conflictos, evaluadas y ponderadas con las y los estudiantes de grado 11 del Colegio Campestre GOYAVIER.		

Primer momento: Plenaria virtual 11A, 11B, 11C.

Segundo momento: Estrategia presencial por grupos 11A, 11B, 11C.

1. “DESCUBRIENDO MI IKIGAI”

LAS PREGUNTAS. No hay un orden rígido para responder las preguntas del Ikigai ni para llegar a las respuestas de pasión, misión, profesión y vocación. Puedes empezar por las preguntas que te resulten más claras o que sientas más cerca de tus intereses. Algunas personas prefieren comenzar explorando sus habilidades o lo que el mundo necesita, mientras que otras se sienten más cómodas identificando primero lo que aman o cómo pueden generar ingresos. Lo importante es que explores cada pregunta de forma honesta y profunda, permitiéndote conectar los puntos de forma orgánica para tener una visión completa de tu Ikigai.

1. ¿Qué es lo que amas hacer?

Ejemplo: Actividades que realmente disfrutas y te dan alegría.

2. ¿En qué eres bueno(a)?

Ejemplo: Habilidades y fortalezas.

3. ¿Qué necesita el mundo de ti?

Ejemplo: Cómo tus intereses pueden contribuir al bienestar social.

4. ¿Por qué te pueden pagar?

Ejemplo: Algo que sea sostenible en el tiempo.

LAS RESPUESTAS Y CÓMO SE CONECTAN: Pasión, misión, profesión y vocación son conceptos que surgen como respuestas al proceso de reflexión del Ikigai, y representan la intersección de las respuestas a las cuatro preguntas.

PASIÓN: Es la intersección entre lo que amas y en lo que eres bueno. Se relaciona con el verbo “*ser*”, con el presente. Ejemplo:

¿Quién eres?

¿Actualmente qué te hace feliz?

¿Qué te hace sentir paz?

¿Si el dinero no fuera un factor, ¿a qué te dedicarías realmente?

MISIÓN: Surge de la intersección entre lo que amas y lo que el mundo necesita. Se relaciona con el verbo “contribuir”, con el futuro. Ejemplo:

¿Qué problemas del mundo te preocupan y cómo te gustaría generar un impacto positivo en su transformación?

PROFESIÓN: Se encuentra en la intersección entre en lo que eres bueno(a) y por lo que te pueden pagar. Se relaciona con el verbo “hacer”. Ejemplo:

¿Qué tipo de actividad te gustaría realizar que te permita ganarte la vida económicamente?

VOCACIÓN: Es la combinación de lo que el mundo necesita y por lo que te pueden pagar. Se relaciona con el verbo “servir”. Ejemplo:

¿Cómo puedes contribuir al mundo en actividades que te resulten gratificantes?

	NOMBRE:	GRADO: 11 -
	PROFESOR: FREDY ALEXANDER ROJAS MARIN	FECHA:
	ÁREA: Ciencias Sociales	ASIGNATURA: Políticas
Evidencias de Aprendizaje: Guiar a las y los estudiantes en un proceso de reflexión para que luego de explorar los fundamentos de su Ikigai personal, se conecten con la construcción de paz desde su cotidianidad, reconociendo cómo sus pasiones, talentos y valores pueden contribuir a un entorno escolar más armonioso y a una convivencia ciudadana.		

MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ

Grado 11 - _____

Integrantes:

PRIMERA PARTE: Ikigai para la Paz (trabajo en grupos de 4 o 5 estudiantes)

Cada grupo compartirá sus diagramas de Ikigai y reflexionará sobre las siguientes preguntas, plasmando sus respuestas de manera escrita y/o creativa en el material entregado por el docente:

1. ¿De qué manera pueden sus pasiones, talentos y valores contribuir a la construcción de paz en el colegio?
2. ¿Qué acciones concretas pueden realizar para fomentar la convivencia pacífica, la resolución de conflictos y el respeto por la diversidad en su comunidad escolar?
3. ¿Cómo pueden utilizar su Ikigai para generar un impacto positivo en su entorno escolar y en sus relaciones con los demás?

SEGUNDA PARTE: Elaboración del Mapa de la Paz (actividad colectiva)

Juntos, crearán un "mapa de la paz" que visualice cómo el Ikigai de cada estudiante puede contribuir a la construcción de una comunidad pacífica en el colegio.

Reflexión Final: Socialización y Evaluación del Proceso

4. ¿Por qué consideran importantes el autoconocimiento y la búsqueda de un propósito para la construcción de paz?
5. ¿Creen que las actividades desarrolladas en torno al Ikigai les han ayudado o pueden ayudarles a encontrar paz interior y mejorar sus relaciones en el colegio?

☐ **Sí**_____

☐ **No**_____

Explique su respuesta:

ANEXO 7: cuadro de percepciones estudiantes evaluadores

Marca temporal	Código	Género	Curso	En relación a la ejecución de la primera sesión de IKIGAI llevada a cabo con los grados 11° el pasado 28 de octubre califica la funcional idad de esta en una	¿Qué percepción crees que tuvieron las y los estudiantes de la filosofía IKIGAI?	¿Cuál crees que fue la actividad que más se le dificultó al grupo? ¿Por qué?	¿Cuál crees que fue la actividad que más se conectó al grupo? ¿Por qué?	En relación a la ejecución de la segunda sesión de IKIGAI llevada a cabo con los grados 11° el pasado 01 de noviembre califica la funcional idad de esta en	¿Qué percepción crees que tuvieron las y los estudiantes de la filosofía IKIGAI?	¿Cuál crees que fue la actividad que más se dificultó al grupo? ¿Por qué?	¿Cuál crees que fue la actividad que más se conectó al grupo? ¿Por qué?	Escribe tus apreciaciones generales de las sesiones desarrolladas:	Gracias!!
-------------------	--------	--------	-------	--	--	--	---	---	---	--	---	--	-----------

				escala de 1 a 5; Acto seguido responde las siguientes preguntas:				una escala de 1 a 5; Acto seguido responde las siguientes preguntas:					
11/13/2024 10:44:39	S11 B	M	11B	5	que es una filosofía importante para el futuro de cada persona	yo creeria que ninguna ya que todos entendimos muy bien gracias a la explicacion dada	la actividad del mapa en conjunto porque permitio la comunicacion y entendimiento entre todos	5	una muy buena ya que se pudo conectar las ideas vistas anteriormente y se ideo muy bien todo	ninguna la verdad	la del mapa grupal ya que permitio la union de grupo para	una muy buena actividad se desarrollo con mucha dedicacion y se pudo entender todo	gracias por la actividad aprendí mucho y pude comprenderlo y asimilarlo para mi futuro

						anteriormente							
11/13/2024 10:49:36	MA11B	M	11B	4	Una capacidad reflexiva ante las situaciones	La escucha activa	La comunicación y entendimiento del otro	4	Las diferentes formas de resolver los problemas propios como lo ajenos	Ninguna	En la capacidad de ayudar	Se pudieron hacer más sesiones para disfrutar más esta actividad.	A usted
11/13/2024 11:01:50	RM11C	F	11C	4	Intrigados acerca de este nuevo pensamiento y su perspectiva de la vida además de curiosidad por las	Hacer la guía ya que a veces se dificulta saber que nos gusta o nuestras pacientes y a veces esa	Hacer el mapa de las piezas de IKIGAI ya que fue algo entretenido y que dejaba algo en que	5	Qué es una forma muy distinta de ver el mundo pero si logramos aplicarla a			Una actividad bien planteada ,con tópicos muy importantes a tener en cuenta y que se	

					actividades a realizar	introspección logra dificultarse	pensar y tener un n cuenta		nuestras vidas puede ser muy fructífera a futuro			puede seguir desarrollando en varios ambientes	
11/13/2024 11:05:58	B11 B	M	11A	5	Creo que los estudiantes tuvieron una percepción buena y amigable	Todas las actividades se nos facilitaron ya que hubo cooperación en el equipo, no tuvimos dificultades	Todas nos ayudó a conectar más ya que pudimos comunicarnos y compartir	5				Fueron buenas y amigable para la realización de las actividades	👍
11/13/2024	F11 B	M	11B	5	Una percepción positiva por	Al completar el ikigai	Al conversar con eso	5					

11:13:12					sus diferentes enfoques	por su modalidades							
11/13/2024 11:19:02	AO1 1B	F	11B	4	Que era un tema interesante y diferente	Responder las preguntas honestamente, porque no sé concentrar bien	El rompecabezas porque todos se unieron a hacerlo	4	Que era un tema interesante y diferente	Responder las preguntas honestamente, porque no sé concentrar bien	El rompecabezas porque todos se unieron a hacerlo	Siento que fue súper chévere y que nos unió	De nada
11/13/2024 11:21:12	MO1 1B	F	11B	5	Quedamos más enterados de lo que era IKIGAI	Responder de manera honesta las preguntas	Pensar en grupo y hacer todo en conjunto	5	La filosofía Ikigai es básicamente una forma de encontrar nuestro propósito en la vida. Se	Responder a conciencia	Reunirnos a pensar todos, y mirar si todos teníamos la misma perspectiva	Honestidad	:)

									trata de encontra r un equilibrio entre cuatro cosas: lo que nos gusta hacer, lo que somos buenos haciendo , lo que el mundo necesita y lo que nos pueden pagar. Para muchos, esta idea ayuda a				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

									pensar en qué carrera o camino seguir, ya que hace que te pregunte s qué es lo que realment e te llena y cómo puedes hacer que eso también sea útil para los demás y rentable para ti. Sin embargo				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

									, algunos creen que puede ser difícil de lograr porque la vida a veces tiene otras presiones, pero en general, es una guía que nos motiva a buscar algo que nos haga felices y				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

									tenga sentido.				
11/13/2024 11:29:17	AA1 1B	F	11A	5	Creo que los estudiantes pensaron que la filosofía del IKIGAI puede ser útil para sus vidas.	La de realizar un IKIGAI en conjunto porque se nos dificulta el trabajo en grupo	La concierne al ver el video del principio	5				Las sesiones realizadas fueron fructíferas.	
11/13/2024 11:30:14	M11 C	F	11 C	4	Poder llegar a mis pasiones	Entrar a un acuerdo entre todos	El video	4	Pudieron llegar a sus gustos y los que les apasiona	La concentración.	El video	Fue muy buena actividad	De nada

11/13/2024 11:30:55	MA1 1C	F	11 C	5	Algo innovador	Reconocer fortalezas	La realización de la guía	5	Muy útil	La complementación de imágenes	La unión del mapa	Innovadora, útil y didáctica	Bueno!!
11/13/2024 11:33:01	RC1 1B	F	11B	4	Nos ayudó a tener una mejor experiencia con los compañeros de clase manteniendo una actitud más amena.	Comprender la filosofía del ikigai	Cuando vimos el video y creamos la gráfica de los componentes del ikigai	4					
11/13/2024 11:35:22	V11 A	M	11A	5	una forma de superarse si mismo encontrando el sentido en el yo mismo	las hojas el día de la evaluación por lo abierto que es sus preguntas	armar el rompecabezas por el trabajo en equipo	4				muy buenas actividades en general	de nada brou

11/13/2024 11:36:13	G11 C	F	11 C	4	Tuvieron un acercamiento positivo ante el proceso	Responde r sobre el futuro	Responde r los intereses	5	Una buena, al poder comprar como grupo	El socializar las respuestas porque no querían ser juzgados	El rompecabezas al intentar entre todos armarlo	Es una buena actividad para conectar con los compañeros y discutir diferencias y cosas en común, además de ser didáctica	Gracias!!
11/13/2024 12:05:09	F11 A	F	11A	5	A lo mejor otra manera de ver las cosas y otras formas de resolución	El reconocer sus cualidades y defectos porque es algo que	El armar el rompecabezas porque es algo que hacemos	5	A lo mejor otra manera de ver las cosas y otras formas	El reconocer sus cualidades y defectos porque es algo que no estamos	El armar el rompecabezas porque es algo que hacemos	La vrd nos brindaron un espacio de mayor relajación, donde convivimos	Gracias!!

					de problemas	no estamos acostumbrados a hacer	a nivel grupal		de resolución de problemas	acostumbrados a hacer	a nivel grupal	s con nuestros compañeros y con nuestro yo interior	
11/13/2024 12:07:21	P11C	M	11C	5	Que es algo para definir su vida	La de entender el video, por la historia que brinda y como lo relaciona con el ikigai	Hacer el ikigai, porque es algo introspectivo	5	Que es algo para organizar su ser	La de escribir porque tiene que plasmar su ser	El rompecabezas por la unión del grupo	Me gusto	De nada 🙄🙄🙄
11/13/2024 12:07:53	C11A	F	11A	4	Considero que fue algo positivo, ya que pudimos realizar una	Yo creo que la parte de unir el mapa grande, porq no	Yo creo que que la misma que mencioné en el anterior	4	Considero que fue algo positivo, ya que pudimos realizar	Ver el video ya que era un poco extenso.	La realización de la guía.	Personalmente me gustó la actividad, nos permitió conectar	

					reflexión en conjunto e individual.	entendía mos como realizar la unión de los papeles y fue un poco ruidoso.	ítem, ya que pudimos hablar y discutir sobre lo que pensábamos.		una reflexión en conjunto e individual .			con nosotros y fue algo diferente para hacer.	
11/13/2024 20:37:39	RC1 1C	F	11 C	4	En que es importante tener claro nuestras aspiraciones y nuestro autoconocimiento para el entendimiento de nuestro ambiente sociales y el desarrollo	La introspección	Como tal el trabajo en equipo y pasar tiempo juntos conociendonos	4			El rompecabezas	Que son necesarias para entender nuestro propio camino en la vida y el mundo de quienes nos rodean	Te quiero fredox 👍🙄

					de relaciones interpersonales saludables con nuestros semejantes								
11/14/2024 18:50:44	L11A	M	11A	3	Que es una filosofía que ayuda a las personas a encontrarse ellas mismas	En los grupos de 3	Cuando nos juntamos todos en equipo para construir el mapa porque estuvimos todos juntos	3	Que es un método para conseguir y construir la vida de cada uno	Al momento de estar con grupos de 3	Cuando nos juntamos todos en equipo para construir el mapa porque estuvimos todos juntos	Ninguna	

Anexo 8. Cuadro asignación de sesión para revisión por estudiante.

ASIGNACIÓN REVISIÓN ESTRATEGIA METODOLÓGICA "Construyendo paz desde el propósito"							
Sesión	Nombre de la sesión	Estudiante 11A	Género	Estudiante 11B	Género	Estudiante 11C	Género
Sesión 1	DESCUBRIENDO MI IKIGAI	ALBARRACÍN	F	ALVARADO	F	GARCÍA	F
Sesión 2	MI IKIGAI, MI APOORTE A LA PAZ	BENJUMEA	M	FERNANDEZ	M	MANTILLA	F
Sesión 3	MI LUGAR EN EL MUNDO	CASTILLO	F	MANCILLA	M	MORENO	F
Sesión 4	IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	FORTECHA	F	MENDOZA	F	PÉREZ	M
Sesión 5	IKIGAI Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	LOZANO	M	RUIZ	F	RODRIGUEZ C	F

Sesión 6	IKIGAI Y LIDERAZGO PARA LA PAZ	VARGAS	M	SUAREZ	M	RODRIGUEZ M	F
LAS SEIS SESIONES		Docente de inglés: FRANK JARVEY ACEVEDO			Docente de bienestar institucional: ANGIE KATHERINE SANMIGUEL GARCÍA		

Anexo 9. Carta aceptación propuesta Colegio Campestre Goyavier

Floridablanca, septiembre 09 de 2024

Señora
Gloria Janeth Mónoga Mejía
Rectora
Colegio Campestre Goyavier

Asunto: Solicitud de permiso para realizar investigación: Construyendo paz desde el propósito: El rol del Ikigai en la promoción de la convivencia pacífica en el Colegio Campestre GOYAVIER

Me es grato enviarle un gran saludo.

Me dirijo a usted con el propósito de presentar el proyecto de investigación titulado "Construyendo paz desde el propósito: El rol del Ikigai en la promoción de la convivencia pacífica en el Colegio Campestre GOYAVIER y solicitar su amable autorización para llevar a cabo este estudio en su institución.

El objetivo principal de esta investigación es comprender cómo la aplicación de los principios del Ikigai, una filosofía japonesa centrada en la búsqueda del propósito y la satisfacción personal puede contribuir a fomentar un ambiente escolar más pacífico y armonioso.

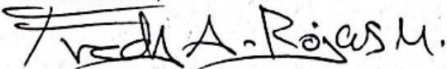
La investigación se llevará a cabo con la participación voluntaria de estudiantes de grado 11 y docentes del colegio, a través de entrevistas, grupos focales y observación participante. Los datos recopilados serán tratados de manera confidencial y se utilizarán únicamente con fines de investigación.

Considero que este proyecto puede ser de gran beneficio para la comunidad educativa del Colegio Campestre GOYAVIER, ya que:

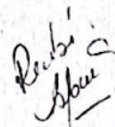
- Contribuirá a comprender mejor las percepciones y experiencias de los estudiantes y docentes sobre el Ikigai y la construcción de paz en su contexto escolar.
- Permitirá identificar estrategias pedagógicas basadas en el Ikigai que puedan ser implementadas para promover la convivencia pacífica, el bienestar emocional y la resolución de conflictos.
- Fortalecerá el compromiso de la institución con la formación integral de los estudiantes y la creación de un ambiente escolar positivo y motivador.

Agradezco de antemano su atención y disposición para considerar esta solicitud. Quedo a su disposición para cualquier consulta o aclaración que considere necesaria.

Atentamente,



Fredy Alexander Rojas Marín
Investigador
Maestrante en Paz Desarrollo y Ciudadanía
Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO



Anexo 10. Fotografías

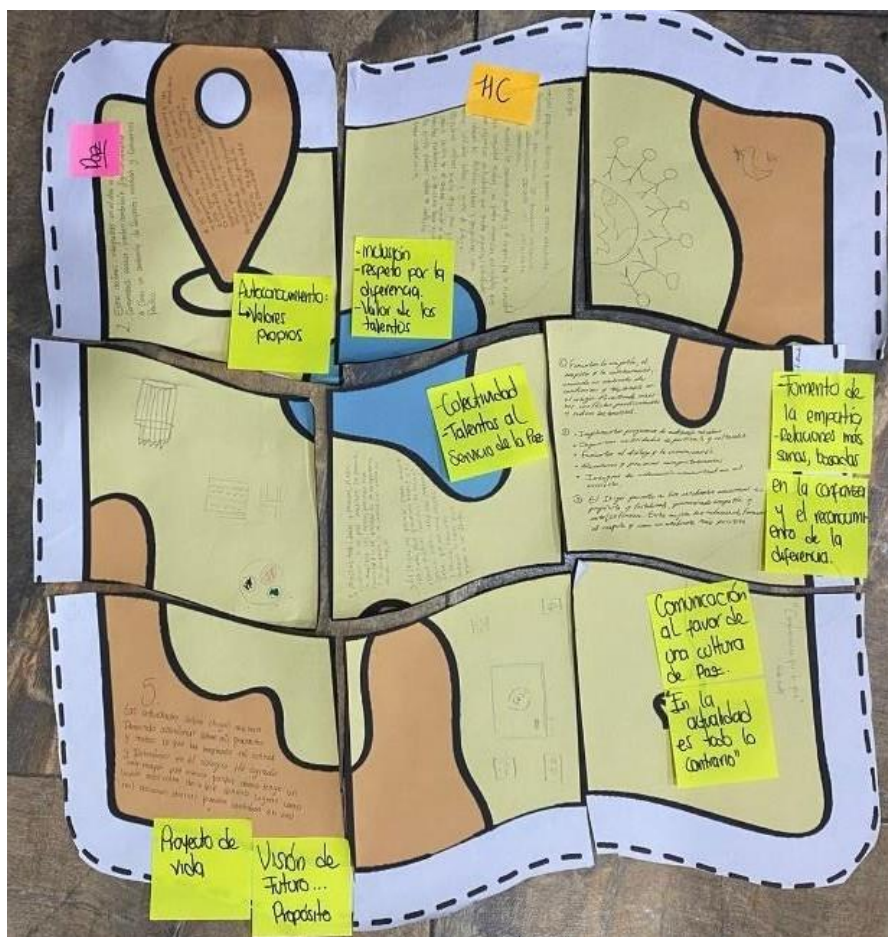


Imagen 1: Rojas F. 2024. Sesión 2 Ikigai: Mi Ikigai, Mi aporte a la Paz. 11C. Colegio Campestre Goyavier.

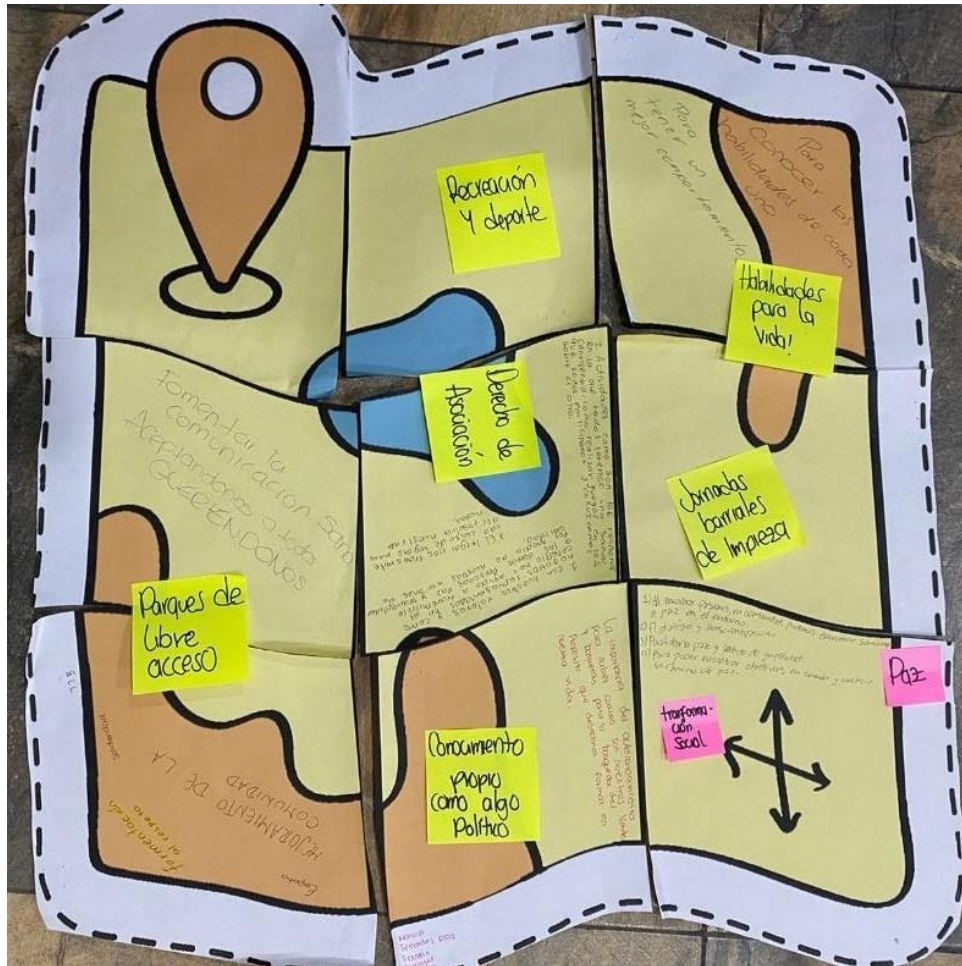


Imagen 2: Rojas F. 2024. Sesión 2 Ikigai: Mi Ikigai, Mi aporte a la Paz. 11B. Colegio Campestre Goyavier.

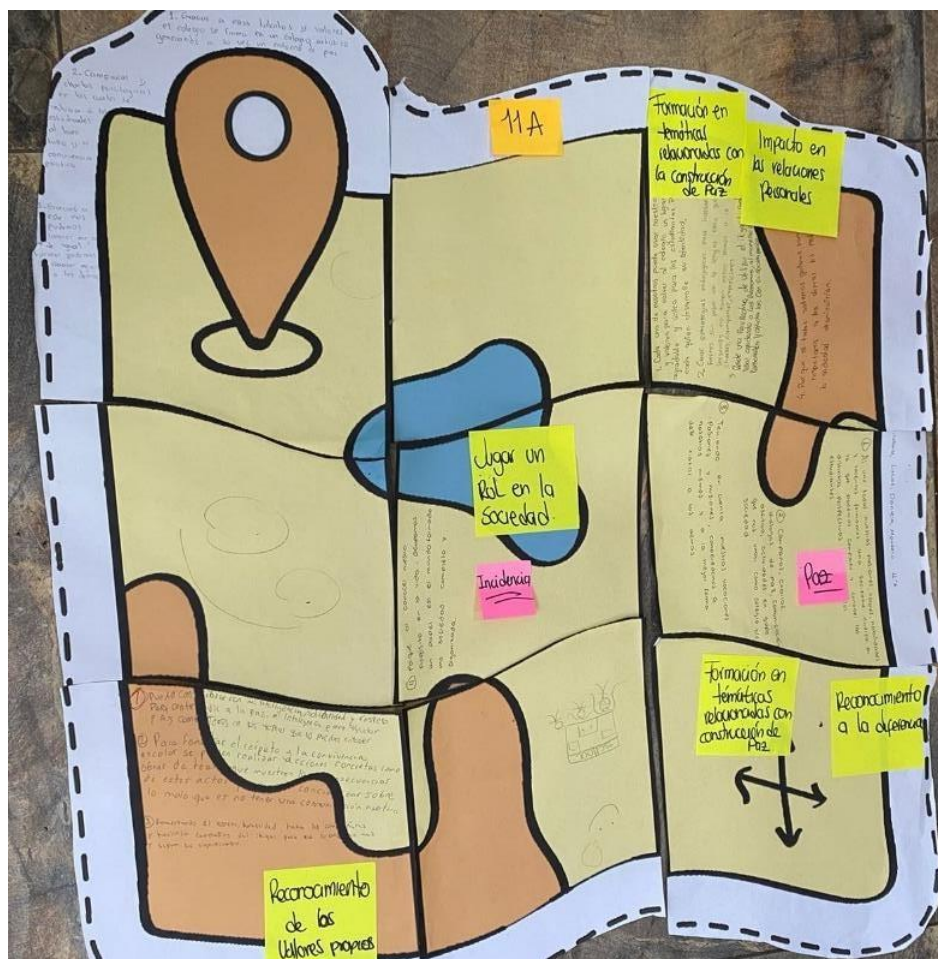


Imagen 3: Rojas F. 2024. Sesión 2 Ikigai: Mi Ikigai, Mi aporte a la Paz. 11A. Colegio Campestre Goyavier.











Fredy A. Rojas Marin
REVISADO
20 OCT 2024
Actividad Incompleta ☐
Continua Mejorando ☐

Fecha: 28 octubre 2022

[illegible]

Gabriel Remolina

scanned on CamScanner

2024

CIENCIAS SOCIALES

Undécimo B

Fecha: 28 octubre 2028



#	Estudiante
1	ALVARADO SILVA, LAURA MARIANA
2	CARO RUGELES, JUAN PABLO
3	CARVAJAL SALINAS, ANGELA YULIETH
4	DIAZ TORRES, ISABELLA
5	FERNANDEZ DIAZ, MATIAS
6	FIGUEROA SERRANO, KAROL MELISA
7	GONZALEZ MATERÓN, LUIS SANTIAGO
8	MANCILLA CHAPARRO, JUAN ESTEBAN
9	MATEUS LASPRILLA, DAVID ALEJANDRO
10	MENDOZA JARAMILLO, VALERIA
11	MERCADO SUAREZ, CARLOS FELIPE
12	PEREZ LARA, SOFIA ISABEL
13	PICO LINARES, JUAN FERNANDO
14	QUIJANO MARTINEZ, JUAN PABLO
15	RUIZ MONTERO, MARIANA
16	SANCHEZ PATIÑO, JUAN CAMILO
17	SANTAMARIA VELASCO, IVAN DAVID
18	SERRANO HOYOS, SARA
19	SUAREZ RANGEL, ALEJANDRO
20	TABORDA REYES, FERMIN SANTIAGO

2024

CIENCIAS SOCIALES

Undécimo C

Fecha: 28 octubre 2024



#	Estudiante
1	ARDILA BASTO, MARIA GABRIELA
2	ARIZA MONTAÑEZ, VALERIA
3	AYLLON AREVALO, IVANNA MICHELLE
4	CAICEDO NIÑO, DAVID SANTIAGO
5	CORTES MARTINEZ, SARA SOFIA
6	FEREZ CLAVIJO, VALERY
7	GARCIA OVIEDO, VALENTINA
8	GOYENECHÉ MANTILLA, MARIA SOFIA
9	ILLIDGE PACHECO, JUAN CAMILO
10	JIMENEZ PEREZ, MARIA JOSE
11	MANTILLA MEZA, MARIA CAMILA
12	MARTINEZ VILLARREAL, ANDREA SOFIA
13	MONTERO GOMEZ, MARIANGELICA
14	MORENO GARCIA, SILVIA NATALIA
15	PEREZ SANTOS, GABRIEL FELIPE
16	REMOLINA FORERO, GABRIEL JOSE
17	RODRIGUEZ CRUZ, LAURA NATHALIE
18	RODRIGUEZ MORALES, MARIANA SOFIA
19	RUEDA PINILLA, FELIPE AGUSTO
20	SUAREZ MEDINA, SAMUEL
21	ZAPATA FLOREZ, JOHAN DAVID

Año académico

2024

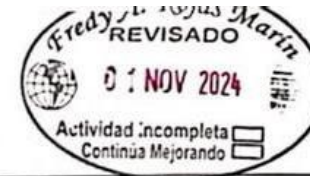
Materia

CIENCIAS POLÍTICAS

Curso

Undécimo A

01 de noviembre



#	Estudiante
1	ABREO COGOLLO, MARIA XIMENA
2	ALBARRACIN QUINTERO, DANIELA
3	BENJUMEA DELGADO, NICOLAS ENRIQUE <i>Nicolas Benjumea</i>
4	CASTELLANOS AMADO, THOMAS KAMILO <i>Thomas K. Castellanos A.</i>
5	CASTILLO TOVAR, SILVANA
6	CASTRO DIAZ, SIMON <i>Simón Castro Díaz</i>
7	CONDE DIAZ, SOFIA ISABELLA <i>Sofia Conde Diaz</i>
8	DE LA HOZ GUTIERREZ, GABRIELA <i>Gabriela de la Hoz</i>
9	FONTECHA PLAZA, SHARA BEATRIZ <i>Shara Beatriz Fontecha Plaza</i>
10	GAHONA MEJIA, SERGIO STEVAN <i>Sergio Stevan Gahona Mejia</i>
11	GIL HINESTROZA, JESUS CAMILO <i>Jesús Camilo Gil Hínestroza</i>
12	GOMEZ DIAZ, ANA SOFIA
13	GOMEZ SALAMANCA, LUCAS SEBASTIAN <i>Lucas Salamanca</i>
14	GOMEZ SANCHEZ, JUAN SEBASTIAN
15	GROSSO ALVAREZ, MANUELA <i>Manuela grosso</i>
16	GUERRERO ARIZA, LAURA LUCIA <i>Laura Guerrero Ariza</i>
17	LOZANO OSORIO, NICOLAS SANTIAGO <i>Nicolas Santiago Lozano Osorio</i>
18	MANCILLA CASANOVA, VALENTINA <i>Valentina Mancilla</i>
19	MEJIA BARRIOS, SOFIA
20	MONTERO VELASCO, JUAN DIEGO <i>Juan Diego Montero Velasco</i>
21	REMOLINA FORERO, GABRIEL JOSE
22	TARAZONA RIVEROS, JOSE DAVID
23	VARGAS ALVAREZ, DIEGO ALEJANDRO <i>Diego Alejandro Vargas Alvarez</i>

Año académico

2024

Materia

CIENCIAS POLÍTICAS

Curso

Undécimo B

01 de noviembre



#	Estudiante
1	ALVARADO SILVA, LAURA MARIANA <i>Laura Mariana Alvarado Silva</i>
2	CARO RUGELES, JUAN PABLO <i>JUAN PABLO CARO RUGELES</i>
3	CARVAJAL SALINAS, ANGELA YULIETH <i>Angela Carvajal Salinas</i>
4	DIAZ TORRES, ISABELLA <i>ISABELLA DIAZ TORRES</i>
5	FERNANDEZ DIAZ, MATIAS <i>Matias Fernandez</i>
6	FIGUEROA SERRANO, KAROL MELISA <i>Karol Melisa Figueroa Serrano.</i>
7	GONZALEZ MATERÓN, LUIS SANTIAGO
8	MANCILLA CHAPARRO, JUAN ESTEBAN <i>Juan Esteban Mancilla Chaparro</i>
9	MATEUS LASPRILLA, DAVID ALEJANDRO <i>David Alejandro Mateus.</i>
10	MENDOZA JARAMILLO, VALERIA <i>Valeria Mendoza Jaramillo</i>
11	MERCADO SUAREZ, CARLOS FELIPE <i>Carlos Felipe Mercado Suarez</i>
12	PEREZ LARA, SOFIA ISABEL <i>SOFIA PEREZ LARA</i>
13	PICO LINARES, JUAN FERNANDO <i>Juan Fernando Pico Linares</i>
14	QUIJANO MARTINEZ, JUAN PABLO <i>JUAN PABLO QUIJANO</i>
15	RUIZ MONTERO, MARIANA <i>Mariana Ruiz Montero</i>
16	SANCHEZ PATIÑO, JUAN CAMILO <i>Juan Camilo Sanchez Patiño</i>
17	SANTAMARIA VELASCO, IVAN DAVID <i>Ivan David Santamaria Velasco</i>
18	SERRANO HOYOS, SARA <i>SARA SERRANO H.</i>
19	SUAREZ RANGEL, ALEJANDRO <i>Alejandro Suarez Rangel.</i>
20	TABORDA REYES, FERMIN SANTIAGO <i>Fermin Santiago Taborda</i>

Año académico

2024

Materia

CIENCIAS POLÍTICAS

Curso

Undécimo C

01 de noviembre



#	Estudiante
1	ARDILA BASTO, MARIA GABRIELA <i>Gaby Ardila B.</i>
2	ARIZA MONTAÑEZ, VALERIA
3	AYLLON AREVALO, IVANNA MICHELLE <i>Ivanina Michelle Ayllón Arevalo</i>
4	CAICEDO NIÑO, DAVID SANTIAGO
5	CORTES MARTINEZ, SARA SOFIA <i>Sara Sofia Cortés Martínez</i>
6	FEREZ CLAVIJO, VALERY <i>Valery ferez clavijo</i>
7	GARCIA OVIEDO, VALENTINA <i>Valentina Guada Oviedo</i>
8	GOYENECHÉ MANTILLA, MARIA SOFIA <i>Sofia Goyeneche</i>
9	ILLIDGE PACHECO, JUAN CAMILO
10	JIMENEZ PEREZ, MARIA JOSE
11	MANTILLA MEZA, MARIA CAMILA <i>Camilo Mantilla Meza</i>
12	MARTINEZ VILLARREAL, ANDREA SOFIA <i>Andrea Sofia martinez villarreal</i>
13	MONTERO GOMEZ, MARIANGELICA <i>mariangelica montero Gomez</i>
14	MORENO GARCIA, SILVIA NATALIA <i>Silvia Natalia moreno Garcia</i>
15	OREJARENA AMADO, JUAN ESTEBAN
16	PEREZ SANTOS, GABRIEL FELIPE <i>Gabriel Felipe perez santos</i>
17	RODRIGUEZ CRUZ, LAURA NATHALIE
18	RODRIGUEZ MORALES, MARIANA SOFIA
19	RUEDA PINILLA, FELIPE AUGUSTO
20	SUAREZ MEDINA, SAMUEL <i>Samuel Suárez Medina</i>
21	ZAPATA FLOREZ, JOHAN DAVID <i>Johan Daniel Zapata Florez</i>

