



# PLAN DE INTERIORIDAD DIVINA PASTORA-YUNGAY

proyecto  
educación de la  
interioridad **ser**



# PREAMBULO

En el año 2019, todo el personal de los 4 colegios de Chile se encontraron con el Proyecto Ser, Proyecto Institucional que busca cultivar la educación de la Interioridad.

Los os años 2020 y 2021 se siguió con la formación, para así ir profundizando y experimentando el crecimiento en la cultura de la interioridad, mediante la contemplación, meditación, mindfulness, rutinas Treva, entre otras practicas para luego llevar lo aprendido a todos y cada uno de nuestros estudiantes.





# Proyecto Ser

*La finalidad es dar herramientas y provocar las condiciones interiores que necesitamos para desarrollar la dimensión del cuidado de la interioridad.*

*Y crear una cultura de la interioridad que impregne toda la acción educativa-pastoral de nuestros colegios*

# FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGOGICA

*Atención Plena*

*Desarrollo de competencias  
emocionales y relacionales.*

*Inteligencia espiritual,  
existencial o trascendente.*

proyecto  
educación de la  
interioridad **ser**





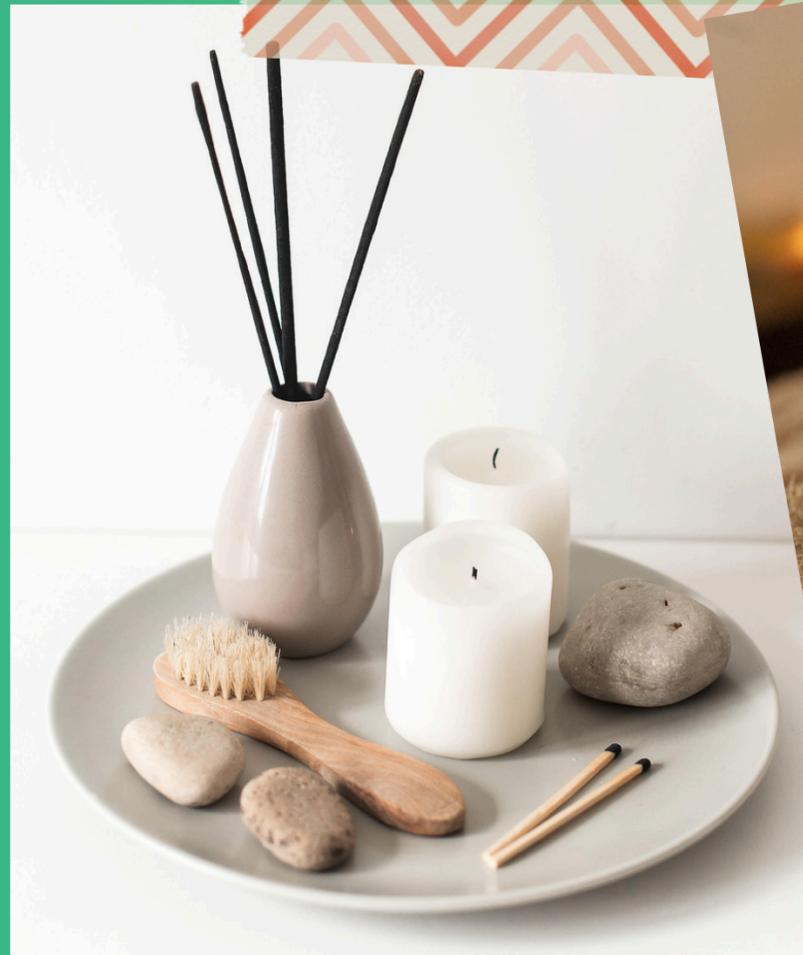
# ¿Qué es educar en la Interioridad?



- *Enseñar a mirar hacia adentro.*
- *Ayudar a desarrollar, entre otras cosas, aquellas facultades que capacitan al ser humano para acceder a una experiencia mucho más amplia de lo que la razón le permite.*
- *Educar para la vida, para aprender a fluir con ella, es decir, sabiendo aceptar lo que no se puede cambiar y aprendiendo de las experiencias que se tienen.*

# Estrategias para el desarrollo de la Interioridad

- *El ejercicio físico.*
- *El no hacer nada.*
- *El gusto por el silencio.*
- *La contemplación.*
- *El arte como expresión de lo espiritual.*
- *El gusto por la música.*
- *El sentido de pertenencia.*
- *El poder de lo simbólico...*





PLAN DE INTERIORIDAD  
Colegio Divina Pastora Yungay



2024



proyecto  
educación de la  
interioridad **ser**





# OBJETIVO

*El objetivo del Proyecto Ser es educar la capacidad de interiorizar, de vivir con profundidad la relación con uno mismo, con las personas, con la naturaleza y con Dios, desarrollando la mirada contemplativa a partir de actitudes básica de apertura, reciprocidad y compasión.*





## ACCIONES - ACTIVIDADES

- Extender las Jornadas Calasancias desde Prekinder a Cuarto Medio.
- Trabajar (según cada ciclo) rutinas y practicas de mindfulness y ejercicios treva con los estudiantes.
- Colaborar con campañas que busquen el cuidado del medio ambiente, la sostenibilidad y el sentido ecológico
- Cuidar y crear nuevos espacios verdes dentro y fuera del Colegio.
- Cada curso se hará cargo al menos de una planta al interior del aula como signo de vida, compromiso y responsabilidad personal y colectiva.
- Diseñar nuevos espacios para la calma, la conversación y la meditación.
- Implementar (en algunos horarios) música de relajación en el Hall de entrada.
- Seguir profundizando el Proyecto Ser con el personal y los estudiantes.



## ACCIONES - ACTIVIDADES

- Realizar acciones que lleven a conectarse con la naturaleza, el medio, los otros y Dios, por ejemplo: caminatas y/o corridas, cicletada, campeonatos, vía crucis por el pueblo, Misas comunitarias al interior del colegio y en conjunto con la parroquia, oración de la mañana, etc.
- Celebraciones eclesiales, carismáticas y civiles con los estudiantes, el personal y los padres y apoderados (liturgias, misas, etc.)
- Capacitaciones sobre el autocuidado, salud mental y relaciones sociales para los estudiantes y el personal.
- Trabajar en la campaña por el buen trato con diversas acciones, según estamentos y ciclos (carteles, decálogo, murales, otros.)
- Dar a conocer el Proyecto Ser a los padres y apoderados a través de las RRSS, Reuniones de apoderados, etc.

# ¿QUIÉNES CONFORMAN EL EQUIPO PARA LLEVAR A CABO ESTE PLAN?



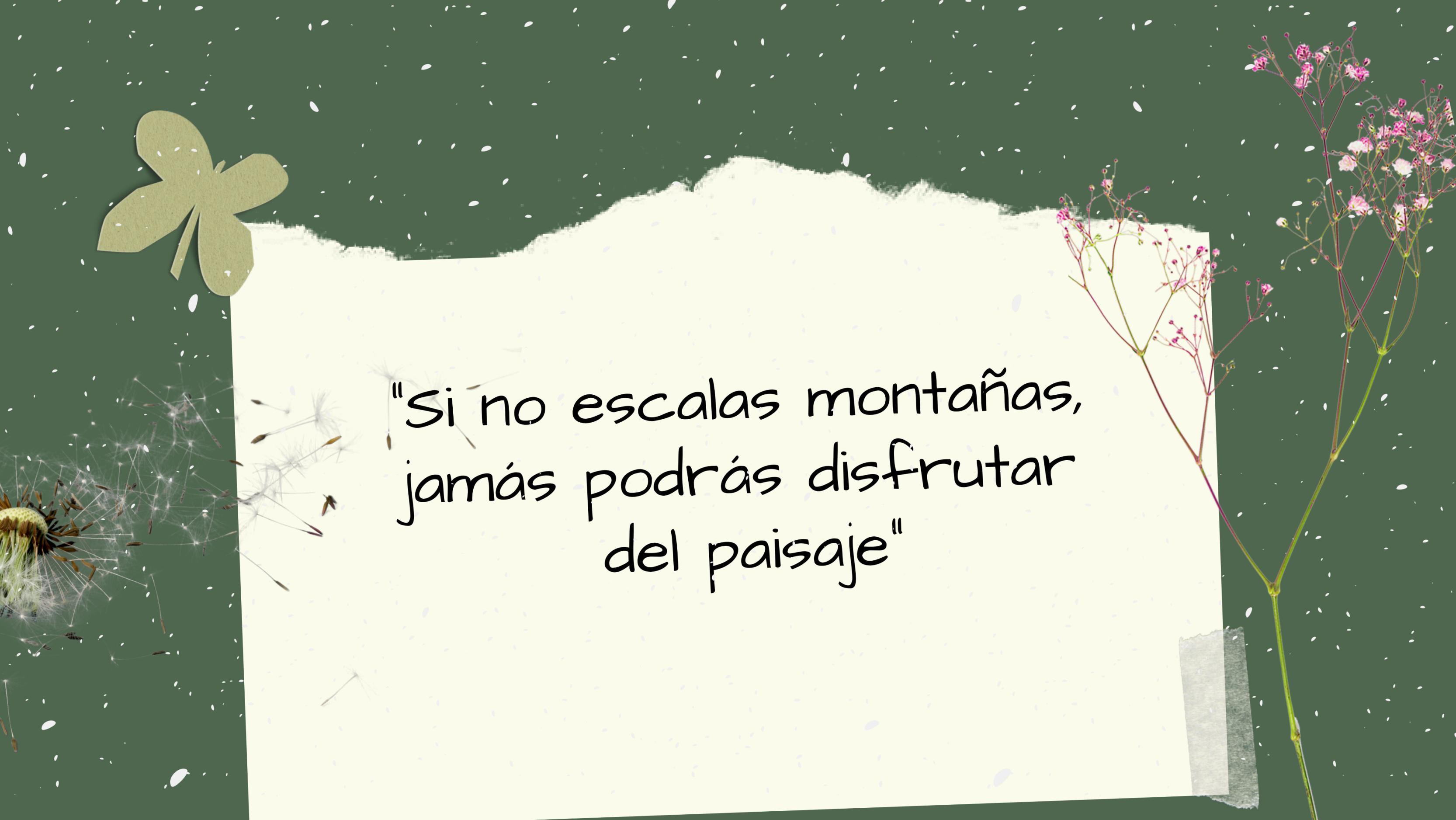
*Marlene Caces Sepúlveda*

*Pamela Sánchez Quintul*

*Marilyn Salazar Navarrete*

*Rosanna Silva Panes*

proyecto  
educación de la  
interioridad  **ser**



"Si no escalas montañas,  
jamás podrás disfrutar  
del paisaje"