

BUENOS DÍAS (Semana del 18/05 al 22/05) MARÍA AUXILIADORA EN LA VIDA DE NUESTROS FUNDADORES, DON BOSCO Y MADRE MAZZARELLO – HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

X
 TODO AQUEL QUE LLEGA A UNA CASA SALESIANA LLEGA DE MANO DE MARÍA AUXILIADORA.

San Juan Bosco

LUNES, 18 DE MAYO.

**MARÍA AUXILIADORA EN LA VIDA DE NUESTROS FUNDADORES.
MADRE MAZZARELLO.**

MADRE MAZZARELLO Y LA VIRGEN (18:50)

<https://youtu.be/09i3jJBnUl>

María entró en la vida de Madre Mazzarello desde su infancia. Su madre se la presentó no sólo como una devoción, sino como el ideal al que debía conformar su vida. Su devoción a M^{ra} Auxiliadora no tenía límites. Era la inspiradora y fundadora de la Congregación. La amaba y le pedía que fuera Ella la verdadera Madre del Instituto.

M^{ra} Auxiliadora ocupó el primer lugar en la casa de Mornese, a sus pies depositaba todas las noches las llaves de la casa. Animaba siempre a los demás a ser sencillos, a trabajar y a comportarse en todo como si se estuviese siempre delante de la Virgen.

Cuando llegaba una fiesta de la Virgen intensificaba sus recomendaciones para que hubiera una digna preparación y proponía sobre todo imitar a María en la humildad y la caridad.

M^{ra} Auxiliadora es su fuerza y su escudo en las horas de dificultad y de lucha. Su confianza en María era ilimitada. La vocación de Maín era amar a M^{ra} Auxiliadora, propagar su devoción, ser como Ella: "auxiliadora entre los jóvenes".

Se llaman Hijas de María Auxiliadora, porque fue la Virgen, quien manifestó a Don Bosco la voluntad de Dios, para esta nueva presencia en la Iglesia. Por esto el Santo repetía: "Vosotras pertenecéis a una Congregación que es toda de María".



**MARÍA AUXILIADORA EN LA VIDA DE NUESTROS FUNDADORES.
DON BOSCO.**

11 FRASES DE SAN JUAN BOSCO SOBRE MARÍA AUXILIADORA (3:34)

<https://youtu.be/XH-XvQ3aPQg>

La Virgen Auxiliadora estaba siempre con Don Bosco. El Padre consultaba todo con ella, hablaba en su nombre: "La Virgen quiere...", se sentía enviado por ella. **Imposible imaginar a Don Bosco sin María Auxiliadora.** Pero, al mismo tiempo, el Santo creó en la Iglesia un modo peculiar de sentirla y amarla, de actuar en su nombre: la Familia Salesiana cumple en el mundo el papel de María: "auxiliar a los jóvenes necesitados...".

MARÍA Y DON BOSCO

El día que don Bosco iba a entrar en el seminario para hacerse cura, su madre Margarita se despidió de él con estas palabras:

"Mira Juan, cuando naciste te presenté ante la Virgen para que te bendijera; cuando empezaste a ir al colegio te enseñé a rezar el Ave María; de jovencito, te recomendé que la rezaras tres veces al día y celebraras todas sus fiestas; ahora que vas a prepararte para ser cura, te recomiendo que seas todo suyo; júntate con los compañeros que sean amigos de María, y si un día llegas a ser cura, propaga la devoción a María".

Don Bosco cumplió perfectamente las palabras de su madre, y fue un incansable propagador de la devoción a María Auxiliadora.

El mismo Don Bosco ideó la imagen de **la Señora**: vestida de túnica y de mantos regios, como reina bellísima, coronada de doce estrellas, con la enseña de su hijo Jesús en los brazos, atento como ella a los hombres, y con el poder de Dios en su mano derecha, simbolizado en el cetro. Y con los ojos en dirección a la tierra, a la Iglesia, a la humanidad. Una Señora dinámica, en movimiento, en pie de auxilio.

En 1848 se encuentran ya colocadas en la mesa de trabajo de Don Bosco algunas estampas con el título "Auxiliadora de los cristianos". Pero será exactamente en 1862, en plena madurez de Don Bosco, cuando éste hace la opción mariana definitiva. Le dice al joven salesiano Juan Cagliero: "La Virgen quiere que la honremos con el título de Auxiliadora, los tiempos que corren son difíciles y tenemos la necesidad de que la Virgen nos ayude a conservar y a defender la Fe cristiana".

Confía

No temas, basta que tengas fe (Mc. 5,36)



MARTES, 19 DE MAYO.

MARÍA AUXILIADORA Y LA OBRA DE DON BOSCO.

LA GRAN BASÍLICA DE MARÍA AUXILIADORA EN TURÍN (6:50)

<https://youtu.be/NX-guq2K3L4>

Don Bosco al comenzar su Obra de ayuda a los chicos empezó, tras un peregrinaje por lugares variados, con una pequeña casa y una capillita para juntar a los chavales (la **capilla Pinardi**). Los chicos iban aumentando. Tuvo que hacer un colegio y una Iglesia. Pero incluso ésta se le quedó pequeña a los pocos años, pues los chicos que querían estar con Don Bosco eran cada vez más y más.



En un sueño la Virgen le dijo que debía construir una gran basílica dedicada a María Auxiliadora. Don Bosco no tenía dinero, pero estaba convencido de que si la Iglesia era para la Virgen, ella le ayudaría a conseguir el dinero.

Así que se puso manos a la obra en 1863. En cinco años, con gran esfuerzo, y gracias a muchas ayudas de gente agradecida a la Virgen, se consagró en el año 1868 el santuario de Turín que hoy tiene la categoría de Basílica de María Auxiliadora.



“CONFÍA EN MARÍA Y VERÁS LO QUE SON MILAGROS”
 (San Juan Bosco)



Confía

No temas, basta que tengas fe (Mc. 5,36)

MIÉRCOLES, 20 DE MAYO.

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (I).

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (3:39)

https://youtu.be/ZdFxxS_KH24

Las habilidades socioemocionales son un aspecto que pocas veces se trabaja en la escuela pese a que es algo fundamental desde el punto de vista de ser individuos socialmente ajustados.

Podríamos definirlos como aquellas **conductas aprendidas que adquirimos cuando interactuamos con otras personas y que nos son útiles para expresar nuestros sentimientos**, actitudes, opiniones y por ejemplo defender nuestros derechos.

Las habilidades socioemocionales **se pueden trabajar a cualquier edad.**

Las personas con habilidades socioemocionales desarrolladas están mejor preparadas para manejar los retos cotidianos, establecer relaciones personales positivas y tomar buenas decisiones.

La UNESCO ha organizado las "HABILIDADES DEL SIGLO XXI" en tres categorías:

- I. **Habilidades personales:** aquellas características personales que permiten al individuo actuar de manera efectiva en su vida.
 1. **Iniciativa:** habilidad importante para emprender algo nuevo.
 2. **Resiliencia:** permite superar obstáculos satisfactoriamente y seguir adelante con nuevos objetivos.
 3. **Responsabilidad:** empuja a realizar el esfuerzo necesario para llevar adelante un proyecto.
 4. **Asunción de riesgo:** no atemorizarse ante los peligros, buscando soluciones efectivas.
 5. **Creatividad:** para crear cosas o modos nuevos útiles para nuestro fin.
 6. **Autorregulación:** importante habilidad que permite invertir nuestra fuerza cuando está en su máximo potencial, descansar cuando lo necesitamos, tomarnos tiempo de reflexión, etc. Permite un cuidado personal imprescindible para llevar adelante nuestra vida de manera óptima.
 7. **Adaptabilidad:** flexibilidad necesaria para ajustarnos al grupo social y al medio en el que nos relacionamos, sin caer en la sumisión.
 8. **Gestión del tiempo:** nos permite priorizar y ser eficientes.
 9. **Autodesarrollo:** necesaria para evolucionar junto con la vida y no estancarnos.
- II. **Habilidades sociales:** facilitan relaciones personales satisfactorias y positivas.



1. **Trabajo en equipo:** fundamental para integrar en un proyecto común todas las habilidades personales. El resultado de este modo es mucho más fructífero.
 2. **Trabajo en red:** para hacerlo más efectivo.
 3. **Empatía:** imprescindible para fomentar un clima agradable de relaciones personales. En el siguiente artículo encontrarás
 4. **Compasión:** nutre y une a las personas.
 5. **Sensibilidad cultural:** permite abrir nuestras conciencias a otros conocimientos y mundos y nutrirnos de ellos
 6. **Habilidad de comunicación:** aspecto necesario para transmitir objetivos y concretarlos.
 7. **Habilidades sociales:** imprescindibles para llevar adelante un proyecto conjunto a través de las relaciones personales.
 8. **Liderazgo:** favorece en gran medida la gestión y efectividad del trabajo grupal.
- III. **Habilidades de aprendizaje:** permiten a la persona adquirir aprendizajes significativos y útiles para su vida y para la sociedad.
1. **Organización:** todo proyecto requiere de planificación y organización.
 2. **Resolución de problemas:** permite superar obstáculos y crear desde nuevas perspectivas.
 3. **Pensamiento crítico:** base sobre la cual se hace posible un trabajo cognitivo creativo, eficiente y útil.

JUEVES, 21 DE MAYO.

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (II).

FRAGMENTOS – PARA PENSAR HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (3:10)

https://youtu.be/V-rXgE_ZDLg

Ser niño, o adolescente, o joven, o menos joven... a veces no es nada fácil, cada uno tiene su mochila, sus circunstancias...

En los últimos tiempos, parece que la vida ha desembocado en estar "insostenible", con depresión... Ahora, que parece que la pandemia (la causa a la que se achacaba todo) ya ha pasado, ¿con qué sensaciones lidiamos? Lo cierto es que, machaconamente, se escucha que el número de casos de "enfermedad mental" que se están constatando tiene un crecimiento exponencial.



Ahora, dadas las circunstancias, se hace necesario más que nunca trabajar las **habilidades socioemocionales para el manejo de las emociones**.

ALGUNAS COSAS A TRABAJAR PARA ESTE APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL

- El **autoconocimiento**. Conocerse a uno mismo es un factor imprescindible, tanto en lo cognitivo como en lo emocional, con sus virtudes y limitaciones y saber aceptarse. Es la habilidad que nos permite saber qué estamos sintiendo en cada momento, analizando nuestras **emociones** y encontrando el **motivo** de ser de cada una de ellas y estudiando tanto nuestras **fortalezas** como nuestras **debilidades**.
- El **autocontrol**. La capacidad para regular de manera efectiva las emociones, pensamientos, y comportamientos. Incluye: la gestión del estrés, el control de los impulsos, la auto-estima.
- La **empatía**. La capacidad que nos permite **ponernos en la piel de los demás**. Es imprescindible trabajarla porque es un pilar esencial en la lucha contra el acoso escolar.
- La **asertividad**. Es la capacidad de **hacernos respetar sin perder el respeto** hacia los demás.
- La **perseverancia**. O tenacidad. Nos permite seguir luchando por nuestro sueño a pesar de todos los obstáculos con los que nos podemos encontrar por el camino.
- La **iniciativa**. Está vinculada a la proactividad en cualquier ámbito de la vida. Una persona con iniciativa es aquella **capaz de emprender algo nuevo sin miedo y con fuerzas**.
- La **conciencia social**, que incluye ver las cosas desde la perspectiva de las otras personas, mostrar empatía y apreciar la diversidad, enseñando valores a través de medios diversos. A través de ella comprendemos que **no estamos solos en el mundo** y que no debemos obrar por nuestro bienestar emocional, sino por hacer del mundo un lugar más justo para todos.
- La **colaboración** es la capacidad de coordinarse con los demás es la tarea de ayudar y de una manera desinteresada a los demás para conseguir un objetivo en común, beneficioso para todos. Así, fruto de la sinergia, todos podrán alcanzar la meta. Somos seres sociales. Y la **unión hace la fuerza**.
- La **resiliencia**. Es la capacidad de sobreponerse a situaciones traumáticas, como enfermedades, pérdidas, malos tratos,... **Levantarse con más fuerzas que nunca después de caerse**. Todos pasamos por altibajos en algún momento de nuestras vidas y, por lo tanto, es necesario aprender a gestionarlos... **¡Así es la vida!**

CREENCIAS IRRACIONALES QUE LA GENTE TIENE (ELLIS)

Confía

No temas, basta que tengas fe (Mc. 5,36)



- «Necesito amor y aprobación de cuantos me rodean» o «tengo que ser amado y tener la aprobación de todas las personas importantes que me rodean».
- «Para ser valioso debo conseguir todo lo que me propongo» o «si soy una persona valiosa, tengo que ser siempre competente, suficiente y capaz para conseguir todo lo que me propongo».
- «Los malos deben ser castigados por sus malas acciones».
- «Es horrible y catastrófico que las cosas no salgan, no sean o no vayan como yo deseo o quiero».
- «Las desgracias humanas se originan por causas externas y no puedo hacer nada o casi nada para evitar o controlar la pena y el sufrimiento que me producen».
- «Debo pensar constantemente que puede ocurrir lo peor».
- «Es más fácil evitar que enfrentarse a las responsabilidades y los problemas de la vida».
- «Hay que tener a alguien más fuerte en quien confiar».
- «Mi pasado es determinante de mi presente y de mi futuro».
- «Debo preocuparme constantemente de los problemas de los demás».
- «Cada problema tiene una solución acertada, y es catastrófico no encontrarla».

“Las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de los hechos” (Epícteto, filósofo estoico griego, siglo I)

VIERNES, 22 DE MAYO.

**¡¡¡FELIZ DÍA DE
MARÍA AUXILIADORA
2026!!!**



Gruta de María Auxiliadora. Centro María Auxiliadora León

¡¡¡FELIZ FIN DE SEMANA!!!

Confía

No temas, basta que tengas fe (Mc. 5,36)