



Arquidiócesis
de Tlalnepantla
Tierra de en medio

Fichero Compendio **Autoconocimiento**

Ficha 1

¿Para qué soy bueno?



Objetivo

Que el joven se pueda conocerse, para adquirir seguridad en sí mismo, con el propósito de descubrir destrezas y habilidades propias y de los otros.

Me preparo

Cada persona es distinta a las demás, no hay dos seres humanos que sean exactamente iguales. Por ello, cada uno tiene un valor muy especial, sus habilidades, talentos y capacidades son diferentes. Todos hemos oído o comentado lo bueno que es alguien o lo bien que hace algo, por ejemplo, Mario dibuja muy bien, Martha baila precioso, Luis es muy bueno para el fútbol o para matemáticas, etc.

Logros a desbloquear

- Autoconocimiento
- Retroalimentación
- Adquirir seguridad en sí mismos
- Comunicación
- Imaginación

Necesito herramientas

- Media cartulina para cada uno,
- Colores,
- Plumaz o plumones,
- Cinta adhesiva.
- Plastilina

Manos a la obra

1. Pedir en forma individual que reflexionen un momento sobre todas aquellas cosas que saben hacer bien y se sienten seguros de hacer.
2. Dar las instrucciones siguientes:
 - a. Dibuja un árbol, como tú lo quieras.
 - b. Ponle una rama por cada cosa que tú sabes hacer bien.
 - c. En cada rama escribe o dibuja una de las cosas para lo que eres bueno.
 - d. Cuando termines pégalo en el pizarrón o en el lugar asignado para la actividad.
(En lugar de árbol, puede ser un sol, una estrella, una flor, o un dibujo libre en el que se pongan estas habilidades).
3. Cuando han terminado su dibujo, dar las siguientes instrucciones: Después de pegar en tu salón el dibujo de tu árbol, mira los de tus compañeros y trata de encontrar aquéllos que se parecen a ti, a los que son buenos para algo que tú no eres bueno y a los que tú podrías ayudar porque no son buenos.
4. Hacer evaluación en grupo:
 - ¿Qué descubro de mis talentos y habilidades?
 - ¿De qué manera puedo ayudar a los demás?
 - ¿Me dejo orientar cuando me hacen una observación?

Profundicemos

Este mismo ejercicio lo haremos modelado plastilina, primero completarás las frases incompletas que se te proponen al final, ejemplo: Estoy orgulloso de... que sé tocar la guitarra.

Posteriormente utilizando plastilina modela lo que creas que representa cada frase que escribiste. Puedes utilizar formas y colores diferentes.

Las frases que utilizaremos son las siguientes:

Estoy orgulloso de...

Lo más difícil para mí es...

Lo que más enoja a la gente es...

Lo que más me gusta es...

Creo que yo puedo ayudar a la gente a...

Las cosas que más me asustan son...