



Arquidiócesis
de Tlalnepantla
Tierra de en medio

Fichero Compendio **Autoconocimiento**

Ficha 5
Hoy es tu día



Objetivo

Que el joven se descubra a sí mismo, acepte su personalidad, clarifique valores, sentimientos y emociones.

Me preparo

El poder conocer qué cosas nos agradan y cuáles nos molestan, nos permite una vida más feliz. Existen normas o leyes morales, naturales y sociales que ayudan a los seres humanos a vivir mejor, a relacionarse y a no lastimarse.

En ocasiones nos vence la utilidad de las normas o sentimos que no tienen razón y podemos romperlas si no tienen consecuencias negativas para nosotros o para los demás. Otras veces romper una norma trae consecuencias que no habíamos tomado en cuenta y nos hacemos daño a nosotros o a otras personas. Es importante, por lo tanto, ser consciente de esto para vivir tranquilos.

Logros a desbloquear

- Clarificar valores.
- Toma de decisiones.
- Ser consciente de la utilidad y el uso de las normas.
- Creatividad.
- Comunicación.

Necesito herramientas

- Papel
- Lápiz

Manos a la obra

Imagínate que un día despiertas y tus papás te dicen que va a ser un día libre, un día en el que vas a poder hacer todo lo que se te antoje. Ese día nadie te dirá lo que debes de hacer y podrás romper todas las normas o reglas que existen en tu casa. Eres libre de hacer ese día todo lo que se te ocurra.

- ¿Qué harías al oír esto?
- ¿Cómo te sentirías?
- ¿Qué ropa usarías?
- ¿Qué comerías?
- ¿Qué cosas dejarías de hacer?

Profundicemos

1. Reflexiona bien y escribe una historia completa de ese día libre. Imagínate lo que harías desde que te levantarás hasta las doce de la noche que se terminara tu día libre.
2. Cuando han terminado, formen grupos pequeños y compartan con sus amigos lo que harían en su día libre.
3. Una vez que todos lo hayan hecho, en su grupo, reflexionen qué es lo que pasaría si hicieran todo eso. Recuerden que nadie los castigaría y regañaba por lo que hicieron ese día, pero que, desde luego, lo que harían tendría consecuencias para ustedes mismos, ese mismo día, al día siguiente o en el futuro. ¿Cuáles serían las consecuencias? Saquen conclusiones del grupo por escrito.
4. Una vez sacadas las conclusiones grupales, reúnanse todos y el coordinador pedirá a los participantes que uno de cada grupo comente lo que decidieron en su grupo, qué pasaría después de vivir un día libre, y que comenten:

- ¿Qué tipo de normas sí creen necesarias y buenas?
- ¿Cuáles normas no tienen sentido para ellos?
¿Por qué?