



Arquidiócesis
de Tlalnepantla
Tierra de en medio

Fichero Compendio **Autoconocimiento**

Ficha 22
El árbol de mí mismo



Objetivo

Que el joven recuerde sus raíces, su historia personal y realice introspección de su vida.

Me preparo

Talentos, habilidades y de dónde vienen éstos. Todo aquello tiene raíces en nosotros, que podríamos comparar con las raíces de un gran árbol y vamos a tratar de encontrar esas raíces y los frutos que gracias a ellas da el árbol.

Logros a desbloquear

- Autoconocimiento
- Autoestima
- Clarificar valores
- Comunicación y expresión

Necesito herramientas

- Cartulinas
- Lápices
- Colores

Manos a la obra

1. Dibuja un árbol grande y en el centro del tronco escribe tu nombre.
2. Piensa en todas las cosas que sabes hacer bien, todos los talentos que tienes y para aquellas cosas para las que eres fuerte. No hablamos de la fortaleza física, sino de la fortaleza de tu mundo interior.

3. Una vez que hayas pensado en tus talentos, habilidades y fuerzas, ponle a tu árbol tantas raíces como cosas buenas que hayas encontrado en ti.
4. Ahora haremos algo similar con las ramas, piensa en tus éxitos, en todas aquellas cosas que has logrado hacer por ti mismo y por las cuales te sientes orgulloso.

Al terminar tu trabajo individual, en grupos pequeños compartan sus respuestas, dando oportunidad a todos para que compartan también las suyas.

Profundicemos

Comenta cómo fue tu experiencia, si les costó trabajo hacerlo, si fue difícil responder las preguntas y los compromisos que surgieron en ti.

