



Estrategias metodológicas para el desarrollo de habilidades para la vida

Este documento es un aporte para trabajar las habilidades para la vida de acuerdo con las necesidades socioemocionales encontradas en la entrevista; son actividades que permiten trabajar de acuerdo con el nivel escolar de las y los estudiantes, mediante el empleo de estrategias lúdicas y participativas que lleven a la reflexión entre pares y también con los y las docentes.

Autoconocimiento Subnivel Superior - Conocimiento de sí mismo

OBJETIVO: Conocer los rasgos propios de nuestra personalidad

TIEMPO: 45 minutos

MATERIAL: Cuestionario "Conocimiento de mí mismos" - Lápiz

Desarrollo

1. Explique a los estudiantes que deben escribir el cuestionario "Conocimiento de mí mismo" que se encuentra a continuación y solicite que lo conteste en forma honesta e individual.
2. Solicite que comparten sus respuestas, mencionando sus emociones y sentimientos presentes.
3. Al finalizar pida a cada estudiante que comente la experiencia de conocer a sus compañeros, emita conclusiones de cierre de la actividad según los criterios emitidos por los estudiantes.

FUENTE: Dinámicas de Grupo Gerza. Recuperado de:

https://www.gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/conocimiento_simismo.html

Cuestionario

Físico:	
Cinco cosas que me gustan de mí.	Cinco cosas que no me gustan de mí
Psicológico:	
¿En qué ocasiones acostumbro, quiero o puedo demostrar mis conocimientos?	¿Cuáles son mis temores?
Espiritual:	
¿He reflexionado sobre el sentido de mi vida o mi existencia?	¿En qué ocasiones me he sentido en paz, feliz y pleno?



Social:	
Al desarrollar estas preguntas será necesario explicar a los estudiantes que es un prejuicio para su mayor comprensión y respuesta. Prejuicio: es el proceso de formación de un concepto o juicio sobre alguna persona, objeto o idea de manera anticipada.	¿Cómo manifiesto mi deseo de compartir con los demás? ¿Qué prejuicios tengo en mis relaciones? ¿Qué clase de personas me molestan?
Profesional:	
Dos experiencias en que haya obtenido éxito. ¿Me gusta trabajar en equipo o sólo?	Dos experiencias en que no haya obtenido éxito. ¿Me gusta hacer trabajo rutinario o me gustan los cambios?
¿Me gusta tomar riesgos o "ir a lo seguro"?	¿Me gusta trabajar bajo presión o no?
¿Soy ejecutante o pensador?	¿Me gusta trabajar con números, fechas o con personas?
¿Soy intuitivo o analítico?	¿Supero las crisis o me cuido de ellas y las prevengo?
¿Tengo que triunfar o no importar el fracaso?	