



GUÍA

Metodológica y Materiales didácticos



Presentación

LA PRESENTE GUÍA TIENE COMO PROPÓSITO BRINDAR UN RECURSO DIDÁCTICO DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER QUE PERMITA A LOS AGENTES DE LA POLICÍA NACIONAL CIVIL, DE LA SUBDIRECCIÓN GENERAL DE PREVENCIÓN DEL DELITO, ENRIQUECER SU PROGRAMA DE FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES HUMANAS PARA ATENDER A LA POBLACIÓN CIVIL, EN SU SECCIÓN DE ATENCIÓN A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL PAÍS.

CONSISTE EN UN MANUAL POLICIAL DIDÁCTICO PARA PREVENCIÓN DE CASOS DE VIOLENCIA CONTRA LA NIÑA Y LA MUJER. PROPONE LAS INSTRUCCIONES PARA LA APLICACIÓN DE ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS EDUCATIVAS, DE CARÁCTER INTERACTIVO Y DIRIGIDAS A FORTALECER LA AUTOESTIMA, PREVENIR LA VIOLENCIA Y DAR A CONOCER EL APOYO QUE BRINDA LA PNC A LA POBLACIÓN CIVIL.

EN RELACIÓN CON CADA TEMA, PROPONE DE UNA A TRES ACTIVIDADES COMO MÍNIMO Y SUS RESPECTIVOS MATERIALES PARA SU CORRECTA APLICACIÓN. SE DESCRIBE EL PROCESO DE APLICACIÓN DE LA ESTRATEGIA, SUS OBJETIVOS Y EL USO ADECUADO DEL MATERIAL. ESTE DOCUMENTO VA ACOMPAÑADO DE LA MOCHILA DIDÁCTICA, QUE CONTIENE LOS MATERIALES RECOMENDADOS PARA CADA ESTRATEGIA.

PARA APLICAR LAS ESTRATEGIAS CONTENIDAS EN ESTE MANUAL, LOS INSTRUCTORES DEBEN RECIBIR LA CAPACITACIÓN EN EL USO DEL MANUAL, DIRIGIDA A LOS AGENTES DE LA PNC DE LA SUBDIRECCIÓN GENERAL DE PREVENCIÓN DEL DELITO. ESTAS SESIONES TIENEN COMO PROPÓSITO QUE LOS INSTRUCTORES CONOZCAN Y MANEJEN CON PROPIEDAD, LAS TÉCNICAS QUE SE ENSEÑAN EN EL MANUAL. LA PRÁCTICA DE ESTAS ESTRATEGIAS, PERMITIRÁ A LOS AGENTES ADQUIRIR CONFIANZA Y SEGURIDAD EN SU APLICACIÓN. A LA VEZ, LOS COMENTARIOS, SUGERENCIAS Y PLANTEAMIENTOS DE LOS PARTICIPANTES, PROPICIARÁ UN TRABAJO COOPERATIVO DONDE UNOS SE ENRIQUECEN DE LA EXPERIENCIA DE LOS OTROS Y VICEVERSA.



AUTOESTIMA

Animación ACTIVIDAD #1

Huellas Inolvidables

RECONOZCO LA IMPORTANCIA DE MI PROPIO YO Y LO BUENO QUE HE RECIBIDO DE LOS SERES QUE ME AMAN. FORMO MI CONSTELACIÓN PERSONAL.
MATERIAL: HOJA DE PAPEL, MARCADORES O CRAYONES.

Recurso ACTIVIDAD #2

PROTECTOR UN VESTIDO

ARMANDO UN ROMPECABEZAS, ADQUIERO CONOCIMIENTO PARA DESARROLLAR LAS ACTITUDES DESEADAS PARA CONSTRUIR MI AUTOESTIMA.
MATERIAL: ROMPECABEZAS GIGANTE Y TARJETAS CON LA DESCRIPCIÓN DE ACTITUDES DESEADAS. (MOCHILA DIDÁCTICA)

Animación Complementaria ACTIVIDAD #3

FRASES de Inspiración

POR MEDIO DE UN JUEGO DE MEMORIA, PRACTICO E INVENTO FRASES QUE ME AYUDAN A SER PROACTIVO PARA TENER ÉXITO EN LA VIDA.
MATERIALES: MEMORIA DE FRASES PARA MI VIDA. BANCO DE FRASES DE INSPIRACIÓN. HOJAS EN BLANCO. (MOCHILA DIDÁCTICA)

AUTOPERCEPCIÓN

Animación ACTIVIDAD #4

El tesoro escondido

POR DENTRO Y POR FUERA. MI VALOR ES MÁS QUE EL DEL ORO PURO, PORQUE SÉ QUE SOY DE LO MEJOR.
MATERIALES: CAJITA CON ESPEJO.
(VER INSTRUCCIONES EN: MOCHILA DIDÁCTICA)

Recurso ACTIVIDAD #5

CADENA DE CUALIDADES

RECONOZCO Y ESCRIBO LAS CUALIDADES DE LAS OTRAS PERSONAS. VALORO QUE RECONOZCAN LAS MÍAS.
MATERIALES: CAJITA CON ESPEJO.
(VER INSTRUCCIONES EN: MOCHILA DIDÁCTICA)

Animación Complementaria ACTIVIDAD #6

Me gusta ayudar

JUGANDO EL DOMINÓ DE CUALIDADES, ENCUENTRO CÓMO PUEDO COMPARTIRLAS CON LOS DEMÁS PARA AYUDAR A QUE LA VIDA COMUNITARIA SEA MEJOR.
MATERIALES: DOMINÓ DE CUALIDADES CON ACTIVIDADES EN LAS QUE PUEDO SERVIR. (MOCHILA DIDÁCTICA)

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Animación ACTIVIDAD #7

SOFÍA La Ardilla Lista

LAS ÁREAS PARA UNA VIDA SALUDABLE SON: HÁBITOS, EJERCICIO, ALIMENTACIÓN, HIGIENE, DESCANSO, RELACIÓN SOCIAL, AUTOESTIMA. JUEGO BINGO CON MIS AMIGOS Y CLASIFICO LAS ACTIVIDADES.
MATERIALES: JUEGO DE BINGO SALUDABLE. (MOCHILA DIDÁCTICA)

Recurso ACTIVIDAD #8

BINGO VIDA > Saludable <

COMPTO CONMIGO MISMO PARA FORMAR HÁBITOS Y ACTITUDES QUE ME AYUDARÁN A ALCANZAR LA SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL PARA MANTENER UN BIENESTAR INTEGRAL.
MATERIALES: TABLERO, DADO, CARROS Y TARJETAS PARA AVANZAR SOBRE LOS CUADROS QUE FORMAN EL RALLY DE LA MANZANA SANA. (MOCHILA DIDÁCTICA)

Animación Complementaria ACTIVIDAD #9

Plenitud

CON UNA CANCIÓN, APRENDO QUE DEBO CUIDAR MI SALUD TENER UNA DIETA EQUILIBRADA, HACER EJERCICIO Y MOSTRAR ACTITUDES ADECUADAS PARA CADA MOMENTO DE MI VIDA.
LINK: [HTTPS://YOUTU.BE/M_QPJEUOCPO](https://youtu.be/m_qpjEUOCPO)
MATERIALES: FIGURAS DE PLÁSTICO O DE CARTÓN QUE REPRESENTEN: FRUTAS, VEGETALES, CEREALES, CARNES, BEBIDAS PARA JUGAR A ELABORAR MENÚS SALUDABLES. (MOCHILA DIDÁCTICA)



TIPOS DE VIOLENCIA

VIOLENCIA EN LA FAMILIA

Física Sexual
Económica Psicológica

RELACIONES POSITIVAS EN FAMILIA

CON ESTE JUEGO, PUEDO DESCUBRIR Y ANALIZAR SITUACIONES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR. PERO ESPECIALMENTE ME AYUDA A REFORZAR CONDUCTAS Y ACTITUDES POSITIVAS. SI LAS PONGO EN PRÁCTICA, ME VAN A PERMITIR ESTABLECER BUENAS RELACIONES CON TODAS LAS PERSONAS, DENTRO DE UN CLIMA DE RESPETO Y ARMONÍA.

MATERIALES: TABLERO DE JUEGO SUBIDAS Y RESBALONES. RESPETO Y SOCIEDAD. DADOS Y FICHAS PARA AVANZAR EN EL TABLERO. (MOCHILA DIDÁCTICA)

ACTIVIDAD #10

VIOLENCIA EN LA ESCUELA

Física Sexual
Económica Psicológica

PARLANCHINA BLA, BLA, BLA

UNA OBRA DE TEATRO PARA TÍTERES, ME SIRVE PARA EJEMPLIFICAR Y DESCUBRIR LA VIOLENCIA EN LA ESCUELA Y APRENDER FORMAS DE MANEJAR SITUACIONES DIFÍCILES. TAMBIÉN PUEDO APRENDER ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES QUE ME SERVIRÁN PARA PROTEGERME DEL ACOSO ESCOLAR.

MATERIALES: TEATRINO, TÍTERES DE LOS PERSONAJES, MATERIALES PARA LOS JUEGOS EJEMPLIFICADOS. (MOCHILA DIDÁCTICA)

ACTIVIDAD #11

VIOLENCIA EN LA COMUNIDAD

Física Sexual
Económica Psicológica

INVESTIGADOR PARTICULAR

CON UNA LÁMINA GIGANTE DE UNA ESCENA EN EL PARQUE ME CONVIERTO EN INVESTIGADOR PRIVADO. PUEDO BUSCAR, IDENTIFICAR Y DENUNCIAR SITUACIONES DE VIOLENCIA EN LA COMUNIDAD. CUANDO ENCUENTRO UNA ESCENA, ESCOJO ENTRE LAS TARJETAS, LA SOLUCIÓN ADECUADA PARA RESOLVER LA SITUACIÓN DE EMERGENCIA ENCONTRADA Y LA EXPLICO EN VOZ ALTA.

MATERIALES: TABLERO CON LÁMINA DE UN PARQUE CON ESCENAS INTERCALADAS DE VIOLENCIA EN LA COMUNIDAD. TARJETAS CON LAS EXPLICACIONES DE CADA ESCENA. (MOCHILA DIDÁCTICA)

ACTIVIDAD #4

VIOLENCIA MEDIÁTICA

Física Sexual
Económica Psicológica

SOFÍA UNA ARDILLA LISTA

MUCHOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN PROMUEVEN SIN DARSE CUENTA LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER. EL CUENTO QUE NOS LEERÁN, ME PERMITE REFLEXIONAR SOBRE ESTE TEMA. PRESENTA ESTEREOTIPOS QUE DEBEMOS TRATAR DE CAMBIAR EN NUESTRA SOCIEDAD. ES UN RECORDATORIO PARA ESTAR ALERTA Y PODER OBSERVAR, PREGUNTAR, ANALIZAR Y TOMAR DECISIONES.

MATERIALES: LIBRO GRANDE DEL CUENTO SOFÍA UNA ARDILLA LISTA. (MOCHILA DIDÁCTICA)

ACTIVIDAD #4

EL PAPEL POLICIAL

UNIDADES DE ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA

PENDIENTE

NÚMEROS DE TELEFONO

NOTA

ESTE MÓDULO NO SE HA INICIADO PORQUE TRASLADARON A OTRAS DEPENDENCIAS A LOS POLICÍAS ENCARGADOS Y POR ESO NO HEMOS TENIDO UNA JUNTA PARA HABLAR DE LOS TEMAS REFERENTES A ELLOS. YA TUVIMOS UNA REUNIÓN PARA INTRODUCIR EL TEMA Y PRESENTAR EL TRABAJO CON EL NUEVO PERSONAL DE LA PNC. UNA NUEVA JUNTA SE PROGRAMÓ PARA EL MIÉRCOLES 4 DE SEPTIEMBRE DEL PRESENTE AÑO.

TIPO DE SERVICIO QUE PRESTAN ANTE LA VCM

PENDIENTE

RUTA DE ATENCIÓN

PENDIENTE

AUTOESTIMA

Contenido

LAS CONSTELACIONES, SON GRUPOS DE ESTRELLAS BRILLANTES QUE APARECEN EN LA MISMA POSICIÓN CADA NOCHE. EL SER HUMANO LE HA DADO NOMBRE A CADA GRUPO, SEGÚN LA FORMA IMAGINARIA QUE LE ASIGNÓ. GENERALMENTE, LES HAN DADO NOMBRES DE ANIMALES COMO LA OSA MAYOR Y LA OSA MENOR. O DE SERES MITOLÓGICOS COMO EL CENTAURO, O DE PERSONAS COMO ORIÓN O DE FIGURAS, COMO EL TRAPECIO. BÁSICAMENTE, LAS CONSTELACIONES LES HAN SERVIDO A LOS SERES HUMANOS PARA ORIENTARSE EN LA NOCHE. ESPECIALMENTE, EN NAVEGACIÓN POR EL MAR. POR LA BELLEZA Y EL ESPECTÁCULO NOCTURNO QUE OFRECEN CADA NOCHE, LAS PERSONAS HAN DESARROLLADO MUCHOS ELEMENTOS PROPIOS DE SU CULTURA. COMO LEYENDAS, COSTUMBRES, POEMAS, CANCIONES Y DANZAS. DESDE TIEMPOS ANTIGUOS, CADA GRUPO CULTURAL, HA ELABORADO VARIEDAD DE EXPLICACIONES PARA SU EXISTENCIA.



Huellas inolvidables

RECURSO DIDÁCTICO

AUTOESTIMA DE LA NIÑA Y EL NIÑO MI PROPIA

CONSTELACIÓN

DURACIÓN: 35 MINUTOS

TOMA EN CUENTA QUE:

- Al igual que las constelaciones que están formadas de estrellas, muchas personas te rodean e interactúan contigo. Tú eres una estrella que brilla y a tu alrededor también hay otras personas que brillan para ti.
- Esto significa que tú puedes dar y recibir luz.
- Todo lo que compartes con los seres que amas, deja huella en ti y tú en ellos.
- Sus palabras, consejos, enseñanzas y valores, te acompañan todo el tiempo. Transforman tu vida y siempre las llevas como una fortaleza grabadas dentro de ti.
- Recuerda que a veces nos toca pasar por situaciones difíciles, pero en esta actividad, debes enfocarte en las emociones, personas y relaciones positivas.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

INTRODUCCIÓN:

Esta actividad, permite que el estudiante se valore y reconozca a las personas de su entorno que le han ayudado a salir adelante.

OBJETIVOS:

1. Destacar la importancia de sí mismo y su posición en su entorno familiar y social.
2. Reconocer sus fortalezas y valorar a las personas que han contribuido a formarlo.

DESARROLLO:

PRIMER PASO:

Hacer preguntas acerca de las constelaciones: ¿Qué es una constelación? ¿Dónde las has visto? ¿Cuáles conoces? ¿Para qué le han servido a la humanidad?

SEGUNDO PASO:

Pedir al alumnado que, en la hoja de trabajo, dibujen 7 estrellas, distribuidas por toda la hoja, usando la mayor parte del espacio. Ahora, se les pide que formen su propia constelación, uniendo sus estrellas para darle la forma que ellos deseen. (Se les puede mostrar el ejemplo que se adjunta en la Mochila Didáctica). Luego, escriben el nombre de su constelación. Después escogen una estrella que los represente y escriben su nombre. A continuación, a cada estrella le escriben el nombre de la persona que más aman y que los han ayudado en la vida.

TERCER PASO:

El instructor, modela con su constelación, la forma de explicarla frente al grupo. El estudiante que lo desee puede explicar su constelación al grupo.

AUTOESTIMA - ACTITUD DESEADA

Contenido

PARA IR CON ÉXITO POR LA VIDA, DEBEMOS VALORARNOS, CUIDAR DE NOSOTROS MISMOS Y ESTAR ATENTOS A NUESTROS SENTIMIENTOS. LA AUTOESTIMA ES LA CAPACIDAD DE RESPETARSE Y DE AMARSE UNO MISMO. ES ACEPTAR NUESTRA CONDICIÓN Y POTENCIALIZAR NUESTRAS CAPACIDADES. TAMBIÉN SE REFIERE AL CONOCIMIENTO Y ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO EN EL ASPECTO FÍSICO, MENTAL Y EMOCIONAL. LA AUTOESTIMA, SE CONSTRUYE DESDE LOS PRIMEROS AÑOS, CUANDO UNA PERSONA RECIBE ATENCIÓN, AFECTO, ESTÍMULOS Y SATISFACCIÓN DE SUS NECESIDADES FÍSICAS. SE CONSIDERAN CINCO ÁREAS A TRABAJAR PARA DESARROLLAR UNA BUENA AUTOESTIMA.

1. **SEGURIDAD:** BÁSICAMENTE ES TENER CONFIANZA EN SÍ MISMO, DEMOSTRAR AUTO-RESPECTO Y SER RESPONSABLE. LA SEGURIDAD SE ADQUIERE CUANDO LA PERSONA CONOCE Y COMPRENDE LAS REGLAS Y CUANDO MANTIENE UN AMBIENTE JUSTO Y CONSISTENTE.
2. **IDENTIFICACIÓN:** ES EL RECONOCIMIENTO DE SÍ MISMO, EN SU ESENCIA Y PRESENCIA. SE DESARROLLA POR MEDIO DE LA DESCRIPCIÓN Y CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO, EL CONOCIMIENTO DE SUS PROPIOS VALORES E INTERESES, EL ACEPTAR RECONOCIMIENTO DE PARTE DE LOS DEMÁS Y EL FORTALECIMIENTO DE SU POTENCIAL.
3. **PERTENENCIA:** SE REFIERE A LA ACEPTACIÓN E INTEGRACIÓN EN SU MEDIO AMBIENTE POR MEDIO DE ACTITUDES DE RESPETO Y DE CARIÑO QUE LO HACEN SENTIR BIENVENIDO Y AMADO
4. **INTENCIÓN:** ESTA ES LA ACTITUD DE ESPERANZA Y CONFIANZA QUE LE PERMITE SOÑAR, SER VISIONARIO, Y PLANIFICAR PARA ALCANZAR METAS. SE DESARROLLA FORTALECIENDO LA CONFIANZA Y EL CONOCIMIENTO DE SUS CAPACIDADES.
5. **COMPETENCIA:** ES EL SENTIMIENTO DE PODER, PARA LLEVAR A CABO LA ACCIÓN. SE DESARROLLA CUANDO SE LE ENSEÑA A LA PERSONA LA CAPACIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS, BUSCAR ALTERNATIVAS Y CUANDO SE LE DA RECONOCIMIENTO POR LO QUE HACE.



Huellas inolvidables

RECURSO DIDÁCTICO

ATOESTIMA – ACTITUD DESEADA

ROMPECABEZAS CON FRASES DE AUTOESTIMA

DURACIÓN: 40 MINUTOS



TOMA EN CUENTA QUE:

- Eres una persona única. Con tus propias características y valores. No hay nadie en el mundo igual que tú.
- Como tal, eres muy valioso e igual en dignidad y privilegios que te corresponden como ser humano.
- Tienes los mismos derechos que todas las personas.
- Nadie debe tratarte mal ni hacerte daño.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

INTRODUCCIÓN:

Esta actividad permite que los estudiantes, reconozcan conductas que les van a permitir desarrollar las áreas para fortalecer la autoestima

OBJETIVOS:

3. Reconocimiento e identificación de sí mismo.
4. Mostrar orgullo por sí mismo.
5. Practicar conductas que lo lleven a desarrollar autoestima.

DESARROLLO:

PRIMER PASO:

El instructor explica el concepto de autoestima y la importancia de trabajar para desarrollarla. Explica la Pirámide de las necesidades básicas y luego explica las áreas para tener una buena autoestima

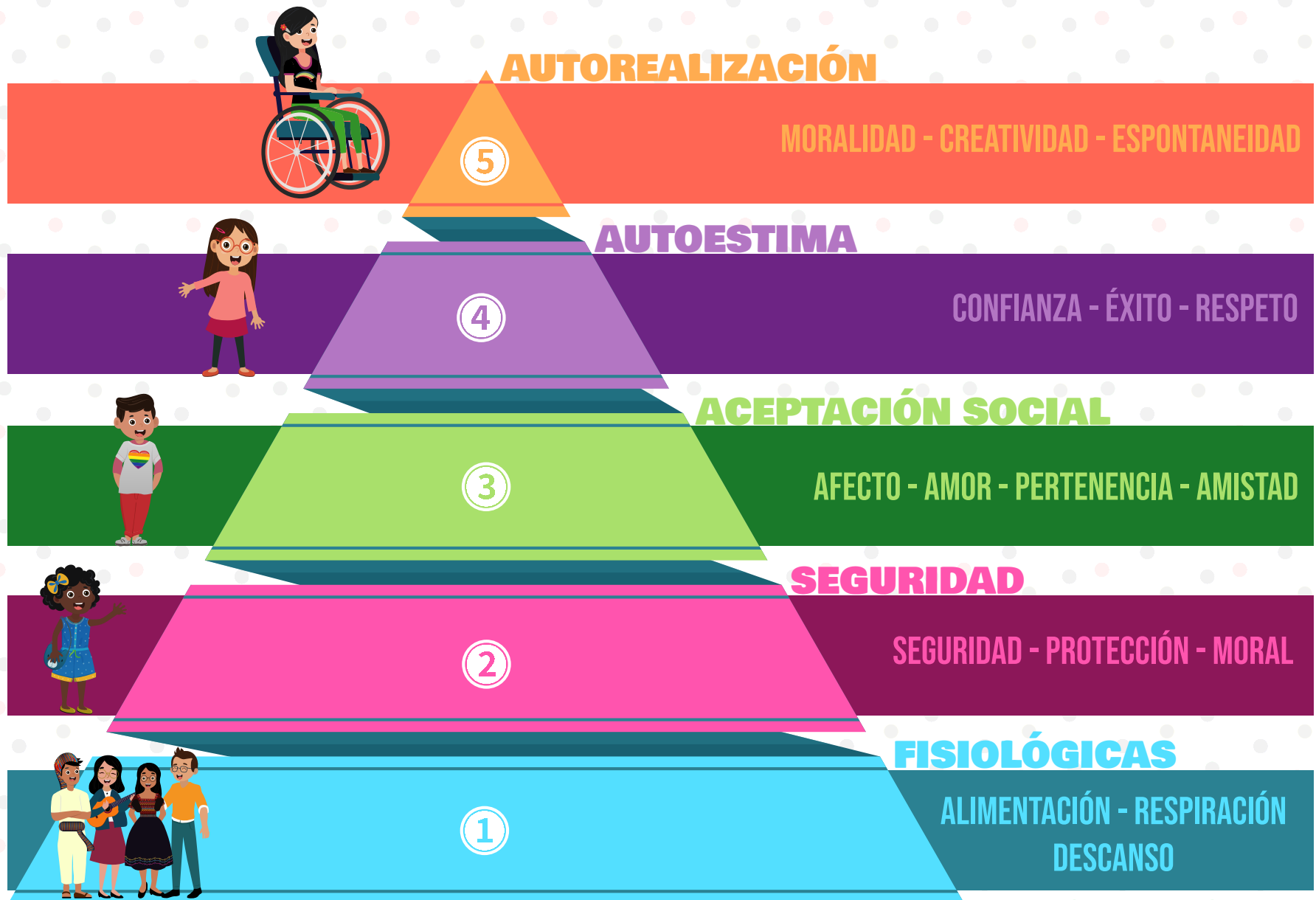
SEGUNDO PASO:

El instructor muestra una silueta de una persona. Luego, invita a los participantes para que peguen una parte de la figura, hasta completarla como un rompecabezas. Cada parte lleva escrita un área deseada para favorecer el desarrollo de la autoestima. El instructor hace la comparación de que estas actitudes es como si fuera un vestido que los protege y los ayuda a salir adelante

TERCER PASO:

A cada participante, se le da una tarjetita con la descripción de una conducta. Luego, pasan por turno a pegar cada conducta en el área de la actitud deseada que corresponde.

PIRÁMIDE DE MASLOW



CONSTRUYO MI FELICIDAD

Contenido



LA AUTOESTIMA SON LOS SENTIMIENTOS Y PENSAMIENTOS QUE SE TIENEN ACERCA DE SÍ MISMO. CADA PERSONA CONSTRUYE DESDE SU TIERNA INFANCIA SU AUTOIMAGEN. NO SE NACE CON LA AUTOESTIMA CONSTRUIDA. SE VA FORMANDO Y FORTALECIENDO POR MEDIO DEL AMOR QUE RECIBA DE LOS PADRES Y DE LAS PERSONAS QUE LO RODEAN. ES MUY IMPORTANTE TENER UNA BUENA IMAGEN DE SÍ MISMO, PORQUE ESO LE VA A DAR A LA PERSONA, SEGURIDAD Y CONFIANZA PARA DESENVOLVERSE EN LA VIDA. LA BUENA ESTIMA ES COMO UN ESCUDO QUE LLEVA LA PERSONA PARA PROTEGERSE Y RESISTIR LOS MOMENTOS DIFÍCILES QUE LE TOQUE ENFRENTAR. TAMBIÉN AYUDA A PROYECTAR UNA BUENA IMAGEN Y A ESTABLECER RELACIONES ARMONIOSAS CON LOS DEMÁS. LAS PERSONAS CON BUENA AUTOESTIMA, SE CONCENTRAN, SON OPTIMISTAS, RESPETUOSAS, CONSIDERADAS Y SE SIENTEN CONTENTAS DE SÍ MISMAS. SE ACEPTAN COMO SON, CONOCEN SUS FORTALEZAS Y TIENEN OBJETIVOS Y METAS. CADA DÍA ES IMPORTANTE, QUE LOS PADRES, MAESTROS Y PERSONAS QUE RODEAN AL INFANTE, CONTRIBUYAN A CONSTRUIR UNA AUTOESTIMA FUERTE POR MEDIO DE ELOGIOS SINCEROS, CORRECCIONES SIN HERIR SENTIMIENTOS, CARICIAS Y SATISFACCIÓN DE SUS NECESIDADES.

Frases de Inspiración

RECURSO DIDÁCTICO

MEMORIA DE FRASES INSPIRADORAS

DURACIÓN: 40 MINUTOS



TOMA EN CUENTA QUE:

- Es importante que cada día que te veas al espejo, te sonrías a ti misma y te digas lo valiosa que eres.
- Recuerda que sólo cuando estás bien contigo misma puedes estar bien con los demás.
- Necesitas valorarte para valorar, quererte para querer, respetarte para respetar, y aceptarte para aceptar.
- Ninguna relación te brindará felicidad que tú misma no construyas.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

INTRODUCCIÓN:

Las frases que se incluyen en este juego de memoria, pretenden inspirar al participante para ir comprendiendo y memorizando frases significativas de autoestima. Al ser repetidas conscientemente, llegarán a ser parte de su yo interno y lo ayudarán a fortalecer su imagen.

OBJETIVOS:

6. Identificar frases que fortalecen la autoestima para formar un banco que le permita usarlas como recurso en determinada situación de su vida.
7. Comprender que uno mismo construye su autoestima y decide emplearla positivamente en su vida.

DESARROLLO:

PRIMER PASO:

El instructor lee las frases y con ayuda y participación de los estudiantes, las va explicando una por una. (10 minutos)

SEGUNDO PASO:

El instructor explica que hay dos tarjetas iguales de cada frase. Se revuelven las tarjetas y se colocan boca abajo sobre la mesa. Por turnos, cada participante levanta primero una tarjeta, luego otra cualquiera y si son iguales, guarda las cartas y vuelve a jugar. Para cada par de tarjetas debe comentar la frase, o poner un ejemplo que se refiera a ella. Al final, gana quién logre juntar más parejas.

TERCER PASO:

El instructor muestra dos tarjetas que son un banco de frases inspiradoras. Invita a los estudiantes para que escojan 10 frases que les gusten y elaboren su propio juego de memoria. actitud deseada que corresponde.

AUTOPERCEPCIÓN

Contenido

EL SER HUMANO ES COMPLEJO. ADEMÁS DE SU ANATOMÍA Y DESARROLLO FÍSICO, TIENE COMPONENTES PSICOLÓGICOS, EMOCIONALES, CULTURALES Y AFECTIVOS QUE LO HACEN UN SER ÚNICO E IRREPETIBLE. CADA UNO DE ESTOS ASPECTOS SE DESARROLLAN DURANTE TODA LA VIDA, INFLUENCIADOS POR EL MEDIO AMBIENTE Y LAS EXPERIENCIAS PERSONALES. LA AUTOPERCEPCIÓN, ES EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO FÍSICO, DEL POTENCIAL, DE LOS PROPIOS VALORES Y LAS HABILIDADES QUE POSEE CADA PERSONA. EL AUTOCONOCIMIENTO A PROFUNDIDAD, PERMITE EL MANEJO DE LAS CUALIDADES Y DEFECTOS. LAS CUALIDADES SE DEBEN CULTIVAR Y PONERLAS AL SERVICIO DE LOS DEMÁS. ELAS HACEN VALIOSA A LA PERSONA Y LA AYUDAN A SER FELIZ Y A LLEVAR FELICIDAD A LOS DEMÁS. ES NECESARIO QUE LA PERSONA TRABAJE PARA SUPERAR SUS DEFECTOS Y MEJORAR LA TOLERANCIA DE UNOS CON OTROS. ASÍ SE LOGRARÁ VIVIR EN ARMONÍA Y PAZ.

