

OBJETIVO PREVENTIVO



Reconocer las características individuales y las necesidades propias, para desarrollar habilidades que favorezcan el desarrollo personal y las relaciones con otros.

MATERIALES



Papel, lápiz y un reloj.

STOP DEL AUTOCONOCIMIENTO

Indicación: escribe en una hoja las siguientes palabras: casa, colegio, cancha de futbol, redes sociales y reunión con amigos (recórtalos y guárdalos en una bolsa), como verás estos son algunos contextos en los que te desenvuelves. Tendrá su propia hoja para jugar STOP, deberás llenar los espacios en blancos lo más rápido posible.

En el espacio de Contexto: escribir la palabra que le salió en el papelito.

En el espacio de Habilidad: escribir algo en lo que considera eres bueno.

En el espacio de Acción (H): escribir una acción acorde a la habilidad que favorezca a los demás en ese contexto.

En el espacio de Debilidad: escribir algo en lo que no eres tan bueno y deseas mejorar.

En el espacio de Acción (D): escribir una acción que te ayude a mejorar esa debilidad.

Inicio del juego: agita la bolsa, saca un papelito y dependiendo del contexto que te salga llena lo más rápido posible todos los espacios. Una vez saques el papelito de la bolsa, mira tu reloj para llevar el tiempo, al finalizar registra el tiempo que te tomó contestar las acciones y habilidades del contexto. La actividad termina cuando se llenen todas las casillas y sume los tiempos de cada uno de los contextos.

STOP DEL AUTOCONOCIMIENTO

CONTEXTO	HABILIDADES	ACCIÓN (H)	DEBILIDAD	ACCIÓN (D)	TIEMPO
SUMATORIA TOTAL					