ConnecTeen

Programa de Intervención Comunitaria en Situaciones de Crisis

Sesión 2 de 8



Proyecto ConnecTEEN

lyk-z & daughters as
Created by: Anne Marit Lykseth y Hanne Marie Bratsberg

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Tabla de Contenidos

ConnecTeen Sesión 2 3

Autoestima 3

Lista de materiales para la sesión 2: 3

Bienvenida 4

Parte 1: Lluvia de ideas sobre autoconfianza y autoestima 4

Cierre/Resumen 4

Tarea para casa 5

Parte 2: Ejercicio – Pippi y Eminem 5

Reconocimiento a la clase/a los estudiantes 5

Reconocimiento a la clase/a los estudiantes ..... ¡Error! Marcador no definido.

Reconocimiento a la clase/a los estudiantes ..... ¡Error! Marcador no definido.

CONSORCIO 6

ConnecTeen Sesión 2

Autoestima

Objetivo: Lograr una comprensión basada en la EXPERIENCIA sobre cómo mejorar vuestro bienestar personal. Conocer vuestras propias habilidades, cualidades y valores contribuirá a crear igualdad dentro de la comunidad.

Lista de materiales para la sesión 2:

Ordenador con PowerPoint

Proyector o TV para mostrar la presentación

Papelógrafo (flipchart)

Soporte para el papelógrafo

Rotuladores negro, verde y azul

Lápices para los estudiantes*

Cuadernos para los estudiantes*

Sacapuntas *

*Se pueden usar iPads u otros dispositivos similares si los estudiantes pueden traer sus notas a cada sesión.

Parte 1: Lluvia de ideas sobre autoconfianza y autoestima

– Tiempo: 8 minutos

Instrucciones para Formadores: Una lluvia de ideas para cada concepto. Recuerda anotar exactamente lo que los estudiantes dicen y no escribirlo con tu propia interpretación.

Escribe en un rotafolio, pizarra o digitalmente. Invita a los estudiantes a expresar libremente todo lo que asocien con autoconfianza y luego con autoestima.

Cierre/Resumen *- Tiempo: 2 minutos*

Conocer vuestras propias habilidades, cualidades y valores os ayudará a desarrollar vuestra propia autoestima. ¿Cómo beneficia esto a vuestra comunidad? Escucha algunas respuestas.

Bienvenida *– Tiempo: 5 minutos*

Los formadores dirán al grupo
Bienvenidos a la sesión 2 del Programa ConnecTeen. ¿Qué recordáis de la sesión anterior o qué os gustaría compartir sobre la tarea para casa?

* Si la sesión dura una hora, permite que los estudiantes compartan sus experiencias con la tarea anterior.

Formador: Esta sesión se centrará en la autoestima y la autoconfianza. Es importante saber que aunque la **autoestima** y la **autoconfianza** están relacionadas, son diferentes:

- La **autoconfianza** es creer en tus habilidades y sentirte capaz de afrontar situaciones.
- Ejemplo: "Sé que juego bien al fútbol."
- La **autoestima** es cuánto te valoras y aprecias como persona — tu sentido de valía personal.
- Ejemplo: "Me siento bien conmigo mismo y pienso de manera positiva sobre quién soy."

Parte 2: Ejercicio – Pippi y Eminem – *Tiempo: 20 minutos*

Información y teoría contextual para el formador (no compartir con la clase): La base de este ejercicio es la creencia de que **todos somos fundamentalmente iguales**, lo que fomenta la **unión y conexión** dentro del grupo. Cada individuo es **igualmente valioso**—nadie es mejor o más valioso que otro. Esto significa que la **comparación es innecesaria** e inútil.

Reconocimiento a la clase/a los estudiantes - *Tiempo: 1 minuto*

Busca algo de la sesión de hoy que puedas destacar antes de despedirte.

- Muestra la imagen de PIPPI* en el PowerPoint
- Lluvia de ideas: **¿Qué sabéis sobre Pippi Calzaslargas?** Deja que todo el mundo diga algo. Si el grupo tiene dificultades respondiendo, pregunta; **¿a qué se dedica?** Escribe las actividades bajo el nombre de Pippi en un rotafolio dividido por la mitad.
- Luego, pregunta: **¿Qué cualidades tiene?** Escribe las cualidades en un rotafolio bajo las actividades. Recuerda dividir el rotafolio a la mitad; Pippi en el lado izquierdo y Eminem* en el lado derecho.
- Muestra la imagen de Eminem en el Power Point.

Lluvia de ideas: ¿**Qué sabéis de Eminem?** Permite que todos digan algo. Si el grupo tiene dificultades respondiendo, pregunta; **¿a qué se dedica?** Escribe las actividades bajo el nombre de Eminem en un rotafolio dividido por la mitad, a la derecha de Pippi.

- Luego, pregunta: **¿Qué cualidades tiene?** Escribe las cualidades en un rotafolio bajo las actividades, tal como se describe arriba.

Cuando la lluvia de ideas de ambas imágenes esté terminada, haz que el grupo mire el rotafolio y vea lo que está escrito en ambas mitades del papel.

- Pide al grupo que nombre las cualidades de ambos personajes. Dibuja líneas que conecten las cualidades de Pippi con las de Eminem.
- Entonces di: Todos tenemos las mismas cualidades y habilidades; las expresamos de diferentes maneras. Esto crea nuestra personalidad.
- ¿Cómo váis a expresar vuestras cualidades?
- Dile a los estudiantes que elijan una cualidad (nueva) de Pippi y Eminem con la que se identifiquen y que la escriban en sus cuadernos.

*IMPORTANTE: Los formadores son libres de elegir personajes de su propio país si los alumnos no conocen a PIPPI Calzaslargas y Eminem.

Reconocimiento a la clase/a los estudiantes - *Tiempo: 1 minuto*

Busca algo de la sesión de hoy que puedas destacar antes de despedirte.

CONSORCIO

FUNDACIÓN intras

TECHIN

zDz

STŘEDNÍ ŠKOLA ŘEMESEL, ŠUMPERK

ConnecTeen

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.