

FICHA TÉCNICA TALLER # 1

Nombre: “Aprendiendo a comunicarnos con el teléfono sin palabras”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Comunicación asertiva.

Objetivos:

- Experimentar la comunicación no verbal.
- Reflexionar sobre la comunicación y sus dificultades con los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.

Ejes temáticos:

La comunicación no verbal es un proceso de comunicación que se da a través del envío y recepción de mensajes sin palabras, es decir, mediante indicios y signos. Dichos mensajes pueden ser comunicados a por medio de lenguaje corporal o postura, gestos, expresión facial y el contacto visual, entre otros.

Características generales de la comunicación no verbal:

- La comunicación no verbal, generalmente, mantiene una relación de interdependencia con la interacción verbal.
- Con frecuencia los mensajes no verbales tienen más significación que los mensajes verbales.

- En cualquier situación comunicativa, la comunicación no verbal es inevitable.
- En los mensajes no verbales, predomina la función expresiva o emotiva sobre la referencial.
- En culturas diferentes, hay sistemas no verbales diferentes.
- Existe una especialización de ciertos comportamientos para la comunicación.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Dos hojas de papel donde conste un mismo mensaje.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.

- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 20 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Se dividirá el grupo en dos o tres, dependiendo de la cantidad de participantes. Posteriormente, se les pedirá colocarse en fila. Seguidamente se le entrega al último de cada grupo el papel donde está escrito el mensaje para que este lo lea y lo devuelva al moderador de la actividad. Vale señalar que se encuentra prohibido mostrar el papel a los demás.

El último de cada grupo expresa gestualmente el mensaje al penúltimo, éste se lo transmite de forma no verbal al siguiente y así sucesivamente hasta llegar al primero, que lo deberá traducir a palabras. Gana el grupo cuya traducción del mensaje se parezca más al original.

Una vez realizada la actividad anterior, se dará solución a los siguientes interrogantes:

- ¿Qué condiciones son necesarias para una adecuada comunicación?
- ¿Qué factores dificultan la comunicación?

Una vez realizada la actividad anterior, se organizará el grupo y se pedirán cuatro voluntarios que deberán salirse del salón de clase. Cuando dichos participantes salgan del salón, el moderador explicará lo que se realizará.

Seguidamente, entra el primero y se le lee una situación particular. Este debe reproducírsela sin leer al segundo cuando entre. Y así sucesivamente, el segundo al tercero, y el tercero al cuarto, quien deberá escribir en la pizarra la situación “resultante”.

Finalizada la actividad, se reflexiona con ellos sobre cómo se transmite la información: se pierde, se distorsiona y se inventa. Se puntualiza que el receptor recuerda mejor lo que le llama la atención y no recuerda lo irrelevante para él, y cómo, a medida que va recibiendo el mensaje, el receptor va traduciendo lo percibido para posteriormente reconstruirlo en el recuerdo según un proceso lógico: la información que le falta se la imagina; ello explica porque se van añadiendo “cosas nuevas”.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará una post evaluación a manera de socialización, en la cual se retroalimentarán los conocimientos adquiridos durante la actividad.

Corporación
UNIVERSITARIA EMPRESARIAL
Alexander von Humboldt

FICHA TÉCNICA TALLER #2

Nombre: “Hablando, hablando que vamos respetando”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Comunicación asertiva.

Objetivos:

- Plantear estrategias para mejorar la comunicación asertiva en los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.
- Concientizar acerca de la importancia que tiene la comunicación asertiva en el ambiente familiar y social.
- Desarrollar habilidades que permitan la implementación de una comunicación asertiva en los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.

Ejes temáticos:

En la comunicación asertiva se distinguen tres estilos de comunicación que son cruciales para un desenvolvimiento adecuado de las relaciones interpersonales. El primero de ellos es considerado como la huida ansiosa, en donde las personas se comportan de manera pasiva, permiten que violen sus derechos, permiten que los demás se provechen de ellos, no logran sus objetivos, se sienten frustrados, infelices heridos y ansiosos, se muestran inhibidos y retraídos, permiten que los demás decidan por ellos. El segundo estilo

de comunicación se denomina la respuesta asertiva, en donde las personas protegen sus propios derechos y respetan los de los demás. Así mismo, logran sus objetivos sin detrimentos de los otros. También se sienten bien consigo mismos y tienen confianza, se muestran sociables y emocionalmente expresivos.

Por último se encuentra la respuesta agresiva, en donde se encuentran personas que violan los derechos de los demás, logran sus objetivos a costa de los demás, son beligerantes, humillan y desprecian a los demás. Del mismo modo son explosivas de reacción imprevisible, hostil e iracunda y se meten en las decisiones de los demás.

Así si una persona se comporta de manera asertiva durante una situación determinada y su interlocutor hace lo correspondiente existirá una buena relación interpersonal, sin embargo si uno de los dos se comporta de manera grosera el otro tendrá que decidir si huye o agrede.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Pasamontañas.
- Pelucas.
- Bufanda.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.

- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

“El teléfono roto de enfermedades con alimentos de panadería”, para esta actividad los participantes serán ubicados en una mesa redonda, en donde uno de los facilitadores indicará quien inicia diciéndole al compañero de la derecha un producto de panadería, una vez se dé la vuelta se devolverá el teléfono, pero esta vez nombrarán enfermedades. Tras haber finalizado nuevamente la ronda, cada uno nombrará en voz alta su enfermedad y su elemento de panadería, como por ejemplo: herpes en el roscón.

En este orden de ideas, vale aclarar que se realizará una pre y post evaluación a fin de comprobar conocimientos aprendidos y fortalecimiento de ideas por parte de los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey a raíz de dicha actividad. En la pre-evaluación irán preguntas sobre la comunicación asertiva, el concepto que tienen de esta, para que creen que le sirva y de qué manera consideran que pueden aplicarla. La post-evaluación se realizará a manera de conversatorio, en donde se pretenden evidenciar los conocimientos que adquirieron producto de taller.

- **Tarea:**

La actividad principal gira en torno a un juego de roles, en donde se dividirá la totalidad del grupo en tres, a fin de representar los diferentes estilos de comunicación existentes. Así mismo, cabe aclarar que el moderador estará a cargo de todos los grupos para guiarlos y apoyarlos.

Posteriormente, cada representación será realizada en público ante los demás grupos. Serán estos los encargados de juzgar la veracidad de dicha actuación.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Seguidamente se realizará un conversatorio en el cual se aclararán temáticas, conceptos y de manera colectiva los estudiantes crearán una definición propia de la comunicación asertiva. En dicho conversatorio también se dará espacio al relato de anécdotas en las cuales se especifiquen casos en los que se omitió la comunicación asertiva o se usó esta adecuadamente y mencionen de qué manera lo hubieran podido corregir. Esto a fin de generar un constructo de conocimiento grupal de forma didáctica.

Se concluirá la actividad y se realizará un compromiso individual de forma voluntaria, el cual se basará en hacer mejor uso de la comunicación.

Corporación
UNIVERSITARIA EMPRESARIAL
Alexander von Humboldt

FICHA TÉCNICA TALLER #3

Nombre: “Diversión Asertiva”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Comunicación asertiva.

Objetivos:

- Fomentar el respeto por la opinión de los demás y fortalecer la comunicación asertiva y el trabajo en equipo entre los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey y sus diferentes opiniones.
- Generar dentro de la actividad como principal método de dialogo la comunicación asertiva y respeto por las diferencias de opiniones.

Ejes temáticos:

La comunicación asertiva es la habilidad para expresar con claridad y de forma adecuada los sentimientos, pensamientos o necesidades individuales. “Es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada. Su finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar; actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia” (Marvenco, s.f).

Este estilo de comunicación se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la agresividad y la pasividad (o no-asertividad). Así mismo, es entendida

como una forma de comunicación madura en la cual el sujeto ni agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Zapatos.
- Metro.
- Hojas.
- Lápiz o lapicero.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.

- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

En la actividad de romper el hielo se pedirá a cada estudiante que mencione su nombre y diga algún objeto el cual llevará a un paseo, la idea es que el objeto que él escoja para llevar al paseo tendrá que comenzar con la misma letra con la que

empieza su nombre, de lo contrario no podrá asistir. La persona que se equivoque tendrá como penitencia alguna actividad que su grupo escoja, la cual tendrá que realizar frente a todo el salón. Lo anterior, con el fin de identificar que tanta unión hay en los salones y el nivel o grado de respeto en la comunicación.

- Tarea:

Se inicia la actividad pidiendo a los estudiantes que den su opinión escrita frente al concepto de comunicación asertiva y trabajo en equipo, posteriormente se aclararan las definiciones o conceptos y se procederá con la actividad que trata de realizar una torre de zapatos dividiendo el grupo en dos, en donde tendrán que ingeniárselas para formar la torre de zapatos más alta, trabajando en equipo y utilizando los zapatos que puedan conseguir. Lo anterior, aplicando los conceptos vistos en los talleres previos.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Se pedirá a los estudiantes en general que hablen acerca de la experiencia vivida, y de lo aprendido por medio de conclusiones en los dos grupos de trabajo.

FICHA TÉCNICA TALLER #4

Nombre: “Aprendiendo a relacionarnos adecuadamente en nuestro entorno de trabajo”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Relaciones interpersonales.

Objetivos:

- Brindar herramientas a los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey para que aprendan a establecer buenas relaciones interpersonales en un ambiente de trabajo.
- Ayudar a los estudiantes a tomar conciencia de la importancia de las relaciones interpersonales en un ambiente de trabajo.
- Promover en los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey aquellos comportamientos adecuados a la hora de relacionarse con las personas cuando se encuentran en un entorno de trabajo.

Ejes temáticos:

Las relaciones interpersonales en un ambiente de trabajo son un factor importante, dado que cuando no hay una buena comunicación entre ellos, se puede afectar directamente el rendimiento de los trabajadores. La buena convivencia con las personas en un entorno de

trabajo mejoran la calidad del trabajador notablemente, ya que se siente mucho más a gusto a la hora de desempeñar su debido papel en el trabajo a realizar.

Pautas para tener una buena convivencia en un ambiente de trabajo:

- Tener conciencia de sus capacidades y desempeñar su papel en su núcleo de trabajo de tal manera que beneficie a los demás con sus habilidades, sin pasar por encima de las capacidades de sus otros compañeros.
- No dejar que los asuntos de tipo personal afecten sus relaciones con los demás en el trabajo.
- Procurar por llevar una buena relación en ambientes de trabajo, y eso no significa que tenga que involucrarse emocionalmente con cada una de las personas con la que labora, sino más bien esforzarse de ser gentil y demostrar tolerancia, respeto y control en los momentos decisivos que se presentan de forma ocasional en el trabajo.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Hojas.
- Lápiz o lapicero.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.

- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 20 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Se forman grupos de 4 personas y se les asignan papeles con roles y una situación a la cual se ven enfrentados en un entorno de tipo laboral y se les pide que

analicen la situación de manera individual y luego que la expongan a su grupo para llegar todos juntos a una solución.

Una vez terminado el análisis de cada grupo, éste será expuesto a los demás, a fin de dar cuenta de las diferentes alternativas existentes para solucionar la situación, así mismo se hablará del papel de cada integrante del grupo en la toma de la decisión.

Interrogantes:

- ¿Se basaron en la decisión de la persona que tenía rol más importante del grupo para tomar la decisión final?
- ¿Qué tan difícil fue ponerse de acuerdo entre las personas que conforman el grupo y como reaccionaron ante las propuestas de tipo individual que cada uno le sugirió al grupo?

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Una vez realizada la actividad satisfactoriamente se realiza una reflexión sobre el tema. Lo anterior con el fin de que las personas se den cuenta de las falencias que tienen a la hora de trabajar en grupo y como esto afecta las relaciones de tipo laboral y sobre cómo se debe actuar correctamente en un entorno de trabajo para que se pueda trabajar de manera agradable.

FICHA TÉCNICA TALLER # 5

Nombre: “Relacionémonos respetuosamente”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Relaciones interpersonales.

Objetivos:

- Reflexionar con los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey sobre las relaciones interpersonales y sus dificultades.
- Fomentar el respeto y la tolerancia como aspectos principales dentro de las relaciones interpersonales de los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.
- Promover la aceptación de todas las personas que nos rodean, a fin de generar mejores relaciones con los demás.

Ejes temáticos:

Dentro de las relaciones interpersonales hay un aspecto fundamental a tener en cuenta, esto es el respeto por el otro. Por lo cual es de suma importancia tomar conciencia sobre lo diversos que son los seres humanos, tanto en lo racial, como en lo cultural, lo religioso, entre otros.

Ser tolerantes es ser capaces de aceptar que otra persona o un grupo tengan valores o formas de pensar diferentes. El valor de la tolerancia promueve la escucha, la aceptación, el respeto y otros aspectos positivos para las relaciones con los demás.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Hojas.
- Lápiz o lapicero.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 20 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Se forman parejas y se les piden que compartan aspectos de su personalidad para que se conozcan. Posteriormente, se le pide a cada uno que en una hoja anoten los aspectos que le gustan y le disgustan del compañero. Seguidamente, estos aspectos serán socializados en público, a fin de escuchar diversas opiniones de los demás compañeros de clase. Se reflexiona sobre aquello que fue plasmado como negativo en el otro y se llegan a conclusiones grupales.

Se busca generar conciencia sobre la aceptación del otro en su integridad como individuo.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Posterior a esto se realizará una socialización sobre lo que han reflexionado sobre el tema, que han aprendido, que no ha quedado claro y aportes que quieran hacer sobre el tema.

FICHA TÉCNICA TALLER # 6

Nombre: “¡Yo valgo la pena!”

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Relaciones interpersonales.

Objetivos:

- Trabajar las 7 leyes de las relaciones interpersonales propuestas por Regino Navarro Ribera con los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.
- Fomentar la buena conducta y confianza en sí mismo para hacer de la actividad un aprendizaje tanto de forma individual como grupal.
- Brindar herramientas a los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey, para que puedan construir mejores relaciones interpersonales con sus pares.

Ejes temáticos:

El ser humano, es un ser racional por naturaleza, un ser para otros. Su realización se lleva a cabo por medio de las relaciones que establece con otras personas. Éstas relaciones, aunque pueden ser generadas de forma espontánea y natural, necesitan de un esfuerzo para construirlas y mantenerlas a lo largo del tiempo.

En este orden de ideas, Navarro (s.f) propone 7 leyes de las relaciones interpersonales las cuales son:

1. La mejor manera de cambiar una relación es cambiando uno mismo.
2. Busque lo positivo en cada persona, revise sus paradigmas sobre los demás.
3. Gánese la confianza de las personas.
4. Mantenga una actitud ganar/ganar.
5. Escuche con empatía.
6. Sea asertivo al expresarse.
7. Distinga entre la persona y su conducta.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Hojas.
- Lápiz o lapicero.
- Dulces como reforzador.

- Globos.
- Peluca.
- Cuchara.
- Huevos.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.

- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 20 minutos.

Técnicas:

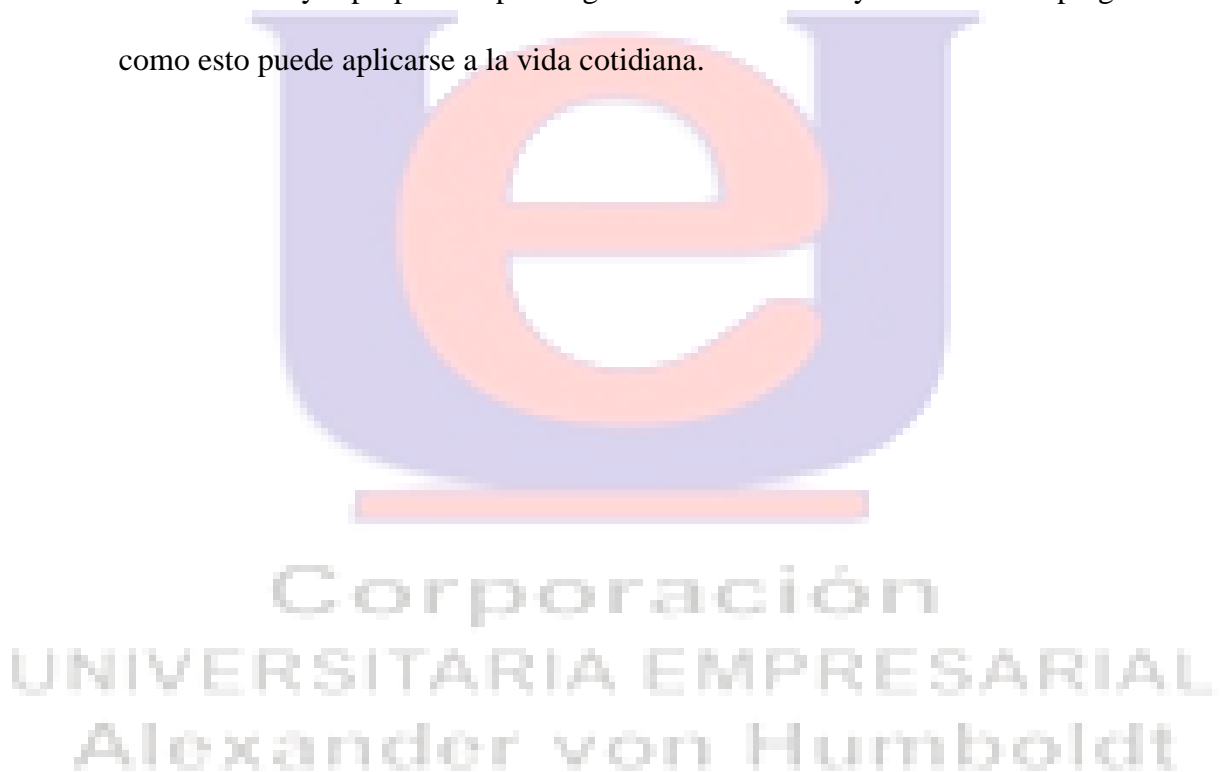
- Tarea:

El grupo será dividido en dos, posteriormente los participantes deberán recorrer una serie de pistas con acertijos y retos que serán repartidas a lo largo y ancho de la institución, lo anterior con el fin de que todos participen y den a conocer sus habilidades, teniendo siempre como objetivo el manejo adecuado de relaciones interpersonales.

El primero que llegue a la meta será el ganador y recibirá un paquete de dulces como incentivo por el adecuado trabajo grupal.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Se realizará una post evaluación a manera de socialización, en la cual se retroalimentará lo que aprendieron los unos de otros, se evaluará si se tuvieron en cuenta las 7 leyes propuestas por Regino Navarro Ribera y finalmente se preguntará como esto puede aplicarse a la vida cotidiana.



FICHA TÉCNICA TALLER # 7

Nombre: “¿Realmente te Conoces?”

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Autoconocimiento.

Objetivos:

- Brindar herramientas a los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey para que puedan autoconocerse.
- Concientizar a los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey acerca de los elementos que influyen en el autoconocimiento.
- Desarrollar habilidades que permitan mejorar la dinámica del autoconocimiento.

Ejes temáticos:

En las últimas décadas se ha venido subrayando la importancia del Autoconocimiento en el bienestar subjetivo desde diferentes ámbitos de la psicología y esto ha contribuido para que el autoconocimiento tenga un lugar central en la explicación del comportamiento humano (Tesser, Felson & Suls 2000).

El interés por estudiar el autoconocimiento se deriva de que las personas que se ven positivamente se conducen e interpretan el mundo de diferente manera a las que se ven de manera negativa, hay entonces una relación directa entre Autoconcepto y conducta, pues en

base al primero, las personas se forjan metas y estrategias. Así mismo, se reflejan variables personales, sociales, ambientales, intelectuales y afectivas (Jurado de los Santos, 1993).

Vale aclarar que se realizará una evaluación previa a los lineamientos teóricos y a la actividad central, donde se preguntará con relación a la concepción que las personas tienen del autoconocimiento y otras temáticas relacionadas con el mismo. También se realizará una evaluación posterior a la realización de la actividad en la cual se comparará el impacto de la misma y los conocimientos que se adquirieron con esta.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Dibujo de olla impreso en hojas.
- Colores.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.

- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 50 minutos.
- Cierre: 10 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Para la realización de esta actividad se tiene en cuenta que el autoconocimiento se basa en la capacidad que tiene cada persona para reconocer aquellas emociones que expresa en una situación específica. Existen 6 emociones básicas que rigen al ser humano, dentro de estas específicamente se tomarán 4 que son: Alegría, tristeza, Ira y Miedo.

La actividad principalmente consiste en brindarle a los participantes la gráfica de una olla, con esta herramienta se espera que representen el nivel de Alegría, Tristeza, Miedo e Ira que la persona posee, para esto se les pedirá que decoren, e imaginariamente representen el nivel de autoconocimiento que ellos tienen, llenando cuanto considere la olla del material que crea conveniente o que crean que les falte para que sus ollas se encuentren en un nivel que las madres crean adecuado.

Vale señalar que cada una de las emociones serán representadas por un color determinado, con el cual se espera que simbolicen la emoción predominante de la siguiente manera: alegría con el color verde, tristeza con café, miedo con negro e ira con rojo. Para esto tendrán un tiempo límite de 10 minutos.

Posteriormente cada una expondrá ante sus compañeras de qué color ha pintado sus ollas y justificará porque razón ha sido de esta manera. Para dicha exposición cada una contará con un máximo de 2 minutos. En este orden de ideas, es necesario aclarar que este punto se realizará de forma voluntaria, en donde la persona que no se sienta apta para compartir su ejercicio en público no estará obligada a hacerlo.

Tras haber realizado la actividad de las ollas, cada uno de los facilitadores brindará una herramienta de afrontamiento para cada una de las emociones, con el fin de mejorarlas o modificarlas para el bienestar de las participantes, posterior a esto las participantes deberán realizar una carta en la cual propongan estrategias con las cuales podrían mejorar o afrontar aquellas emociones que consideran negativas a fin de lograr un mejor autoconocimiento, dicha carta será guardada por cada una de estas a manera de compromiso.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará un debate a manera de post evaluación, en el cual las participantes argumentarán los conocimientos adquiridos durante la actividad.

FICHA TÉCNICA TALLER # 8

Nombre: “¿Cómo me veo?, ¿Cómo me ven?”

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Autoconocimiento.

Objetivos:

- Buscar la autopercepción y autoaceptación de los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey mediante la ayuda de terceras personas.
- Reflexionar con los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey sobre el conocimiento que se tiene de sí mismo y cultivar una mejor interacción día a día con el yo interior

Ejes temáticos:

El autoconocimiento hace referencia al proceso reflexivo por el cual el sujeto adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características. “Implica un proceso reflexivo, a través del cual una persona adquiere noción de sus propias fortalezas y áreas de mejora, lo cual le permite aprovechar las oportunidades y estar preparado para los desafíos que presenta el contexto” (recuperado de

http://planetatelefonica.com.ar/learningisplay/files/2011/01/Material_II.pdf).

Este concepto está directamente relacionado con el autodesarrollo, el aprendizaje, el liderazgo y la autoestima, dado que una persona para desarrollarse necesita conocerse, además, al conocerse y comprometerse con su autodesarrollo, aumenta su autoestima y liderazgo personal.

Materiales:

- Hoja de papel.
- Lapicero.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 20 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Organizar a los estudiantes por parejas, uno frente al otro. Posteriormente, pedirles que dibujen el rostro de la persona que tienen al frente y por el lado contrario de la hoja, deberán escribir 5 aspectos positivos de la persona. Una vez llevado a cabo el punto anterior, cada pareja deberá salir al frente y hablar de los aspectos que identificaron.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará una post evaluación a manera de socialización, en la cual se retroalimentarán las sensaciones adquiridas durante la actividad.

UNIVERSITARIA EMPRESARIAL
Alexander von Humboldt

FICHA TÉCNICA TALLER # 9

Nombre: “Pensando”.

Temática: Habilidades sociales interpersonales.

Tema: Pensamiento Creativo.

Objetivos:

- Complementar las estrategias brindadas en el primer encuentro para el desarrollo del pensamiento creativo en los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey.
- Concientizar sobre la importancia del pensamiento creativo en los diversos aspectos del desempeño académico de los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Rey.

Ejes temáticos:

El pensamiento creativo, va a consistir en el desarrollo de nuevas ideas y conceptos, es la habilidad de lograr crear nuevas ideas en diferentes combinaciones para poder satisfacer una necesidad, por tanto el resultado de un pensamiento creativo es siempre original.

Guilford destaca para que el pensamiento creativo sea exitoso requiere de diversos aspectos tales como la novedad u originalidad de ideas y la elaboración de pensamiento, entendiendo la originalidad de ideas como aquella capacidad de producir ideas ingeniosas a partir de indicios muy remotos y la elaboración es la habilidad para diseñar o incluso construir un producto de forma bien elaborada y detallada lo que concluye en la mejora del producto entendiéndose este como una idea, plan, actividad, etc.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Colores.
- Papel periódico

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos

- Tarea: 30 minutos
- Cierre: 15 minutos

Técnicas

- Caldeamiento:

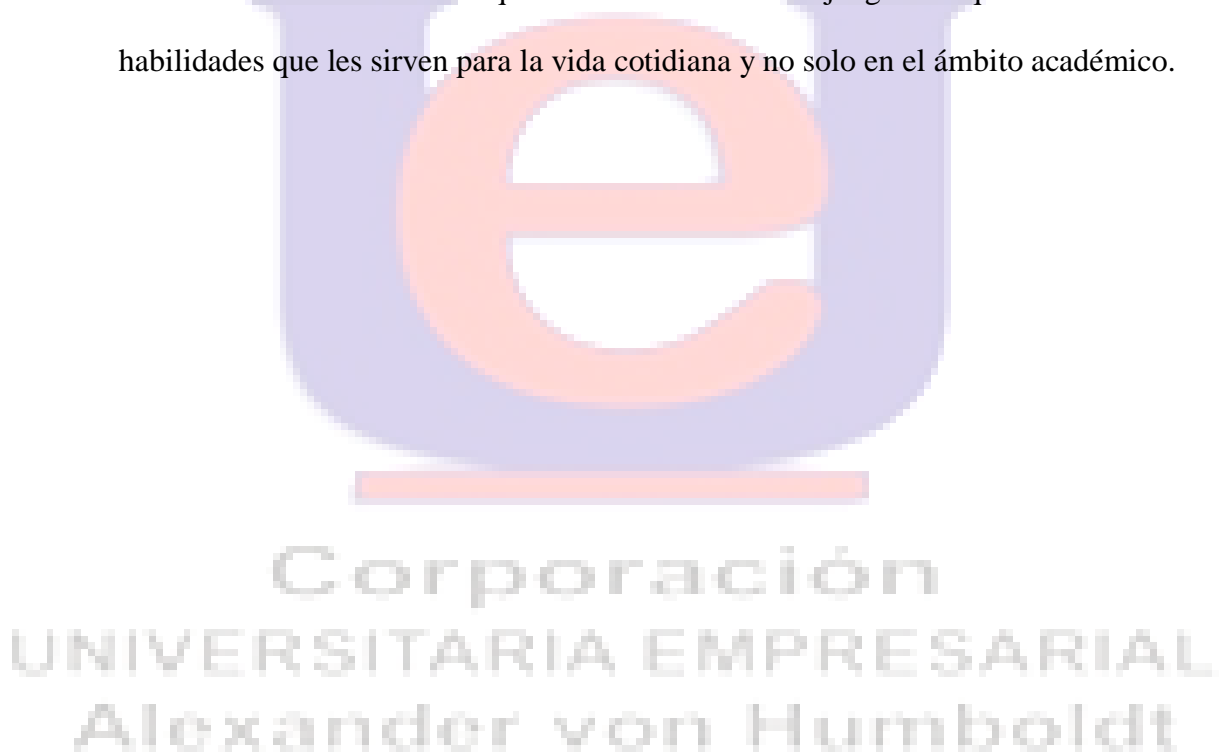
“El naufrago”. La dinámica consiste en formar grupos de dos o tres y repartirles un pedazo de papel periódico que los utilice como bote salvavidas en donde ninguna persona debe quedar fuera, todos deben salvarse. Se cuenta la historia “iba una vez un barco que cruzo con una tempestad y se formaron botes salvavidas les da unos segundos para subirse al bote, de los que sobrevivieron ¿? se dice el número de los que hicieron bien el bote”, se continua la dinámica doblando el papel por la mitad y así sucesivamente haciendo el papel más pequeño hasta encontrar el bote ganador. Al término se comparte la experiencia de salvarse de naufragar.

- Tarea:

Se presentarán dos dramatizaciones en donde los estudiantes utilizarán las habilidades aprendidas en el encuentro anterior además anexarán los nuevos conceptos para generar soluciones nuevas a las situaciones que habían propuesto en el primer encuentro, para complementar dicha actividad los estudiantes darán sus opiniones sobre la actividad y si han encontrada que anexando la novedad de ideas y la elaboración han podido mejorar y complementar las soluciones que ellos mismos habían propuesto.

- Cierre: conclusiones / compromisos:

Finalmente se hará un conversatorio en el cual se aclararan los conceptos de la temática, aclarando las dudas sobre los conceptos de originalidad de ideas y la elaboración. En este espacio los estudiantes podrán dar su opinión sobre la temática tratada y dar opiniones y sugerencias sobre el mismo. Se concluye el encuentro recordándoles a los menores que no solo se trató de un juego sino que son habilidades que les sirven para la vida cotidiana y no solo en el ámbito académico.



FICHA TÉCNICA TALLER # 10

Nombre: “Dramatizando ando”

Temática: Habilidades sociales interpersonales.

Tema: Pensamiento Creativo.

Objetivos:

- Plantear estrategias para un desarrollo adecuado del pensamiento creativo en los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Santo Rey
- Concientizar sobre la importancia del pensamiento creativo en los diversos aspectos del desempeño académico de los estudiantes de la institución educativa Gimnasio Rey

Ejes temáticos:

El pensamiento creativo, va a consistir en el desarrollo de nuevas ideas y conceptos, es la habilidad de lograr crear nuevas ideas en diferentes combinaciones para poder satisfacer una necesidad, por tanto el resultado de un pensamiento creativo es siempre original.

Guilford destaca para que el pensamiento creativo sea exitoso requiere de diversos aspectos tales como la fluidez y flexibilidad de pensamiento, entendiendo la

fluidez como aquella capacidad para lograr producir un gran número de ideas e incluso respuestas para lograr resolver un problema, hay tres tipos de fluidez uno es el de ideas el cual está compuesto por una palabra hasta una narración.

De asociación, el cual es la capacidad de producción de respuestas pero que estas estén relacionadas; y el último tipo es el de expresión el cual hace referencia a la facilidad para la producción coherente y consecutiva de palabras.

Finalmente la flexibilidad de pensamiento es aquella facilidad útil para cambiar la manera entender ya sea una tarea o situación, o también para cambiar de estrategia si la situación así lo requiere

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Pelota
- Colores.
- Hojas en blanco

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.

- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes institución educativo Gimnasio Santo Rey

Duración de la sesión:

Caldeamiento: 15 minutos

Tarea: 30 minutos

Cierre: 15 minutos

Técnicas

- Caldeamiento:

El rey de los elementos. Se forma un círculo con todos los participantes, el animador tendrá la pelota y se la pasara a cualquiera, cuando la tire debe mencionar un elemento (Aire, Agua o Tierra) el que atrape la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionaron ejemplo. (Agua: tiburón) y pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, no se vale repetir animales y debe responderse rápido, los que pierden van saliendo hasta elegir al ganador.

- Tarea:

Se presentarán tres dramatizaciones en donde los niños a través de un guion escrito por ellos mismos sobre situaciones en donde se empleen la fluidez y la flexibilidad de pensamiento para solucionar problemas de la vida cotidiana, posteriormente se pasara a un debate en donde los menores podrán expresar sus opiniones sobre las diferentes representaciones, en donde también harán propuestas para ver que otras alternativas encuentran frente a la misma temática, para finalizar con un último acto sacando a relucir las mejores propuestas hechas por los niños.

- Cierre: conclusiones / compromisos

Finalmente se hará un conversatorio en el cual se aclararan los conceptos de la temática, además de forma colectiva los estudiantes formaran una definición propia sobre el pensamiento creativo y las aptitudes vistas de fluidez y flexibilidad de pensamiento. Este espacio permitirá a los estudiantes el relatar situaciones en donde estas aptitudes les hubiesen ayudado y dirán como lo solucionarían de presentarse una situación similar, esto es para que de una manera didáctica se forme un conocimiento, se concluye la actividad en donde se propone que de manera voluntaria se haga un compromiso de utilizar las habilidades ahora adquiridas.

FICHA TÉCNICA TALLER # 11

Taller: “No dejemos que el conflicto sea un problema”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Resolución de conflictos.

Objetivos:

- Generar estrategias que permitan la implementación de herramientas de resolución de conflictos en los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey.
- Promover un adecuado desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos.

Ejes temáticos:

El problema del conflicto ha sido abordado desde múltiples disciplinas y ciencias. “El conflicto es el proceso cognitivo-emocional en el que dos individuos perciben metas incompatibles dentro de su relación de interdependencia y el deseo de resolver sus diferencias de poder” (Redorta, 2007: 31). Se puede mencionar que los conflictos hacen parte del desarrollo normal del ser humano, dado esto se considera relevante implementar herramientas para la adecuada resolución de estos.

La resolución de los conflictos es pues, aquella rama de las ciencias políticas que pretende dirimir los antagonismos que se susciten tanto en el orden local como en el global, sin excluir la violencia como uno de sus métodos; fundamentando su análisis en el ámbito

social del lugar donde se produce el conflicto. Se usarán los pasos principales que llevan a una adecuada resolución de conflictos como lo son:

- La necesidad de hallar salidas constructivas al conflicto.
- Canalizar el uso de la violencia.
- Tener una respuesta efectiva frente al conflicto.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Cuerda.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.

- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

En ésta actividad se propone en primer lugar una formación en círculo de las integrantes del grupo, posteriormente se enumeran de forma consecutiva. Tras haber realizado la enumeración se inicia con la implementación del ritmo chocando las palmas contra los muslos y aplaudiendo tal y como lo indique el facilitador guía de la actividad. Tras implementar el ritmo se adiciona de manera rítmica el número al cual se le quiere pasar el turno, chocando los muslos para decir el número propio y las palmas para decir el número a seguir. Aquel que pierda debe pasar al último lugar, mientras que quien gane avanza una posición hasta llegar al primer lugar.

- Tarea:

Para la siguiente actividad se utilizará una soga, con la cual se atarán a un grupo máximo de 10 participantes, posterior a esto se les dará la indicación de que

deben encontrar como grupo la manera de resolver dicho conflicto y poder liberarse.

El primer grupo que logre liberarse será el ganador.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Posterior a esto se realizará una socialización en la cual cada uno contará como fue la experiencia de estar atado y tratar de liberarse bajo presión y con el resto de compañeros hablando al mismo tiempo, así mismo explicarán que mecanismos de resolución de conflictos usaron para desatarse. Se concluirá la actividad y se realizará un compromiso individual de forma voluntaria, el cual se basará en hacer mejor uso de la comunicación.



Corporación
UNIVERSITARIA EMPRESARIAL
Alexander von Humboldt

FICHA TÉCNICA TALLER # 12

Taller: “Si a la meta quieres llegar, una buena decisión debes tomar”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Toma de decisiones.

Objetivos:

- Facilitar herramientas para una adecuada toma de decisiones en los momentos que se ameriten.
- Desarrollar habilidades específicas que permitan una toma de decisiones asertiva.

Ejes temáticos:

Para la siguiente actividad se tomarán los siguientes pasos que determinan una adecuada toma de decisiones, los cuales son:

- Identificación del problema.
- Análisis del problema.
- Evaluación o estudio de opciones o alternativas.
- Selección de la mejor opción.
- Poner en práctica las medidas tomadas.
- Evaluar el resultado.

Desde el proceso de toma de decisiones se especifican cinco pasos claves para dicha toma de decisiones, estos son:

- Fijar objetivos: Aquí debes definir el objetivo de la decisión y considerar qué resultados alcanzarás. En algunos casos
- Buscar información: Debes tener suficiente Información para poder elegir.
- Identificar soluciones alternativas: Es importante “ver” o “percibir” todas las opciones posibles: algunas son obvias, otras tienen que deducirse lógicamente, mientras que unas terceras requieren alguna respuesta más creativa.
- Evaluar las opciones: Este paso supone determinar en qué medida las opciones de decisiones responden a los objetivos definidos previamente.
- Elegir la mejor opción: Después de la evaluación se elige la “mejor” opción usando diversas técnicas y métodos.

La toma de decisiones es el proceso para identificar y seleccionar un curso de acción, está enfocada bajo los parámetros de la teoría de juegos y la del caos. (Freeman, Gilbert. SF).

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Cuerda.
- Hojas.
- Lápices.
- Lapiceros.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

La actividad de romper el hielo se denomina autorretrato, para esta, se les pasará a cada uno de los integrantes una hoja y un lápiz o lapicero para que dibujen un retrato propio en base a la forma que se perciban. Posterior a ello se reúnen todos los autorretratos y en grupo se intentara descifrar quien es la persona del retrato.

Seguidamente se realizará una pre-evaluación en la cual se explorará con relación al concepto de toma de decisiones, así como dar cuenta de cuál es la forma en que toman las decisiones los participantes habitualmente.

- Tarea:

Para la actividad se dividirá a los participantes por equipos de máximo 10 personas, este grupo de personas va a estar atadas unas a otras por la cintura y de manera lineal y se le entregara a cada grupo un listado con pistas de donde se encuentran los pasos para la toma adecuada de decisiones. Se deben reunir los pasos correspondientes y construir la oración que finalmente se armará con la finalidad de los pasos. Finalmente deberán argumentar cual es el proceso adecuado para la toma de decisiones.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará una post evaluación a manera de socialización, en la cual se retroalimentará los conocimientos adquiridos durante la actividad.

FICHA TÉCNICA TALLER # 13

Taller: “¿Cómo es la influencia de mis padres y/o acudientes en mi orientación vocacional?”.

Temática: Orientación vocacional.

Tema: Influencia de padres y/o acudientes.

Objetivo:

- Movilizar a los estudiantes de media vocacional de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey a darse cuenta de cuál es la influencia que tienen sus padres y/o acudientes en su orientación vocacional.

Ejes temáticos:

La influencia de los padres en la elección de la carrera de sus hijos

Existe una amplia demanda de carreras profesionales en el mercado, lo que se convierte en una de las razones para que algunos jóvenes, a punto de graduarse del colegio, tengan confusiones acerca de lo que quieren estudiar.

Para este momento de elección de carrera y/o vocación, en algunos casos son los padres quienes mediante la orientación, los ayudan a decidir cuál camino escoger. Ya sea a partir de sus propias experiencias, que estén relacionadas con algún miembro de la familia, o bien una sabia decisión de acuerdo a la vocación del menor. Por ejemplo frases comunes

como: serías el primer arquitecto de la familia, o, cómo me hubiera gustado estudiar ingeniería, entre otros.

El joven, tras escuchar este tipo de ‘peticiones’ por parte de los padres, incluye dichas sugerencias dentro de las posibilidades. Ante esto, Litmanovich, especialista en temas de orientación vocacional ocupacional que analiza los vínculos entre padres y jóvenes universitarios, asegura que en muchos casos se da una especie de invasión.

“Cuando los padres sobreprotegen a sus hijos no les dejan el lugar de protagonistas que les permite conectarse con sus proyectos de vida. Terminan por suplantar ese rol”, expresa agregando que lo más recomendable al momento de intentar ‘orientar’ a los menores es tener un diálogo adulto sin confusión de roles ni suplantación de protagonismos. Que sea un acompañamiento, pero que el mismo joven decida.

Es importante señalar que dejar al joven tener autonomía respecto a lo que quiere para su vida sin manipulación alguna es muy positivo. Tal vez para el padre la medicina es un oficio en el cual el joven en el futuro tendrá que hacer muchos sacrificios como por ejemplo los turnos nocturnos y el poco tiempo para ver a su familia. ¿Pero y si para el menor el salvar vidas y el entender el funcionamiento del cuerpo humano es su pasión?

De igual forma, es de relevancia no dejarse llevar por tradiciones familiares. En los casos de familias con tradición, es decir, por ejemplo, que todos los hombres son abogados, y las mujeres se han dedicado a la administración de empresas, la situación se torna aún más complicada. El niño puede sentir que si toma una opción diferente puede cambiarle el rumbo a la familia.

Un padre puede verse tentado a guiar a su hijo, a su manera, gracias a los triunfos o fracasos que este haya tenido en tiempos previos. Por ejemplo, si el padre sufrió porque de joven no pudo estudiar criminalística por tener que trabajar, es posible que impulse a su hijo a convertir en realidad el sueño que él no pudo vivir, aunque tal vez ese no sea el sueño del menor, viéndose de esta forma una influencia negativa del padre hacia el menor.

En este orden de ideas, vale mencionar que la orientación de los padres no siempre tiene que ser negativa, dado que estos son personas que tienen ciertas experiencias preliminares y ya pasaron por el momento de elegir su profesión y/o vocación, de lo que se debe y lo que no tener en cuenta al momento de tomar una decisión final, por tanto escucharlos es muy importante.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Bufanda.
- Pelucas.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.

- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes de media vocacional del colegio Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

En ésta actividad los estudiantes deben escribir su nombre en un papel y meterlo en una bolsa. Posteriormente el moderador se encarga de darle a cada miembro del grupo uno de los papeles que contienen el nombre de alguno de los alumnos, para así quedar de forma aleatoria. Seguidamente, un voluntario se parará al frente y describirá a la persona a la que ha sacado y el resto del grupo deberá adivinar quién es. Ulterior a ello, la persona que fue descrita, también describe a su

asignando y así sucesivamente hasta que todos salen al frente a describir a su compañero.

- Tarea:

Para la siguiente actividad se dividirá el grupo en tres y se les asignará una situación particular la cual deben dramatizar. Este dramatizado debe contener un inicio, nudo y desenlace. Las situaciones son:

1. Familia que influye a su hijo a estudiar lo que ellos quieran.
2. Familia que apoya a su hijo a estudiar lo que él quiera y con lo que se sienta a gusto.
3. Familia que no se preocupa por lo que su hijo vaya a estudiar.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Posterior a esto se realizará una socialización en la cual cada uno contará que percibió de las dramatizaciones, así como expresar si se identifica con alguna de las situaciones expuestas. Se debatirán dudas e inquietudes y finalmente se indagará sobre el proyecto de vida de cada uno de los alumnos.

FICHA TÉCNICA TALLER #14

Taller: “Fortaleciendo vínculos con mis compañeros de trabajo”.

Temática: Taller de sensibilización para mejorar relación de los miembros del plantel educativo Gimnasio Santo Rey.

Objetivos:

- Fomentar un espacio ameno para el fortalecimiento de vínculos entre los miembros del plantel educativo Gimnasio Santo Rey.
- Sensibilizar a los miembros del plantel educativo Gimnasio Santo Rey sobre la importancia de fortalecer vínculos entre compañeros de trabajo.

Materiales:

- Adivinanzas impresas en cartulina.
- Bombones.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Realización del Taller.

- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Docentes y directivos Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 10 minutos.
- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 10 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

En ésta actividad se propone en primer lugar una formación en círculo de las integrantes del grupo, posteriormente se enumeran de forma consecutiva. Tras haber realizado la enumeración se inicia con la implementación del ritmo chocando las palmas contra los muslos y aplaudiendo tal y como lo indique el facilitador guía de la actividad. Tras implementar el ritmo se adiciona de manera rítmica el número al cual se le quiere pasar el turno, chocando los muslos para decir el número propio y las palmas para decir el número a seguir. Aquel que pierda debe pasar al último lugar, mientras que quien gane avanza una posición hasta llegar al primer lugar.

- Tarea:

Los participantes serán divididos en parejas, por medio de una actividad que se llama “une la adivinanza”, la cual consiste en dar a la mitad de los participantes del grupo una cartulina con una adivinanza y a la otra mitad, un dibujo que representa la respuesta de ella. El grupo deberá encontrar a la persona que tenga la respuesta de su adivinanza y así quedar en parejas.

Realizada la actividad anterior, a las parejas se les asignará una emoción particular, de acuerdo a esa asignación deberán contar una historia a su compañero. Al finalizar de contar las historias, cada grupo tendrá un espacio para socializarlas. Cada pareja contará la historia que le expresó su compañero, para así fomentar la escucha activa.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará un debate en donde los miembros expresen lo percibido en la actividad y lograr dar cuenta de lo importante que es conocer aspectos particulares de las personas con las cuales trabajan.

De igual forma se les pedirá su percepción de la actividad realizada, así como el manejo dado por parte del moderador.

FICHA TÉCNICA TALLER # 15

Nombre: “Expresaré mis emociones correctamente”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Manejo de emociones y sentimientos.

Objetivos:

- Reconocer e identificar emociones y sentimientos inadecuados recurrentes en los salones de clase de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey, con el fin de solucionarlos de manera indicada para evitar conflictos.
- Comprender las causas que producen nuestras emociones y sentimientos.
- Aprender a controlar de manera adecuada la expresión de mis emociones negativas.

Ejes temáticos:

- Manejo de emociones y sentimientos.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Hoja y lápiz.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Calentamiento: 15 minutos.
- Tarea: 30 minutos.
- Cierre: 15 minutos.

Técnicas:

- Calentamiento:

Para iniciar la actividad se escogerá al azar 5 integrantes del salón con la lista del grupo correspondiente, y otros 5 estudiantes escogidos por el dirigente del taller harán la imitación del compañero sin hablar, utilizando gestos,

comportamientos, emociones y sentimientos que lo caractericen. El resto de alumnos tendrá la tarea de identificar quienes son los compañeros a los cuales se está imitando.

- Tarea:

Como actividad central se darán a conocer los conceptos de emociones y sentimientos y se reforzará la comunicación asertiva, la idea es que en grupos de 5 estudiantes identifiquen una situación que haya ocurrido en el salón de clases y hagan la dramatización de ésta, después, encontraran los sentimientos y emociones que se pueden identificar y la manera indicada en la que se podría solucionar la dificultad, todo esto trabajando en los grupos inicialmente conformados.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Posterior a esto se realizará una socialización sobre lo que han reflexionado sobre el tema, que han aprendido, que no ha quedado claro y aportes que quieran hacer sobre el tema.

FICHA TÉCNICA TALLER #16

Taller: “Poniéndome en los zapatos del otro”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Empatía.

Objetivos:

- Movilizar a los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey a entender la importancia de ponerse en los zapatos del otro.
- Sensibilizar a los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey sobre la importancia de fortalecer vínculos entre compañeros de clase.

Materiales:

- Adivinanzas impresas en cartulina.
- Bombones.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.

- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Caldeamiento: 10 minutos.
- Tarea: 40 minutos.
- Cierre: 10 minutos.

Técnicas:

- Caldeamiento: Lluvia de ideas /Actividad para romper hielo.

En ésta actividad se propone en primer lugar una formación en círculo de las integrantes del grupo, posteriormente se enumeran de forma consecutiva. Tras haber realizado la enumeración se inicia con la implementación del ritmo chocando las palmas contra los muslos y aplaudiendo tal y como lo indique el facilitador guía de la actividad. Tras implementar el ritmo se adiciona de manera rítmica el número al cual se le quiere pasar el turno, chocando los muslos para decir el número propio y

las palmas para decir el número a seguir. Aquel que pierda debe pasar al último lugar, mientras que quien gane avanza una posición hasta llegar al primer lugar.

- Tarea:

Los participantes serán divididos en parejas, por medio de una actividad que se llama “une la adivinanza”, la cual consiste en dar a la mitad de los participantes del grupo una cartulina con una adivinanza y a la otra mitad, un dibujo que representa la respuesta de ella. El grupo deberá encontrar a la persona que tenga la respuesta de su adivinanza y así quedar en parejas.

Realizada la actividad anterior, a las parejas se les asignará una emoción particular, de acuerdo a esa asignación deberán contar una historia a su compañero. Al finalizar de contar las historias, cada grupo tendrá un espacio para socializarlas. Cada pareja contará la historia que le expresó su compañero, para así fomentar la escucha activa.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Finalmente se realizará un debate en donde los miembros expresen lo percibido en la actividad y lograr dar cuenta de lo importante que es conocer aspectos particulares de las personas con las cuales estudian.

De igual forma se les pedirá su percepción de la actividad realizada, así como el manejo dado por parte del moderador.

FICHA TÉCNICA TALLER # 17

Taller: “¿A solucionar problemas se dijo!”.

Temática: Habilidades para la vida.

Tema: Resolución de conflictos.

Objetivos:

- Generar estrategias que permitan la implementación de herramientas de resolución de conflictos en los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey.
- Promover un adecuado desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos.

Ejes temáticos:

El problema del conflicto ha sido abordado desde múltiples disciplinas y ciencias. “El conflicto es el proceso cognitivo-emocional en el que dos individuos perciben metas incompatibles dentro de su relación de interdependencia y el deseo de resolver sus diferencias de poder” (Redorta, 2007: 31). Se puede mencionar que los conflictos hacen parte del desarrollo normal del ser humano, dado esto se considera relevante implementar herramientas para la adecuada resolución de estos.

La resolución de los conflictos es pues, aquella rama de las ciencias políticas que pretende dirimir los antagonismos que se susciten tanto en el orden local como en el global, sin excluir la violencia como uno de sus métodos; fundamentando su análisis en el ámbito

social del lugar donde se produce el conflicto. Se usarán los pasos principales que llevan a una adecuada resolución de conflictos como lo son:

- La necesidad de hallar salidas constructivas al conflicto.
- Canalizar el uso de la violencia.
- Tener una respuesta efectiva frente al conflicto.

Materiales:

- Marcador y borrador de tablero.
- Computador portátil.
- Video Beam.
- Chokolatina.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Realización de actividad para romper el hielo.
- Evaluación previa de conceptos.
- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.

- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 50 minutos.
- Cierre: 10 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Para la actividad central, se realizará el juego denominado “Quién quiere ser millonario”, con preguntas relacionadas con la temática de resolución de conflictos, así como con casos hipotéticos a los cuales deben responder con una única respuesta. Para este taller, se realizarán diversos grupos de 4 personas y cada grupo contará con una hoja de respuestas. El grupo ganador, será premiado con una chocolatina.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Seguidamente se realizará un conversatorio en el cual se aclararán temáticas, conceptos y de manera colectiva los estudiantes crearán una definición propia de la resolución de conflictos. Se concluirá la actividad y se realizará un compromiso

individual de forma voluntaria, el cual se basará en hacer mejor uso de la resolución de conflictos.



Corporación
UNIVERSITARIA EMPRESARIAL
Alexander von Humboldt

FICHA TÉCNICA TALLER # 18

Taller: “Reflexionemos del buen cine”.

Temática: Orientación vocacional.

Objetivo:

- Presentar a los estudiantes de media vocacional de la Institución Educativa Gimnasio Santo Rey la película *Manos Milagrosas*, con el fin de que reflexionen temas relacionados con la orientación vocacional.

Materiales:

- Computador portátil.
- Video Beam.
- Película “*Manos Milagrosas: La Historia de Ben Carson*” del director Thomas Carter.

Metodología:

- Bienvenida /Saludo / Presentación.
- Presentación de los objetivos.
- Dar a conocer el consentimiento Informado y firmas.
- Evaluación previa de conceptos.

- Realización del Taller.
- Debate /Evaluación posterior.
- Conclusiones.
- Cierre.

Población: Estudiantes de media vocacional del colegio Gimnasio Santo Rey.

Duración de la sesión:

- Tarea: 120 minutos.

Técnicas:

- Tarea:

Se presentará la película “Manos Milagrosas: La Historia de Ben Carson”

del director Thomas Carter.

- Cierre: Conclusiones /Compromiso.

Posterior a esto se realizará una socialización en la cual cada uno contará que percibió de la película. Se realizará un debate general y se dará por terminada la actividad.

BIBLIOGRAFÍA

Marvenco. (s.f) “comunicación asertiva. Habilidades para su desarrollo”: Bogotá-Colombia. Recuperado de <http://marvenco.com/wp-content/uploads/2009/09/COMUNICACION-ASERTIVA.pdf>

Tesser, Felson, Suls. (2000). “El Autoconcepto”. Recuperado de: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/gonzalez_c_ci/capitulo1.pdf

Navaro. Recuperado de: http://www.upb.edu.co/pls/portal/docs/PAGE/GPV2_UPB_MEDELLIN/PGV2_M110_PASTORAL/PGV2_M120030_LIDERES/PGV2_M120030070_ENCUESTRO/11-LAS%207%20LEYES.PDF

Tgestiona. (s.f) “autoconocimiento y auto desarrollo” recuperado de http://planetatelefonica.com.ar/learningisplay/files/2011/01/Material_II.pdf

Recuperado de <http://www.psicocode.com/resumenes/13educacion.pdf>

Recuperado de <http://www.elmejorcompartir.com/2010/05/10-excelentes-dinamicas-para-romper-el.html>