



Los adolescentes exploran sus fortalezas y recursos a través del dibujo.



2/5



1/5



2/5



45 min



Resumen de la actividad

Propósito

Descubrir la identidad personal mediante el dibujo creativo de sus fortalezas.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Expresar fortalezas a través del dibujo.
- ▶ Realizar el recorrido por la galería.

Aptitudes

Esperanza en el futuro y establecer objetivos.

Funciona bien para

Adolescentes que puedan beneficiarse del aprendizaje de sus fortalezas y recursos.

Fase

Conocerse a sí mismo.

Antes

Esta sesión se puede beneficiar de la actividad **Siluetas**, en la que los adolescentes exploran las fortalezas de sus compañeros a través del dibujo.

Después

Los adolescentes dan seguimiento al establecer metas o actividades de planificación para aprovechar las fortalezas que identifiquen.

Preparación

Dibuje un círculo grande en una hoja de rotafolio. Mediante la Herramienta: **recorrido por la galería** y la actividad de **Acordar las reglas** de grupo se brinda apoyo a las y los adolescentes con comentarios positivos mientras observan los dibujos de los compañeros.



Soy, tengo, puedo

1

Muestre el papel de rotafolio con el dibujo del círculo. Señale el círculo.

2

||| El facilitador dice:

“En un minuto, les pediré que dibujen en su papel un círculo de este mismo tamaño. Este círculo le representa a usted y a quién usted es.”

3

Escriba **YO SOY**, dentro del círculo.

4

||| El facilitador dice:

“Todos nosotros podemos terminar esta oración de muchas maneras. ¿Cuáles serían algunas de estas maneras?” (Pida a los adolescentes que compartan sus respuestas).

5

Escriba **YO TENGO**, en el lado izquierdo o derecho del círculo.

6

||| El facilitador dice:

“Todos nosotros tenemos cerca personas y elementos que pueden ayudarnos. Hemos escrito **YO TENGO** al lado del círculo porque lo que tenemos ahora está a nuestro alcance. ¿Cuáles serían algunos de estos elementos?” (Los adolescentes deben responder voluntariamente).

7

Escriba **YO PUEDO**, arriba del círculo, hacia la parte superior de la pizarra.

8

||| El facilitador dice:

“Todos nosotros conocemos acciones que podemos hacer no solo en el futuro, ahora mismo. He escrito esto en la parte superior de la pizarra porque lo que podemos hacer representa nuestras esperanzas y nuestro potencial. ¿Cuáles son algunas formas de terminar esta oración?” (Los adolescentes deben responder voluntariamente).

9

El facilitador dice:

“Ahora trate de pensar en tres cosas sobre quién es usted, qué tiene y qué puede hacer. Cuando esté listo, dibuje sus ideas dentro, alrededor y arriba de su círculo.”

Los adolescentes tendrán al menos 20 minutos (o el tiempo que deseen) para trabajar en sus dibujos.

Después que hayan completado sus dibujos, dispóngalos y organice un recorrido por la galería.

10

||| El facilitador dice:

“Sus dibujos representan sus fortalezas. Cuando miramos cada dibujo, vemos las fortalezas de cada persona de nuestro grupo. Cuando los vemos juntos, vemos las fortalezas de todo nuestro Círculo.”

Compartir y Llevarse consigo:

11

Analice:

- ▶ ¿Quiénes somos? Pida a los adolescentes que den algunos ejemplos de quiénes son y de quiénes creen que están representados en su “Círculo”.
- ▶ ¿Qué tenemos? Pida a los adolescentes que mencionen algunos ejemplos.
- ▶ ¿Qué podemos hacer? Pida a los adolescentes algunos ejemplos.

12

||| El facilitador dice:

“Recuerde que las fortalezas son como los músculos. Tenemos que seguir ejercitándolos para mantenerlos fuertes. Mientras trabajamos juntos como “Círculo”, enfoquémonos en reconocer nuestras fortalezas, ejercitándolas para fortalecerlas y usándolas para alcanzar nuestras metas.”



Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Permita que los adolescentes respondan a preguntas sobre su identidad de la manera que quieran, incluso pueden dibujar o escribir.
- ✓ Aliéntelos a enfocarse en sus fortalezas y recursos.
- ✗ No permita que nadie se quede fuera del Círculo.
- ✗ No regañe o corrija a los adolescentes en caso de que expresaran ideas sobre quiénes son, qué tienen y qué pueden hacer que parecieran poco realistas o inexactas.

Adaptación

Los adolescentes escriben historias sobre quiénes son, qué tienen y qué pueden hacer.

Entorno

Espacio interior o exterior.

Suministros

Una hoja de papel de dibujo grande por adolescente y marcadores o lápices de colores.

Improvisar

Los adolescentes exploran y expresan **quiénes son, qué tienen y qué pueden hacer** a través de otros medios, como el collage, la escritura creativa o la poesía.

Continuar

Los adolescentes pueden trabajar en actividades o proyectos de seguimiento que contribuyan a desarrollar sus fortalezas y a lograr sus objetivos de acuerdo con las posibilidades del Yo puedo que hayan identificado.