

TUTORIA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Sesión 1

5th
SECONDARY

¿QUIÉN SOY YO?



NORMAS DE CONVIVENCIA

- Pedir la palabra antes de hablar.
- Ser puntual y constante a lo largo del proceso educativo.
- Expresarse a través de un lenguaje educado.
- La higiene es fundamental.
- Moderar el uso de aparatos electrónicos.
- Levantar la mano para hablar.
- Cuidar y proteger los materiales de clase.
- Decir “Por favor” y “Gracias”
- Delimitar los espacios de estudio y de juego
- Mantener el orden al entrar, salir y durante la permanencia en el aula de clase.





Martha

visto por última vez hoy a las 13:25



Martha: Hola, Luis. Soy Martha, de Huancavelica. Nos conocimos en el encuentro virtual de adolescentes. Espero te encuentres bien.



Luis: ¡Martha! Tú eres la chica que nos contó que su mamá y su hermano mayor se dedican a tejer mantos de lana de oveja y tu abuelita les cuenta historias increíbles.



Martha: ¡Síii, tienes buena memoria! Tú eres el chico que sabe bailar música afroperuana y toca cajón.

Luis: Ya no sé si eso sea cierto...

Martha: ¡Que pasó! ¿Por qué dices eso? ¿Dónde quedó la actitud que mostraste en el encuentro?

Luis: ¿Actitud?

Martha: Sí, cuando te escuché hablar de ti, te sentí bien seguro de ti mismo, de lo que tienes y quieres para tu vida.



Luis: Mmm, es que estoy bajoneado; me presenté en un concurso de baile virtual y no me aceptaron porque querían que usara una vestimenta que a mí no me gusta.

Martha: Sí te entiendo, debe de ser feo que alguien te presione a hacer algo que tú no quieres. Pero animate, lo importante es que no tiene nada que ver con tu habilidad para el baile, tú eres bueno en eso.

Leamos con atención el siguiente caso

Luis: Tienes razón, gracias por escribirme eso, eres genial.

Martha: Gracias por lo de genial, pero la verdad soy un poco tímida y quisiera ser más desenvuelta, ¡así como tú! Me refiero a desenvolverme mejor en público.



Luis: Pero ser tímida, pienso yo, tampoco es malo. Por ejemplo, yo soy extrovertido y es que en mi casa todos somos así, creo que lo aprendimos de papá, desde pequeños nos hacía participar en todo.

Martha: Sí, puede que tengas razón. En mi familia hablamos poco, mi mamá no habla mucho, ella dice que es vergonzosa y mi papá es de pocas palabras, pero con sus ejemplos nos enseñan muchas cosas como lo del tejido.

Luis: Entonces, quizás, eso ha influido en ti, y no quiere decir que eso sea definitivo. Para que te sientas más tranquila, te aconsejo que lo converses con tu tutora o tutor de tu cole. A mí me ayudan un montón.

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas

- ✓ ¿Qué opinas sobre cada uno de los personajes, y de sus características personales?.
- ✓ ¿Con cual de ellos te identificas?.
- ✓ ¿Cambiarías algunas características tuyas para lograr tus sueños?.
- ✓ ¿Crees que hay personas, lugares o momentos que influido en tu forma de ser?.
- ✓ ¿Porqué?.



¿QUIÉN SOY YO?

¿Qué es la identidad?

Es única, características propias de una persona

Se construye en la interacción socio-cultural

Generamos sentido de pertenencia con quienes tenemos características en común

Se desarrolla desde la niñez (*cuando se es consciente de la propia existencia*) y se consolida en la adultez (*cuando sabemos el lugar que se ocupa en la sociedad*)

Determina el carácter, el temperamento, las actitudes y los intereses de la persona.



¿QUIÉN SOY YO?

Importancia :

- ✓ Se determina la calidad y la manera de ver y de vivir
- ✓ Sabemos quiénes somos, a donde voy y de dónde v
- ✓ Apreciamos nuestra individualidad
- ✓ Nos aceptarnos tal y como somos.
- ✓ Expreso con libertad
- ✓ Permite cumplir con el propósito de vida.
- ✓ Respetar la individualidad de los demás
- ✓ Desarrollo de nuestro potencial.



¿QUIÉN SOY YO?

Recomendaciones:

Para afianzar nuestra identidad es necesario que nos conozcamos, valoremos, sepamos quienes somos, de donde venimos y hacia donde vamos.

La identidad responde a formas particulares de pensar, sentir y actuar y al modo como nos posicionamos en el mundo que nos rodea.

Ponemos en práctica lo aprendido

¿Quién soy yo?

¿Quién quiero ser yo?

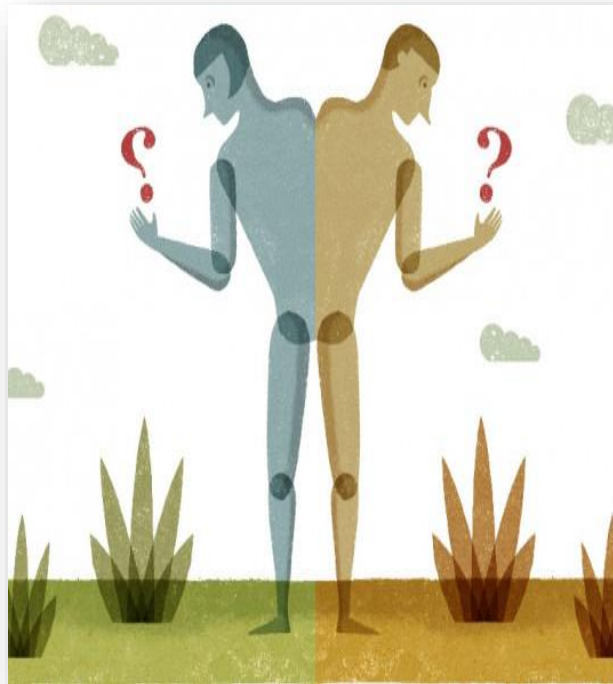
Imaginemos que estas frente a un espejo. Mira tu interior y responde las siguientes preguntas.



¿QUIÉN SOY YO?

¿Cuáles son mis características físicas?
¿Qué cosa me gusta hacer desde que era niño?

¿En qué soy buen@ (habilidades o talentos)?
¿Dónde lo aprendí?
¿Qué personas son importantes en mi vida e influyen en quién soy ahora?



¿Cómo es mi forma de ser?
¿En qué creo?
¿Por qué es importante para mí?

¿Qué aspectos personales debo mejorar?
Hay algo que me gustaría cambiar?
¿Qué oportunidades me ofrece la sociedad en la que vivo?

"Las cosas
que me hacen

diferente

son las cosas que me hacen

quien soy."