

¿Los jóvenes tenemos poder?

El MetaHumano nos cuenta que, al principio, él creía que su voz no sería escuchada y sentía que era difícil tener un impacto positivo en su entorno.

- **¿Alguna vez te has sentido como el MetaHumano?**
Describe una situación en la que hayas sentido que tu voz no sería escuchada.
- **¿Crees que, como joven, es fácil o difícil que los demás te escuchen?**

Luego de responder las preguntas anteriores, **escribe tres creencias que tienes** respecto a tu rol como joven y el impacto que puedes tener en tu comunidad o en la sociedad.

- ¿Qué experiencias te han llevado a formar esas creencias? Es importante que expliques qué experiencia te llevó a cada creencia.
 - i. Por ejemplo, tal vez un profesor te hizo sentir que tu opinión no importaba, o tus padres no solían incluirte en las decisiones familiares.
 - ii. O, por el contrario, puede que ya te sientas empoderado, convencido de que tu voz es importante y has encontrado formas de hacerla escuchar a pesar de los desafíos.

Yo solía creer:

1. _____

2. _____

3. _____

El MetaHumano nos cuenta que fue al identificar un problema y buscar una solución cuando **se dio cuenta del poder que tenía para hacer realidad los cambios que visualizaba.**

- Imagina que un día en la escuela tuviste una idea para mejorar las instalaciones, pero nadie te prestó atención. **¿Cómo te sentiste?**
- Ahora, piensa: si hubieras insistido o buscado otra manera de comunicar tu idea, **¿qué crees que habría pasado?**

Recuerda que siempre hay maneras de hacer que tu voz sea escuchada.

- Reflexiona sobre una vez en la que quisiste llevar a cabo una idea pero nadie te escucho. Escribe un poco sobre ese recuerdo y luego imagina un final diferente: uno en

el que lograste transmitir tu mensaje y generaste un cambio positivo. **¿Cómo se sintió ese triunfo?**

Al final del video, el MetaHumano te hace una pregunta:

¿Cómo puedes usar tu poder?

Nos dio **una fórmula** para hacer realidad los cambios que deseamos:

1. **Visualízalo**
2. **Piénsalo**
3. **Trabájalo**

Piensa en alguna mejora que te gustaría ver... aplica la formula que te dio el MetaHumano.

1. **Visualiza el cambio**

Imagina que viajas al futuro y ese cambio ya es una realidad. **¿Qué lograste?**
Escríbelo.

2. **Piénsalo**

Ahora que has visualizado el futuro y sabes lo que quieres lograr, piensa en los pasos necesarios para alcanzarlo.

¿Qué necesitas hacer? ¿Quién te puede ayudar?

¿Qué oportunidades tienes a tu alrededor? ¿Qué puertas necesitas tocar?

3. **Trabájalo**

Toma una hoja de papel y escribe 10 acciones que, si las tomas, te acercarán a lograr lo que deseas.

Puede que necesites contactar a cierta persona, o pedir ayuda a tus amigos porque el cambio que buscas requiere trabajo en equipo.

Para organizar mejor tus ideas, puedes comenzar por formular un simple plan de acción en base a estos tres puntos.

- a. **Mi mejora deseada:**

Acción concreta que voy a tomar esta semana:

- b. **Recursos o personas que me pueden ayudar:**

¡El primer paso importa!

Ahora que has reflexionado sobre **tu poder para generar cambios**, **¿qué pequeño paso podrías dar hoy para comenzar a transformar tu entorno?**

Recuerda que no es necesario empezar con grandes acciones; lo importante es dar el primer paso.

Estamos seguros de que, así como el MetaHumano logró que su escuela tuviera basureros dignos, **tú también puedes usar tu poder para hacer realidad la mejora que deseas ver.**