

REGISTRO INDIVIDUAL	
PERFIL	ANIMADORA CULTURAL
NOMBRE	INGRID TATIANA PARRA GOMEZ
FECHA	Junio 30 DE 2018
OBJETIVO: Correlacionar la praxis de las artes con los elementos constitutivos de la cultura comunitaria, de modo que puedan leerse en la cotidianidad los elementos artísticos implícitos o explícitos y hacer con ellos representaciones estéticas	
1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	El árbol de la vida
2. POBLACIÓN QUE INVOLUCRA	Comunidad de Decepaz, mujeres jóvenes, adultos y adultos mayores
3. PROPÓSITO FORMATIVO	
<p>La técnica del <i>Árbol de la Vida</i>, es una sencilla herramienta utilizada en los procesos de Orientación Personal. Es una herramienta de autoconocimiento de forma muy gráfica, nos hace reflexionar sobre nosotros mismos, nuestros valores, acciones y metas que queremos conseguir. A través del dibujo de un árbol y la reflexión personal, hacemos un recorrido por nuestra vida, nuestro pasado, presente y futuro y nos invita a reflexionar sobre aquellos errores que hemos cometido y aquellas actitudes y acciones que debemos llevar a cabo para llegar a dónde realmente queremos llegar.</p>	
4. FASES Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	
<p>Actividad el árbol de la vida Tiempo actividad: 1 y 30 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relajación y creatividad <p>En esta primera fase del taller se introduce mediante una actividad de relajación donde por medio de la música con sonidos de naturaleza se convoca a los asistentes a se relajen, cierran sus ojos y comiencen a imaginar un sendero con diferentes flores, un río y finalmente un árbol que se construye desde la raíz, el tallo, las ramas y los frutos, todo esto es guiado por la facilitadora del taller (animadora).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilización con el material de trabajo <p>Se repartió a todas las asistentes un cuarto de papel kraf, pinturas de diferentes colores, pinceles, lápices para la elaboración del árbol.</p>	

- Construcción del árbol de la vida

Le damos una hoja de papel kraft a la persona y le decimos que dibuje el árbol que se imaginaron en la primera parte del ejercicio, con raíces, tronco, copa y frutos. No hace falta que sea muy elaborado, algo sencillo, pero sin coartar la libertad y creatividad de cada uno.

Le explicamos que las raíces que ha dibujado simbolizan sus valores, motivaciones e identidad; el tronco simboliza el camino que seguimos en nuestra vida, es decir, nuestras fortalezas, cualidades y apoyos. Por último, la copa y los frutos, representan los logros, metas y frutos que queremos alcanzar en nuestra vida.

- Espacio de reflexión

Trabajo de reflexión personal y pensar qué es lo que pondríamos en cada una de las partes del árbol. Por ejemplo, en la copa del árbol, la persona deberá escribir cuáles son sus metas y objetivos. Tienen que ser realistas y a corto-medio plazo. En la parte del tronco, la persona deberá reflexionar y escribir cuales cree que son sus puntos fuertes, es decir, en que se va a apoyar para conseguir sus metas. Por último, en las raíces la persona debería reflexionar sobre los valores que han guiado y guían su vida.

Esta parte fue muy significativa debido a que los participantes pudieron hacer reflexiones significativas sobre las historias de vida y dejando fluir sus emociones.

Logros

- Reflexiones personales sobre nuestra familia
- Los sueños que aún se pueden conseguir
- Trabajo de fortalecimiento de nuestras debilidades y fortalezas
- Sensibilización sobre los valores familiares y pérdidas
- Sensibilización con la técnica de dibujo e utilización de pinturas

Registro fotográfico





