

F.55 TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la Técnica: 1er Taller de Bienvenida 2017

Habilidad para la Vida: Relaciones Interpersonales / Autoconocimiento

Valor: Respeto

Objetivo: Realizar actividades que permitan la integración y el disfrute como apertura para el inicio del proceso

Descripción:

Actividad Inicial:

Ambientación:

De la cintura para abajo, de la cintura para arriba:

Descripción: (Juegos dirigidos)

Las participantes se ubican en círculo y se les pide piensen 2 valores o cualidades que las represente, para esto se da solo un par de minutos, cuando las participantes han identificado sus valores se les indica que se van a presentar así:” mi nombre es xxxx y de la cintura para arriba soy ...(nombran un valor o cualidad que las represente) y de la cintura para abajo (nombran un valor o cualidad que las represente), esto se repite hasta que todas las participantes se hayan presentado.



Hacia arriba soy Alegre



Hacia abajo soy Responsable

1. Siempre Dos Nunca Tres:

Descripción:

Esta actividad consiste que los participantes se formaran en parejas y algunas personas se quedaran solas con la intención de que estas vayan en busca de una pareja, una de las personas que está sin pareja es la lleva y las demás que también están solas deberán buscar una pareja, si alguien se le hace al lado de una pareja quien queda en el extremo deberá salir y buscar otra pareja distinta a la que ya tenía, haciendo lo mismo que es colocándose al lado de otra pareja.

El compañero que esta solo se roba la pareja que está con nosotros y así evitar quedar solo en algún momento del juego.



2. No hagas al otro:

La actividad consiste en entregar a cada participante un papel y lápiz y debe poner un reto a uno de sus compañeros; ejemplo: Yo Sara deseo que Camilo Realice el salto del sapito 10 Veces.

Luego de que cada participante tenga el reto escrito procede echan en una bolsa para luego el facilitador ir sacando aleatoriamente y leer el reto y la persona que puso el reto debe cumplir con el, permitiendo así que el participante antes de poner un reto piense si él lo haría en una próxima ocasión.

Se hace este proceso en repetidas ocasiones.

3. Reflexión:

En este espacio se realizaran las preguntas reflexivas a cerca de las actividades, sin hablar aun del valor y la habilidad evitando así generar un sesgo en los participantes nuevos para la aplicación de la encuesta.
(Ver preguntas Reflexivas)

Actividad Central:

1. Reencuadre para la encuesta :

Se les entregara la encuesta con los lápiz,

Se le indica a los participantes que no se está evaluando, que no hay preguntas malas o buenas, que lo único que se desea es conocer más la persona para desarrollar un mejor trabajo en el grupo

2. Aplicación Encuesta de autoconocimiento primera parte:

Descripción: Se realizara la aplicación de la encuesta en dos momentos

Momento 1: encontraremos preguntas de información general donde los participantes darán respuesta a:

Las siguientes son preguntas de información general, y su objetivo es que conozcas más sobre tu comportamiento, la forma en que ves la vida y la forma en que te relacionas con los otros para que reconozcas tus valores y habilidades.

Este cuestionario es personal y privado, las respuestas no son ni buenas ni malas así que responde con tranquilidad y sinceridad.

Recuerda que conocerse así mismo permite crecer y mejorar y mejorar la relación con los otros.

Se recibe la encuesta

Actividad Final:

Cierre:

Se realiza la invitación a los participantes para que continúen asistiendo de forma puntual y comprometida tanto a los talleres formativos como psicosociales de la fundación conconcreto para el 2017.

No se hace una reflexión profunda de las actividades; buscando que los participantes nuevos respondan de una forma natural la encuesta de impacto.

Normas:

- Respetar y cuidar el espacio
- Escucha Activa
- Respeto por el compañero
- Dejar el espacio limpio
- Utilización adecuada de los materiales.

COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA

(marca con una X la competencia y las habilidades a fortalecer con la técnica central)

Cognitivas	Manejo de las Emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo Emociones y sentimientos	Comunicación asertiva
Toma de decisiones		Relaciones interpersonales X
Solución de conflictos		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico		

Preguntas Reflexivas:

¿Cómo te sentiste?

¿Qué aprendiste?

¿Buscaron a alguien en especial para formar pareja?

¿Qué sientes al quedarte solo y tener que buscar un nuevo compañero?

¿Logro conocer mejor a sus compañeros por medio de esta actividad?

¿Cómo te pareció la encuesta?

Recurso Físico: Cerrado

No. de participantes: mínimo 15 máximo 50 niños y niñas		
Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Encuestas • Lapices • Fichas Bibliográficas • Marcadores • Cinta • Encuesta • Sacapuntas • Borradores 		
Variable: N.A		
OBSERVACIÓN Hace referencia al nivel de participación del coordinador en el desarrollo, seguimiento y evaluación de la técnica		
Nivel 1: ____ Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.	Nivel 2: X Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.	Nivel 3: ____ Es la participación externa del coordinador, donde solo se observa el desarrollo de la técnica, permitiéndole esto analizar la dinámica grupal
FIGURA O GRÁFICO		
Bibliografía – Autor – Anexos Adaptación equipo de trabajo Fundación Concreto.		

Anexo 1.
Encuesta



Estás recibiendo esta encuesta porque eres parte de un Programa de la Fundación Concreto

Por favor lee la siguiente información y responde la encuesta

Propósito de este estudio

- Entender como el Programa de la Fundación Concreto te ayuda para progresar en tu vida. Tu respuesta ayudará a que el programa sea mejor.

¿Qué se te preguntará en este estudio?

- Investigadores de Texas A&M University (USA) y London Metropolitan University (UK) diseñaron esta encuesta para preguntarte acerca de ti.
- No hay respuestas correctas o incorrectas. Por el contrario hay sólo respuestas honestas. Por ello, responde las preguntas tal y como eres y no de acuerdo a lo que crees debes responder.

Confidencialidad

- Tus respuestas no serán compartidas con nadie.
- Esta es una encuesta individual entonces por favor no discutas las respuestas con tus compañeros. No mires las respuestas de los otros, ni permitas que miren las tuyas.

Consentimiento

- Tu participación en este estudio es voluntaria. No hay ningún problema sino la quieres responder.
- Al retornar la encuesta diligenciada estás dando tu consentimiento de participar en este estudio.

Primera parte de la Encuesta:

Nombre						
Semillero						
Barrio						
Etnia	Blanco	Afro	Indígena	Mestizo	Mulato	Otra
Edad			Años en la Fundación			Fecha de la encuesta

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Pienso en las consecuencias de mi comportamiento antes de hacer algo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Pienso con tranquilidad antes de actuar	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Soy cuidadoso de no hacer algo de lo que después me voy a arrepentir	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Espero a tener todo claro antes de tomar una decisión	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Escucho con atención a todos los miembros del grupo cuando estamos tomando una decisión en equipo.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Analizo la opinión de los otros antes de tomar mis decisiones.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Reviso los aspectos positivos y negativos de cada opción que tengo antes de tomar una decisión.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Considero todas las posibilidades antes de tomar mi decisión final.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Puedo arreglármelas para resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Es fácil para mí esforzarme y cumplir mis objetivos y metas.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Enfrento con facilidad las situaciones que se me presentan en la vida.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Mi futuro depende principalmente de mí.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Puedo resolver los problemas que tengo.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Tengo control de lo que me pasa	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Constantemente me siento solo sin ayuda frente a los problemas que tengo.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Puedo hacer algo para cambiar los problemas que tengo.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Disfruto creando cosas nuevas y diferentes.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Constantemente encuentro formas diferentes de hacer las cosas.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Frecuentemente tengo ideas creativas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Soy una persona muy creativa	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Me interesa siempre descubrir más cosas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
---	---	-------	------------	---------	--------------	---------

2	Me gusta mucho explorar nuevas y diferentes cosas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Frecuentemente hago preguntas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Estoy siempre lleno de preguntas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Que tan frecuentemente aplica esta afirmación para tí?

1	Permito que mis amigos conozcan quién soy realmente	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Mis conversaciones son más conmigo mismo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Mis amigos pueden saber fácilmente si estoy feliz o triste.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Cumplo mis metas de comunicación.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Escucho atentamente cuando alguien está hablando.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Tengo a alguien que me escucha cuando tengo algún problema	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Me siento amado	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Dudo para decirle a mi familia y a mis amigos que los quiero	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Expreso con facilidad mis sentimientos a mi familia y amigos.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Me caracterizo por apoyar a los otros	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Respeto la opinión de mis compañeros aunque no esté de acuerdo con ella.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

3	Ayudo mucho cuando trabajo en equipo.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Cuando trabajo en equipo les doy a todos la misma oportunidad de participar.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Tengo muchos amigos	NINGUNO	POCOS	ALGUNOS	VARIOS	MUCHOS
3	Soy una persona que suele agradecer	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Pienso que es fácil conseguir amigos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Le agrado a la mayoría de las personas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Segunda parte de la Encuesta

Nombre		
Semillero		Barrio:

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Soy consciente de mis sentimientos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Soy consciente de mis pensamientos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Soy consciente de la forma en que actúo delante de otras personas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Soy consciente de la forma como me ven los otros	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Soy consciente de lo que los otros piensan de mí.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
6	Soy consciente de mis fortalezas y debilidades	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Entiendo y me doy cuenta fácilmente de los sentimientos de los otros	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Se lo que otros están sintiendo antes de que me lo cuenten.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Para mi es fácil entender las razones por las que mis amigos están tristes.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Hago cosas buenas por los demás aunque no me lo pidan	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Cuando me doy cuenta de que alguien está sufriendo me preocupo por esa persona	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Hago todo lo que puedo cuando veo a alguien que necesita ayuda	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Sé que decir para hacer sentir bien a la gente	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Mi temperamento se roba lo mejor de mí.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Hago cosas que sé que no debo hacer	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Controlo adecuadamente mi rabia	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Cuando siento que quiero hacer algo inmediatamente, puedo controlar mis impulsos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Soy capaz de hacer cosas para controlar mi tristeza	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
---	---	-------	------------	---------	--------------	---------

2	Soy capaz de controlar mis pensamientos negativos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Soy capaz de controlar mi ansiedad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Soy capaz de buscar cosas positivas cuando estoy ante una situación difícil	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Soy capaz de hacer cosas para controlar el estrés.	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las que siguientes afirmaciones?

1	Soy respetuoso con los demás	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Soy sincero conmigo mismo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Trato a los demás como quiero que me traten a mi	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Soy educado con las demás personas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Aplico mis valores	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
6	Respeto el medio ambiente en el que vivo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Suelo ser honesto aunque esto me traiga problemas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Soy honesto aun cuando sé que mentir me va evitar meterme en problemas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Digo la verdad aunque eso signifique que no voy a conseguir lo que quiero	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Las demás personas consideran que soy una persona confiable	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	La opinión de todos es igual de importante para mí	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Trato a todas las personas de manera justa aunque no me agraden	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Cuando alguien está siendo tratado de forma injusta, me levanto y lo apoyo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Trato a las personas de forma justa aunque no sean amigables	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Hago lo correcto aunque me molesten por eso	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Defiendo lo que está bien aun cuando tengo miedo de hacerlo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Cumplo con mis tareas aun cuando tengo muchos retos para cumplirlas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Levanto mi voz cuando veo que alguien está tratando mal a alguien	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Me hago responsable de las consecuencias de mis acciones	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	He vencido obstáculos para alcanzar mis metas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Siempre termino lo que empiezo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Los retos no me desaniman en la búsqueda de mis metas	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Soy un buen trabajador, me esfuerzo en lo que hago	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Me ven como una persona que logra lo que empieza	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Doy todo de mi cuando estoy realizando algo	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Me veo a mi mismo como un persona que se esfuerza por hacer las cosas bien	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Tengo mucha paciencia	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Me siento parte activa de mi comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Siento que pertenezco a mi comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Me siento conectado con mi comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Tengo muy buenas relaciones con las otras personas de mi comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Hago parte de las actividades de la comunidad de forma voluntaria	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
2	Considero que es importante devolverle buenas acciones a la comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Tengo en cuenta las consecuencias que mis acciones pueden generar en la comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
5	Motivo a los otros para que hagan acciones y actividades voluntarias en la comunidad	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Qué tanto te identificas con las siguientes afirmaciones?

1	Sé que vendrán cosas buenas para mi futuro	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
---	--	-------	------------	---------	--------------	---------

2	Aunque las cosas estén mal o difíciles, no pierdo mi esperanza	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
3	Tengo una mirada positiva del futuro	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
4	Tengo la seguridad de salir adelante de los malos momentos	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE

Este es el final de la encuesta
¡Gracias por sus respuestas!