

Autoconocimiento:

Lección 1 ¿Quién soy y qué valoro?

Foro

Encontrarás los comentarios destacados de los tutores Construye T plasmados en este espacio de discusión de las comunidades virtuales de asesoría.

Tutor Construye T:

AGUSTINA ORTIZ AGUIRRE

04 May, 20:15 hrs.

Hola a todos:

Después de aplicar la lección pudimos notar que a los alumnos les agrada hablar sobre sus emociones y las características que los conforman. En un primer momento, los docentes pensamos que los alumnos mostrarían un poco de resistencia al iniciar el programa construye-t pero sucedió lo contrario participaron grupalmente y realizaron las actividades de reflexión con entusiasmo. Esto indica que les gusta incluir contenidos diferentes en las clases y realizar actividades que les ayudan a madurar. Una de las variantes que mejor trabajaron fue la de “las personas que han estado ahí para mí”, evidentemente sus padres son un pilar fundamental en su formación.

Saludos cordiales

Agustina Ortiz

Tutor Construye T:

Belen Lopez Bobadilla

04 May, 18:45 hrs.

Buen día! Esta fue la experiencia obtenida durante la semana:

¿Cómo les ha ido con la implementación de las variaciones de la lección? Esta lección aborda ¿quién soy?, ahí es donde todo parte, el conocerte a ti mismo es una herramienta para enfrentar los retos que la vida te propone. El desarrollo de las lecciones fue organizado y fluido ya que cada asesor de campo se encargó de la aplicación de su variación.

¿Qué variaciones de la lección les han resultado más significativas a los estudiantes? Las variaciones que más significado han tenido es la 1.1 ¿Quién soy? y la 1.5 Las personas que han estado ahí para mí, ya que estas variaciones los estudiantes definen su personalidad lo que les gusta lo que no así como las personas que los apoyan en esos momentos buenos y malos, durante el desarrollo de estas lecciones los muchachos se mostraron participativos y activos a las actividades propuestas en la variación de la lección.

¿Qué dudas han surgido entre los docentes de su plantel? En nuestro plantel se ha dado un ambiente de colaboración para la aplicación de las lecciones Construye-T ya que todos los asesores están apoyando en esta actividad conformando un trabajo en equipo, las dudas o complicaciones que han surgido están relacionadas con el orden en la aplicación ya que por los tiempos de trabajo con los jóvenes no coincide con el orden de las variaciones, sin embargo se ha trabajado para sacar adelante el trabajo.

Esta es mi aportación, gracias por leerme. Saludos!

Tutor Construye T:

César Vázquez López

04 May, 19:23 hrs.

Buenas tardes compañeros. Durante la presente semana se realizaron las primeras actividades, en donde podemos responder las siguientes preguntas:

- ¿Cómo les ha ido con la implementación de las variaciones de la lección?

Pues al principio, los docentes tutores estaban un poco renuentes al aplicar la lección con sus variaciones, pero al platicar con ellos, sobre la importancia de hacer equipo para que nuestros jóvenes puedan desarrollar de la mejor manera sus habilidades emocionales, estuvieron de acuerdo en llevarlas a cabo, y distribuimos en cada uno de los grupos con su respectivo tutor cada una de dichas variantes de la lección 1.

- ¿Qué variaciones de la lección les han resultado más significativas a los estudiantes?

Yo creo que todas, puesto que cada una de ellas tiene sus propias condiciones que hace que los jóvenes puedan reflexionar sobre sus gustos, valores, fortalezas, debilidades, etc. además que lo realizaron con una participación muy activa, mostrando interés y respeto por los demás. De hecho fueron muy pocos los que se mostraron apáticos, pero poco a poco se fueron integrando.

- ¿Qué dudas han surgido entre los docentes de su plantel?

Creo que están necesitando un poco más de tiempo para llevar a cabo la actividad, ya que mencionan que en 20 minutos no alcanzan a realizarla y por lo tanto se prolongan un poco más.

También mencionan que si se van a estar haciendo cada semana, entonces para programarse mejor y tratar de ajustarse a los tiempos."(ya no deja escribir

Tutor Construye T:

MA INES ALEMAN ROMO

03 May, 09:49 hrs.

Buenos días, Compañeros y Asesor he revisado los materiales dirigidos a maestros y estudiantes, de cada una de las variables a implementar, es satisfactorio considerar al estudiante en su dimensión de quién es, que se reconozca como un ser afectivo, intelectual y proactivo en diferentes contextos, tarea a bien a implementar y proyectar su creatividad e inteligencia en pro de una realización personal y profesional en un núcleo familiar. El que encaminen sus emociones, sentimientos, conocimientos a forjarse un Quién soy, Quién Quiero ser y hacia dónde voy definitivamente toda una experiencia de vida. Saludos.

Tutor Construye T:

JOSE SALVADOR SERNA GONZALEZ

03 May, 23:36 hrs.

Buenas noches compañeros de este foro al igual que a nuestro asesor, soy el profesor José Salvador Serna González soy originario del estado de Guerrero, pertenezco a la Escuela Preparatoria No 35 de la UAGro, y respondiendo a los planteamientos realizados en este medio me gustaría participar con lo siguiente, considero que es muy importante conocernos a nosotros mismos debido a que nos va a permitir descubrir muchas cualidades, virtudes y quizás defectos que un primer momento los persivamos, y así poder tener una mejor perspectiva de nuestra personalidad, con este tipo de ejercicios podemos canalizar nuestros aciertos y seguir mejorándolos al igual que nuestros errores que nos permitirán trabajarlos para ser mejores personas, esto nos ayudará en su momento a tomar

decisiones importantes para un futuro venidero, además de tener la certeza de indentificar quien soy yo como persona.

Tutor Construye T:

LILIANA BARRERA RAMIREZ

17 Abr, 12:06 hrs.

Me parece que los contenidos de las lecciones son claros y "te llevan de la mano" en cuanto a lo que hay que hacer, pero creo que el tiempo que se dedica a las actividades es poco, sobre todo si el propósito es invitar a la reflexión. Me parece que lo más valioso de un programa destinado a desarrollar habilidades socioemocionales es fomentar la expresión de nuestro alumnado, lograr una buena escucha y promover la reflexión.

En cuanto a la pregunta ¿Para qué nos sirve conocer quiénes somos? Creo que es la pregunta fundamental para ir por la vida, pero haría énfasis en que se no se trata de un punto al que vayamos a llegar, sino de un proceso que estará en desarrollo continuo a lo largo de nuestra vida. No obstante, definitivamente hay cosas que podemos hacer para favorecer este autoconocimiento.

Tutor Construye T:

JUAN CHICO LEGORRETA

23 Mar, 11:25 hrs.

En el plantel se trabaja con las lecciones y sus variaciones, y nos hemos podido dar cuenta de que después de haber trabajado la lección, los alumnos se vuelven más comunicativos tratan de hacer un mejor ambiente dentro del salón, se muestran más abiertos con cada uno de los docentes y con sus compañeros, los docentes me preguntan cómo trabajaríamos las siguientes dos semanas ya que es periodo vacacional para los alumnos.

Tutor Construye T:

claudia torres bustamante

21 Mar, 18:36 hrs.

Hola Karla!

Definitivamente era necesario un curso de ésta índole. El hecho de poder “familiarizarnos” con nuestros alumnos al punto de la empatia, para descubrir todas las habilidades que ellos tienen, y saber dirigirlos para explotarlas en función del conocimiento, nos permitirá formar no tan solo mejores estudiantes sino mejores personas.

Felicidades!!

Claudia Torres

TBC Trojes de Alonso

¡Ahora sí! Compartan sus dudas, comentarios e inquietudes antes de implementar la Lección 1 de Autoconocimiento: “¿Quién soy?”

18 Mar, 22:17 hrs.

Antes de implementar la lección

Para: Toda la lección

Después de leer la lección y sus variaciones, debemos prepararnos para ponerla en práctica.

¿Tiene alguna duda sobre cómo implementar la lección con sus variaciones?

¿Le quedó claro los contenidos y las actividades a implementar?

Finalmente, comparta su opinión sobre: ¿Para qué nos sirve conocer quiénes somos?

Cuando deje su comentario, si gusta, díganos el estado, subsistema y plantel en el que se encuentra.

Nos leemos en la semana.

Tutor Construye T:

Hugo Rodriguez Martinez

20 Mar, 09:32 hrs.

Con el autoconocimiento aprendemos a identificar nuestras capacidades, pero también nuestras limitaciones. Esto nos ayuda a planificar metas de manera realista para evitar frustraciones futuras.

Cuando un joven aprende a identificar sus sentimientos y a aceptarlos revertirá positivamente en su seguridad psicológica y su autoestima. Sentirá algo muy, muy valioso, que él es el “dueño de sus sentimientos”.

Se necesita que seamos claros consigo mismos y que nos comprendamos de verdad, a fondo, que nos conozcamos. Cuando uno se auto-conoce, se puede también auto-descubrir.

Tutor Construye T:

EUSEVIA RODRIGUEZ BARRIENTOS

20 Mar, 15:18 hrs.

Hola Gaby buenas tardes muchas gracias por compartir tus conocimientos yo soy de Guanajuato Gto; Es un lugar muy bonito mi plantel es el CBTis 173 que pertenece al sistema unidad de educación media superior tecnológica industrial de servicios .

En la vida es muy importante conocernos internamente. Ya que el auto-conocimiento se basa en nuestras características y cualidades .

El orgullo, la inconsciencia, la pobreza , la irresponsabilidad, la injusticia, etc. No caben en una persona que se tiene conocimiento y dominio propio.

El amor trae paz y se trasmite día a día con las personas de nuestro alrededor; hay

Tutor Construye T:

NANCY GABRIELA ROMO ZARATE

22 Mar, 10:58 hrs.

Buen día compañeros, efectivamente el orientar a nuestros estudiantes a fijarse y cumplir sus metas será de gran ayuda para superación personal. Coincido con ustedes.

Tutor Construye T:

RENE ROHANDI ORTIZ HURTADO

22 Mar, 08:38 hrs.

Buenos días tutores y asesora Gabriela.

Me quedó claro como implementar la lección y sus variaciones para lograrlo dentro del sistema educativo.

Mi opinión sobre: ¿Para qué nos sirve conocer quiénes somos? Es fundamental porque partiendo de eso se a donde encaminarme y lo que quiero desarrollar.

Soy de Puebla, Chiganahuapan, trabajo para El Bachillerato Tomás Alva Edison.

Saludos.

Tutor Construye T:

MARISOL ANGULO GONZALEZ

21 Mar, 13:55 hrs.

Buenas tardes, después de leer y conocer las diferentes actividades que se deben de aplicar, considero que son buenas para el conocimiento de los chicos y que los haga refelexionar, el problema que detectamos es el tiempo, ya que 20 minutos son insuficientes, además de que no queda claro si se van a sacar copias, las cuales serían muchas, y como se van a entregar las evidencias.

espero me aclaren las dudas por favor.

Saludos