Actividad de autoconocimiento en el aula

Generado por IA — Nueva Escuela Mexicana Digital

Flashcards

PREGUNTA

¿Qué son los cuatro cuadrantes del autoconocimiento?

RESPUESTA

Son el área pública, área ciega, área oculta y área desconocida.

PREGUNTA

¿Qué representa el área pública en el autoconocimiento?

RESPUESTA

Es lo que conoces de ti y lo que los demás también conocen de ti.

PREGUNTA

¿Qué se incluye en el área ciega?

RESPUESTA

Lo que no conoces de ti, pero los demás sí conocen de ti.

PREGUNTA

¿Qué caracteriza al área oculta?

RESPUESTA

Es lo que conoces de ti, pero los demás no conocen de ti.

PREGUNTA

¿Cómo pueden los estudiantes explorar el área oculta?

RESPUESTA

Pueden escribir, hacer obras de arte o reflexionar sobre aspectos privados que no muestran a los demás.

PREGUNTA

¿Qué se puede hacer en el aula para trabajar el autoconocimiento?

RESPUESTA

Invitar a los estudiantes a dibujar los cuatro cuadrantes y reflexionar sobre cada área.

PREGUNTA

¿Qué se debe anotar en el área pública?

RESPUESTA

Las características que conoces de ti mismo y que tus compañeros también han identificado.

PREGUNTA

¿Qué se debe anotar en el área ciega?

RESPUESTA

Lo que los demás te dicen sobre ti, pero que tú no habías identificado.

PREGUNTA

¿Por qué es importante explorar el área oculta?

RESPUESTA

Porque permite descubrir y expresar aspectos privados que pueden ser valiosos para el autoconocimiento.

PREGUNTA

¿Qué pueden aprender los estudiantes al trabajar con los cuadrantes del autoconocimiento?

RESPUESTA

Pueden identificar, reflexionar y expresar diferentes aspectos de sí mismos, tanto conocidos como desconocidos.

Resumen: Actividad de Autoconocimiento en el Aula: Los Cuatro Cuadrantes

Nivel: secundaria

- La actividad se basa en dividir un espacio en cuatro cuadrantes: área pública, área ciega, área oculta y área desconocida.
- El área pública incluye lo que el estudiante conoce de sí mismo y lo que los demás también saben sobre él.
- El área ciega se refiere a lo que los demás conocen del estudiante, pero él mismo desconoce.
- El área oculta abarca lo que el estudiante sabe de sí mismo, pero no comparte con los demás.
- La actividad fomenta la reflexión personal y la expresión creativa a través de escritura o arte.

Mapa Conceptual

Actividad de Autoconocimiento en el Aula

Cuadrantes del Autoconocimiento

Área Pública: Lo que conoces de ti y lo que conocen de ti.

Área Ciega: Lo que no conoces de ti, pero los demás conocen de ti.

- Área Oculta: Lo que conoces de ti y lo que no conocen los demás.
- Área Desconocida: Lo que ni tú ni los demás conocen de ti.

Dinámica de la Actividad

- Dibujar los cuatro cuadrantes.
- Anotar características en cada área.
- Reflexionar sobre las diferencias entre las áreas.

Propósito de la Actividad

- Fomentar el autoconocimiento.
- Identificar fortalezas y áreas de mejora.
- Promover la expresión personal.

Herramientas Creativas

- Escritura: Reflexiones y listas.
- Arte: Dibujos y obras creativas.
- Discusión: Compartir con compañeros.

Beneficios del Autoconocimiento

- Mejorar la autoestima.
- Fortalecer relaciones interpersonales.
- Desarrollar habilidades emocionales.