



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE
SEDE EL BOSQUE
TALLER DESARROLLO PERSONAL
PSICÓLOGA: MARGARITA RIVERA NARVÁEZ

Guía PEDAGÓGICA N°03 (GP10)

Nombre:	Curso: 8°C
Fecha inicio:	Fecha Presentación: 18/09/2020

Descripción Priorización Curricular MINEDUC

Unidad	Nivel 2
Objetivo	Fortalecer aspectos asociados a la autoestima académica y motivación escolar
Habilidades a evaluar	Capacidad para encontrar un sello personal.
Contenido	Definición de lo que significa el sello personal y sus componentes. Actividades de desarrollo
Dudas	En caso de dudas me puedes escribir al correo: m.rivera@colegiodomingoeyzaguirre.cl
Recuerda	Completar la guía antes de retirar la siguiente.

Como están, espero que continúen bien de ánimo y conservando las buenas emociones, sentimientos y pensamientos. Recordarles que todas las guías deben ser desarrolladas. Me las pueden entregar y yo las reviso, para que luego la peguen en su cuaderno-bitácora de Desarrollo Personal o también pueden pegarlas desarrolladas en su cuaderno y me envían las fotos a mi correo electrónico para revisarlas. Recuerden que el correo está escrito arriba.

Comentarles que las notas de esta asignatura van para la asignatura de Lenguaje.

¡¡¡Un abrazo de energía y motivación , Margarita!!!

I. RECORDEMOS LA GUÍA ANTERIOR: Vamos a corroborar si comprendiste la clase anterior. De acuerdo a lo que leíste sobre el lenguaje no verbal responde con tus palabras:

a. ¿Qué son los emblemas?

b. De los aspectos descritos en la guía anterior ¿qué crees que te hace falta para mejorar tu comunicación No Verbal? (Por ejemplo: tono de voz, mirar a los ojos, sonreír, etc.)

I. **Actividad:** Lee el siguiente texto y subraya lo que te parece importante.

¿Tienes un sello personal?

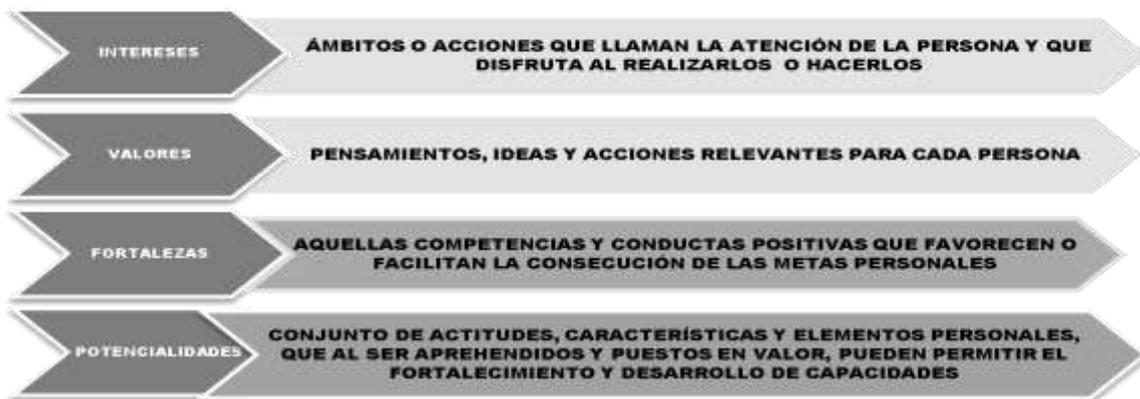
Cuando hablamos del sello personal nos estamos refiriendo a esa serie de cosas, acciones y comportamientos que refleja quiénes somos, lo que nos define y nos hace diferentes de los demás.

El sello personal no depende de nadie más que de ti mismo(a) y lo vamos construyendo a lo largo de nuestra vida. Es una especie de huella que dejamos en todo lo que hacemos, lo que decimos, lo que vivenciamos, etcétera. Todos(as) tenemos un sello personal que se va reforzando día a día y éste puede ser positivo, negativo o neutral.

Cada cosa que haces o dices a diario es parte de tu sello. Tu tono de voz, cómo respondes a los problemas, qué tan amable eres con los demás, lo que lees, la música que escuchas, las información que compartes con tus seres queridos, etc.

Por esa razón, es importante que reflexiones sobre lo que quieres que los demás piensen sobre ti, lejos de la apariencia física, ya que una persona que ha construido un sello personal positivo es mejor bienvenido(a) en cualquier lugar que aquella persona que no lo tiene. Incluso a futuro, tu sello te puede ayudar a abrir puertas y no sólo a ti sino que también a tus seres queridos. ¿Has escuchado que a veces los demás te dicen? “Eres hermano de tal...¡qué buena onda!”, seguro que hasta tú lo has dicho, porque la huella que ha dejado esa persona habla incluso de la misma familia, es algo así como un antecedente y eso puede abrir o cerrar puertas.

*¿Cómo podemos construir o reforzar nuestro sello personal? Como ya has leído, lo primero es hacer una reflexión sobre lo que eres, lo que quieres y cómo quieres ser visto (a). Repito, no físicamente sino en esencia. Luego, tendrás que trabajar en sus cuatro componentes fundamentales: **Intereses, Valores, Fortalezas, Potencialidades**. A continuación definiremos cada uno de ellos.*



ACTIVIDADES:

II. Identificar aquellos intereses que crees poseer en la actualidad, enciérralos en un círculo.

Practicar Jardinería // Coser // Jugar Naipes// Hablar// Leer Idiomas Extranjeros// Participar en Actividades Religiosas// Escuchar Radio// Caminar// Reparar Autos// Escribir// Bailar// Jugar// Jugar o Ver Fútbol// Escuchar Música Popular// Armar Puzles// Celebrar días Festivos// Ver Películas// Escuchar Música Clásica// Asistir a Charlas o Conferencias// Nadar// Jugar Bolos// Ir de Visita// Arreglar Ropa// Jugar Damas o Ajedrez// Hacer Asado// Leer// Viajar// Ir a Fiestas//Practicar Artes Marciales// Limpiar la Casa// Jugar con Juegos Armables// Ver Televisión// Ir a Conciertos// Hacer Cerámica// Cuidar Mascotas// Acampar// Lavar o Planchar// Participar en Política// Jugar Juegos de Mesa// Decorar Interiores// Pertenecer a un Club/ Cantar// Ser Scout// Ver vitrinas o Escaparates//Comprar Ropa Ir a la Peluquería (salón de belleza)// Andar en Bicicleta// Ver un Deporte// Observar Aves// Ir a Carreras de autos// Arreglar la Casa// Hacer Ejercicios// Cazar// Trabajar en Carpintería// Jugar Pool Cuidar niños// Jugar Tenis// Cocinar// Jugar Basketball// Estudiar Historia// Coleccionar cosas// Pescar// Estudiar Ciencia// ir de compras// Sacar Fotografías// Pintar

III. Identificar aquellos valores básicos del ser humano que crees poseer en la actualidad, enciérralos en un círculo. (Si no sabes el significado de estos valores te sugiero que busques el significado en google).

Honestidad// Sensibilidad// Gratitud// Humildad// Prudencia// Respeto// Responsabilidad// Solidaridad// Tolerancia// Empatía// Paciencia// Amor// Humildad// Perdón

IV. De los valores identificados anteriormente (actividad III) elige dos que te hayan servido para cumplir alguna meta u objetivo relacionándolo con alguno de tus intereses marcados, puede ser en el colegio o en otro espacio donde te desenvuelvas. Estos dos valores serán tus fortalezas.

1. _____

2. _____

- V. De los intereses encerrados en un círculo (Actividad II) y las dos fortalezas (Actividad IV) identificados, elije dos asignaturas en las cuales sientas que puedes poner en práctica tus intereses y fortalezas.**

- VI. Por último, piensa en algún/os oficio/s o carrera/s profesional/es que pudieses desarrollar con todo lo anteriormente descubierto.**

REFLEXIÓN:

“Sabes que este sello personal que has construido no es opcional, quieras o no tendrás uno, por eso es que es mejor poner manos a la obra. ¡Adelante!”