

Actividad:

Línea del tiempo



Dimensión de trabajo: **Autoconocimiento**

1 Objetivo:

Detectar las carencias existenciales de la vida actual y diseñar formas de atender las necesidades de la persona.

2 Materiales:

Espacio amplio y cómodo

3 Tiempo:

30 minutos

4 Participantes:

- Estudiantes
- Docente o profesional del DECE

5 Descripción:

- Pida a sus estudiantes que cierren los ojos y hagan un viaje imaginario en el tiempo. Mientras tanto, motívelos a pensar sobre lo siguiente:
- ¿Si hubieras podido ser otra persona, quién hubieras sido?
 - ¿Cómo hubieras sido?
 - ¿Qué crees que hubieras logrado?
 - ¿Crees que hubiera sido difícil?
 - ¿Qué cambiarías de tú vida actual?
- Cada estudiante debe realizar un dibujo de esta posible vida. También debe elaborar otro dibujo en el que se represente su vida actual.
- Solicite a cada estudiante que piense en lo siguiente: ¿Cuáles son las diferencias y en qué se parecen esta posible vida tuya y la real? Sus estudiantes deben, finalmente, abrir los ojos y escribir: ¿Qué es necesario hacer para alcanzar esa vida?

6 Cierre y reflexión:

Identifique carencias tanto afectivas como psicológicas que ayudan a activar los recursos y herramientas que serán útiles para sobreponerse a esas dificultades. Apoye a sus estudiantes para que entiendan el concepto de resiliencia como la capacidad de sobreponerse ante la adversidad.

7 Reto:

Logre que sus estudiantes identifiquen las características que desean cultivar para su Proyecto de Vida.