

¿Quién Soy Yo?

Objetivos:

- Conocimiento profundo de cada uno.
- Dedicar un pequeño espacio de tiempo a interrogarnos a nosotros mismos si de verdad nos conocemos.
- Valorarnos y tomar conciencia de cómo somos realmente, no de cómo queremos aparentar que somos.

Desarrollo:

A cada miembro del grupo, se le entrega un cuestionario, pero personalizado, con su foto, para que el verse les impacte más y les ayude a entrar en dinámica de reflexión. Personalmente, deberán contestar sinceramente a las preguntas que se les plantean, reflexionando un poco y no respondiendo a la ligera, porque sino, no les servirá de nada.

Cuando todos los miembros del grupo hayan terminado de contestar el cuestionario, se inicia un diálogo, en el que aquellos, que libre y voluntariamente quieran, compartan con el resto del grupo sus respuestas, o sus experiencias al tener que enfrentarse a las preguntas planteadas.

Cuestionario:

¿Quién soy yo?

Mira detenidamente esta foto, tu foto.

Ahora piensa..... ¿qué ves?

Cierra los ojos e intenta describir la foto

¿Te reconoces a ti mism@?

¿Recuerdas en que momento está hecha esta foto?

¿Cómo te sentías en ese momento (alegre, triste, decepcionado, ...)

Y ahora, ¿cómo te sientes?

Descríbete, viendo la foto, con tres palabras.

¿Qué opinión crees que tú das a los demás?

¿Cuáles son tus gustos?

Tu sueño es.....

Lo que más valoras en una persona, ¿qué es?

¿Y lo que más detestas?

¿Crees que tienes alguna de esas cualidades o defectos?

Si tu habitación sale ardiendo de pronto y solo tienes tiempo de coger tres cosas, ¿qué tres cosas serían?

¿Qué te llevarías a una isla desierta?

Este es tu mejor amig@, si tuvieras que presentarlo a los demás, ¿qué dirías de él/ella?

Oración final