

Taller: Autoconcepto y Autoestima

Edad: 3 a 5 años

Objetivo del Taller:

Fomentar el desarrollo del autoconcepto y autoestima, como base fundamental de la seguridad personal como factor protector.

¿Quiénes participan?:

Se requiere el apoyo de un monitor/a, que guíe la actividad.

¿Qué necesitamos?

- Hoja de papel/ Tamaño block
- Lápices de colores
- Revistas o Diario
- Tijera - Pegamento





Paso 1: Apertura

Hoy vamos a hablar sobre el AUTOCONCEPTO y la AUTOESTIMA. Es decir, la forma en que nos vemos a nosotros/as mismo/as (por ejemplo, cuando te dibujas); y cuánto nos queremos (cuando te cuidas y eres amable contigo mismo/a).

A continuación, te presentaré a una Perrita llamada CLEO (mostrar Anexo 1), ¿qué cosas creen que le gusta hacer a Cleo? (comentar y apoyar sus respuestas).

Ahora vamos a conocer quién es Cleo, y que le gusta hacer.

Paso 2: Desarrollo

Ahora te pediré que prestes atención a las imágenes (Revisar cada lámina. Anexo 1: Así es Cleo), y escucha con atención el cuento sobre Cleo. (Anexo 2: Leer Cuento).

Luego, debe solicitar al niño/a que busquen en material que tenga disponible, como diarios o revistas imágenes de su interés o que representen cosas que le gusta hacer, jugar, etc.

Finalmente, seleccionadas todas las imágenes, deberá recortarlas y pegar en una hoja blanca, idealmente grande de block, y realizar un COLLAGE. Puede agregar dibujos, colorear u otro según su imaginación.

Paso 3: Cierre

Por último, acompañar para que pueda idealmente escribir SU NOMBRE en su COLLAGE YO SOY, y puede compartirlo en algún momento de reunión familiar. O incluso grabar un pequeño video y compartirlo con profesor/a, o compañeros en alguna instancia de encuentro interactivo en cuarentena.

IDEAS CLAVES

Idea Central:

Desarrollar un autoconcepto positivo es fundamental para el bienestar de los niños y niñas. Les permitirá una relación saludable consigo mismos, con los demás, y su entorno en general.

El autoconcepto es la imagen que creamos sobre nosotros mismos. A diferencia de la autoestima, este se puede exteriorizar mediante palabras.

Esta imagen se forma a partir de diferentes variables, pero es particularmente influenciado por nuestras interacciones con las personas importantes en nuestras vidas. Además, incluye la percepción de nuestras capacidades y nuestra propia singularidad, y a medida que envejecemos estas auto-percepciones se vuelven mucho más organizadas, detalladas y específicas. A medida que surgen nuevos desafíos y cuando nos relacionamos con las demás personas nos damos cuenta de nuestros puntos fuertes y débiles. Aunque tienda a mantenerse igual en el tiempo, el autoconcepto no es algo estático. Está variando constantemente, al igual que varían constantemente nuestras experiencias.

Dentro del autoconcepto, existen otros elementos que lo componen, por ejemplo: un tinte emocional y valorativo de uno mismo, las influencias de ideas asociadas entre sí, la influencia de la cultura en la manera de concebirse a uno mismo, etc

La autoestima es la conciencia de una persona de su propio valor, el punto más alto de lo que somos y de nuestras responsabilidades, con determinados aspectos buenos y otros mejorables, y la sensación gratificante de querernos y aceptarnos como somos por nosotros mismos y hacia nuestras relaciones. Es nuestro espejo real, que nos enseña cómo somos, qué habilidades tenemos y cómo nos desarrollamos a través de nuestras experiencias y expectativas. Es el resultado de la relación entre el carácter del niño y el ambiente en el que éste se desarrolla.

Diferencia entre autoconcepto y autoestima

El autoconcepto es una creencia medianamente objetiva que podemos poner en palabras para describirnos frente a otros. Ejemplo, «soy alegre, disfruto jugar a la pelota, soy buena dibujando».

La autoestima, en cambio, es una valoración personal que no se expresa en palabras. Para ponerlo en un ejemplo concreto, podemos decir pero no podemos explicar la carga emocional que eso genera en nuestra personalidad. Ejemplo "me quiero, me gusta como soy".

Taller: Así soy yo

Anexo 1: Así es Cleo

Lámina 1



Lámina 2



Lámina 3

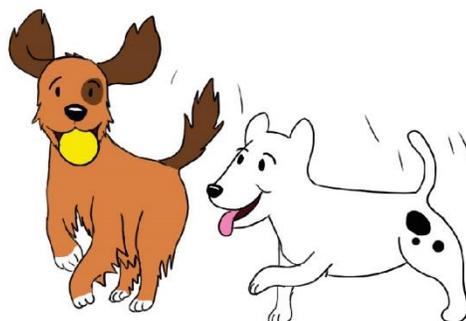


Lámina 4



Lámina 5



Lámina 6

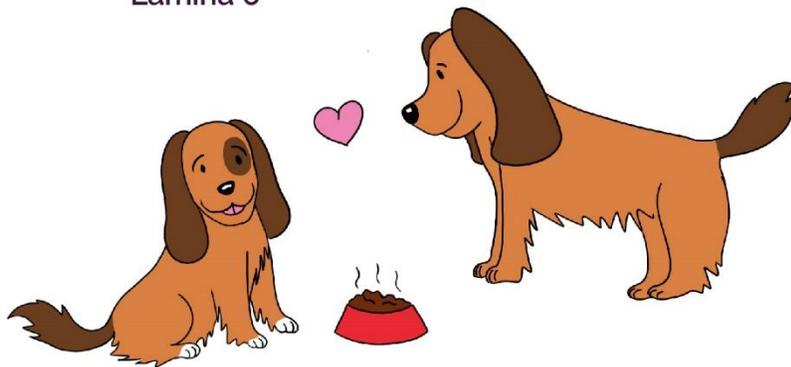


Lámina 7



Taller: Así soy yo

Anexo2: Historia



Lámina 1: Ella es Cleo, una perrita de 5 años, veamos qué cosas nos dice que le gusta hacer...

Lámina 2: A Cleo le gusta correr! Ella dice que es muy buena en eso!

Lámina 3: También le gusta jugar con Max, su mejor amigo!

Lámina 4: y reírse! A Cleo le gusta mucho reírse!

Lámina 5: Cuando está cansada, a Cleo le gusta acostarse en su camita con su peluche favorito.

Lámina 6: y todas las mañanas se levanta muy feliz porque le gusta mucho el desayuno que le prepara su mamá.

Lámina 7: Cleo siempre dice que ella es una perrita muy alegre! (autoconcepto)

Pregunte a los niñ@s... **¿Y a ustedes que les gusta hacer?**