

<p>COMPONENTE FAMILIA, COMUNIDAD Y REDES</p>		<p>ACTA BIENESTAR AL TALENTO HUMANO</p>
<p>Objetivo: Promover y potenciar ambientes seguros y adecuadas condiciones laborales para el Talento Humano del HI Estrellitas de Colores promoviendo la constante mejora del clima laboral y las relaciones interpersonales dentro de la UDS.</p>		
<p style="text-align: center;">DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p> <p>El día 29 de noviembre del 2024, se desarrolla la actividad de bienestar al Talento Humano del HI Estrellitas de Colores: El mapa de sueños.</p> <p>Objetivo:</p> <p>Fomentar un ambiente positivo, de confianza y de apoyo mutuo entre las profesoras a través de la gratitud y el reconocimiento de las cualidades de cada una.</p> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cartulina • Tijeras • Marcadores de colores. • Recortes, dibujos, frases. • Cinta adhesiva. <p>Desarrollo de la actividad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción: La profesional psicosocial inicia explicando que todos tenemos sueños, esos pensamientos que desde niños viven en nuestra mente como imágenes mentales y que, muchas veces, al crecer, olvidamos en el camino. 2. Resulta que existen diversas herramientas que, aplicadas correctamente, pueden ayudar en la visualización y transformación de esas ideas en realidades y una de las más poderosas es el «mapa de los sueños». 3. No importa si eres niño o adulto, un mapa de los sueños es un recurso increíble para manifestar los deseos y definir hacia dónde se quieren ir. 		

- **¿Qué es un mapa de los sueños?**
- Es una representación visual de los sueños, objetivos, proyectos... y todo aquello que se desea conseguir en distintas áreas de la vida, mediante el uso de imágenes, palabras... y otras herramientas para señalar de forma creativa el camino a seguir, Representa una guía única, propia, que invita a reflexionar y trabajar de forma activa y enfocada por lo que se quiere con determinación y perseverancia.
- **¿Para qué sirve el mapa de los sueños?**
- El mapa de los sueños es una hermosa herramienta que **permite programar las ideas**, pensamientos, visiones... a través de un plan visual y creativo que indica las acciones y el camino a seguir para que sean logrados.
- Cualquier objetivo puede estar representado en este mapa: un viaje, una casa, un empleo, las finanzas, un encuentro, valores personales, crecimiento espiritual... todo lo que se desee puede ser proyectado.
- **¿Cómo hacer un mapa de los sueños?**
- **La forma de plasmar los sueños es muy personal**, va a depender de los objetivos trazados y las preferencias de cada uno a la hora de proyectar una idea (papel y lápiz, imágenes, dibujos, frases, el celular, el ordenador...) y puede ser tan corto o extenso como se quiera.
- En todo caso, lo importante es que no quede solo en el diseño; la idea es que se pueda visualizar el mapa a diario y activar esa energía interna (que todos tenemos) que nos motiva a trabajar por esos deseos figurados.
- No se trata solo de escribir, pegar, dibujar... y que todo quede muy lindo; es necesario conectar con la emoción, el sentir, con claridad y seguridad.



Coordinadora



Psicosocial



Docente



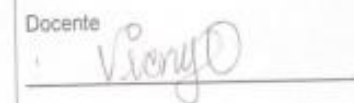
Docente



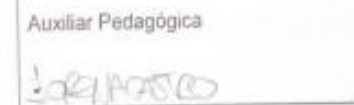
Docente



Docente



Auxiliar Pedagógica



Servicios Generales



Ecónoma



Responsable de la
Capacitación:

Valentina Valencia Z.
Profesional Psicosocial
HI Estrellitas de Colores