ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

IDRD

BOGOTÁ

OBLIGACIÓN 8

EVIDENCIA 1

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA IDRD

Formador: ANGEL ANDRES TRIANA
Centro de interés: Porrismo
IED ANTONIO JOSÉ URIBE

La actividad realizada tuvo como objetivo fortalecer la autoestima y la autoimagen de los participantes, por medio de un ejercicio reflexivo que les permitió reconocer sus cualidades y defectos. La dinámica se desarrolló en una hora dividida en dos partes: en la primera, cada persona escribió sus cualidades, resaltando aquellas características positivas que aportan a su identidad y a su forma de relacionarse con los demás. En la segunda parte, se consignaron los defectos o aspectos por mejorar, con el fin de identificar áreas de crecimiento personal.

El ejercicio generó un espacio de introspección donde se puso en evidencia la importancia de equilibrar la percepción que se tiene de uno mismo, evitando centrarse únicamente en lo negativo. Asimismo, se promovió la autovaloración, el reconocimiento de fortalezas y la aceptación de la imperfección como parte del proceso humano.

Como resultado, los participantes lograron expresar con mayor claridad cómo se perciben y qué aspectos desean transformar, fortaleciendo la confianza en sí mismos y el compromiso con su propio desarrollo personal. La evidencia refleja un trabajo significativo en el área psicosocial, pues favorece la construcción de una autoimagen más realista y positiva, reforzando la autoestima como base del bienestar individual y colectivo.









