	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Acta N. 2

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
RECONOCIENDOME (HABILIDADES PARA LA VIDA)
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Brindar un espacio con un ambiente participativo activa, donde se pueda lograr la atención del grupo para la apropiación nuevos saberes que conlleven a identificar las habilidades para la vida.
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
El día 05 septiembre 2025 en la institución educativa vereda estrella Se da inicio al segundo taller para los alumnos del grado octavo de la estrategia denominada: **EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN SALUD PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA** Un espacio brindar herramientas que identifiquen conozcan las aptitudes que permiten afrontar los desafíos de la vida. Se abre el espacio con presentación como profesional y propósito de la intervención a realizar, dejando claro el interés de parte de los diferentes entes en pro de contribuir significativamente y se da inicio a la actividad, bajo la temática reconociéndome. Se evalúa los conocimientos previos enmarcados en el pretest. ¿Después de haber realizado el pretest se realiza actividad rompehielos denominada realmente me conozco? mediante un dado de color fucsia en cual en sus seis lados lleva una pregunta donde debían lanzarlo y al que le llegara debía responder: • Quien soy • Una cualidad • Un defecto • A que le tiene miedo • Cuál es tu más grande sueño • Que te hace diferente a los demás

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Se les educo frente mediante la actividad realizada la importancia de realmente conocernos frente al resultado de algunas respuestas ya que nos cuesta responder de ahí se destaca lo fundamental el autoconocimiento el cual nos permite descubrir la capacidad de comprenderse a uno mismo, donde debe ser un proceso continuo y único para cada persona, basado en la reflexión y las experiencias diarias.

Además, se les recalco la importancia su para la gestión saludable de las emociones, el fortalecimiento de la autoestima y el desarrollo de la inteligencia emocional. Además, ayuda a reducir las expectativas externas y es el primer paso para la autorrealización, para poder comprender se logra través de la autobservación, la retroalimentación externa y la autoapertura de la autorreflexión.

Se les compartía que al conocerse bien le era fácil identificar sus debilidades y fortalezas las cuales como las fortalezas son aquellas que se realizan con facilidad y sin esfuerzo, Son aspectos conscientes que te hacen sobresalir y Contribuyen al logro de objetivos, llevando a tener éxito en la:

- Adaptabilidad
- comunicación efectiva
- trabajo en equipo
- Liderazgo
- resolución de problemas
- iniciativa
- Creatividad
- tenacidad.

De igual manera las debilidades las cuales son aspectos que no se te dan tan bien o que te cuestan más, Indican áreas en las que se necesita desarrollo y ser consciente de ellas para poder mejorarlas ya que nos aportan negativamente frente a las aptitudes para enfrentar desafíos de la vida diaria entre los cuales esta:

- Dificultad para hablar en público
- falta de experiencia en un software específico
- dificultad para recibir críticas
- miedo a asumir riesgos.

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

El reconocerme nos permite que tengamos claro realmente quien soy y que habilidades se van desarrollando y debo trabajar para fortalecerlas dejando claro de qué manera pueden trabajar en ellas.

Autoconciencia: Reflexiona sobre tus cualidades positivas y los aspectos en los que te cuesta más desenvolverte.

Feedback**:** Pide opinión a personas de tu entorno (compañeros, amigos, familiares) para conocer sus percepciones sobre tus fortalezas y debilidades.

Contexto: Considera el contexto para determinar qué es una fortaleza o debilidad; lo que es útil en una situación puede no serlo en otra.

Desarrollo: Trabaja en tus debilidades buscando oportunidades de mejora, como tomar cursos o talleres para adquirir nuevas habilidades.

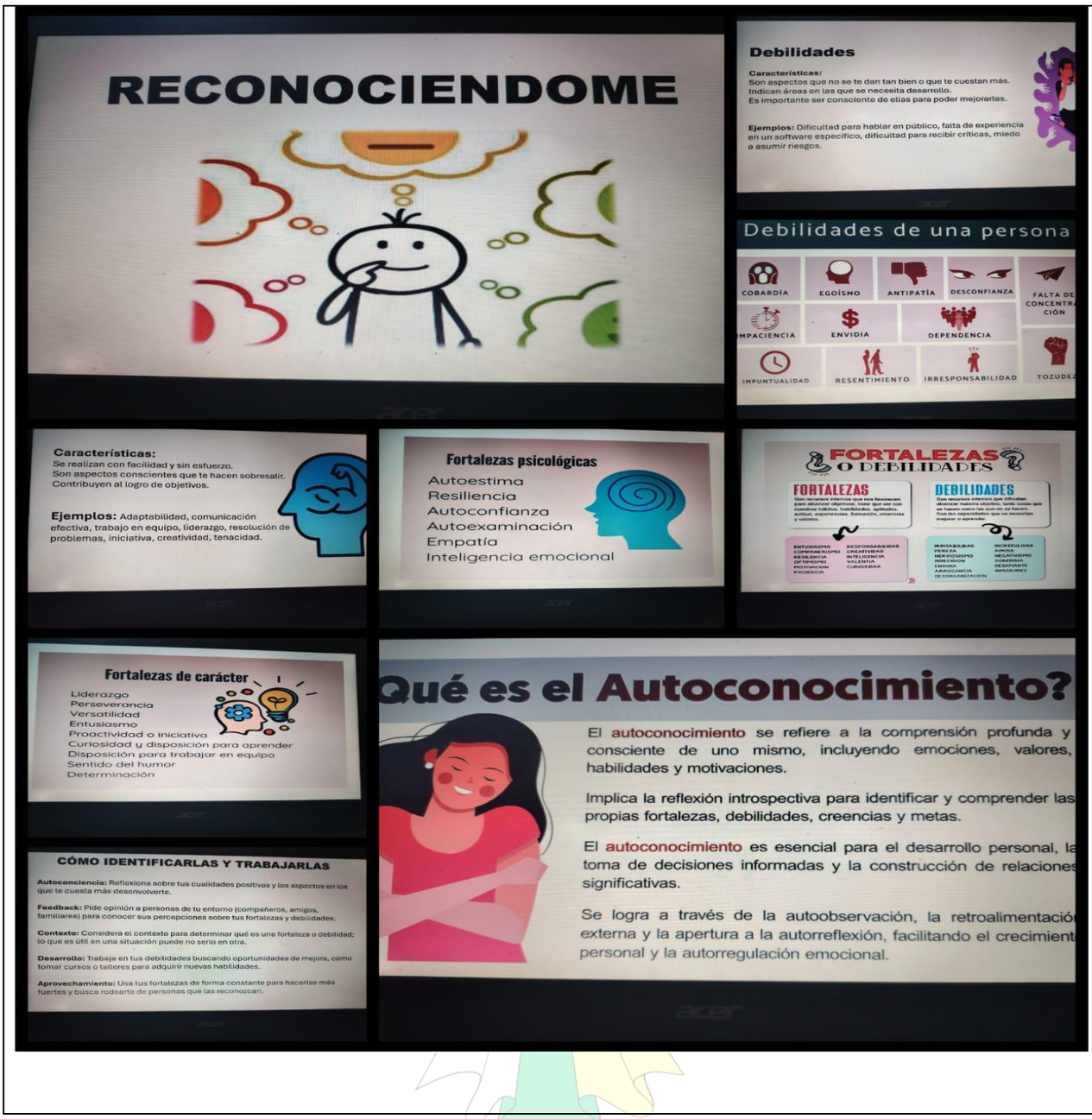
Aprovechamiento: Usa tus fortalezas de forma constante para hacerlas más fuertes y busca rodearte de personas que las reconozcan.

Se realiza actividad de cierre donde ellos debían plasmar en una cartelera debilidades y fortalezas, además la implementación de los postes.

4. REGISTRO FOTOGRAFICO

DIAPOSITIVAS:

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

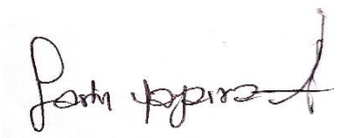


	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1



	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Firma



Farly Yajaira acosta Pérez
Profesional psicólogo
TP: 286984