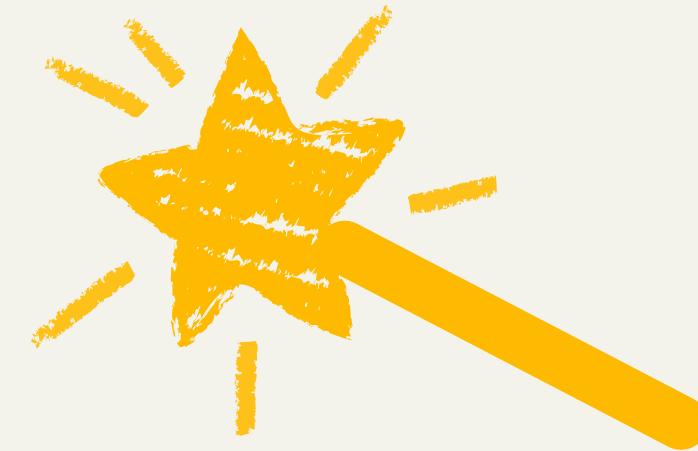


Descubre
tu
magia



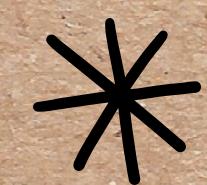
Autoconcepto
para adolescentes

Guía de Clase

HUASMOLE
CORP



El

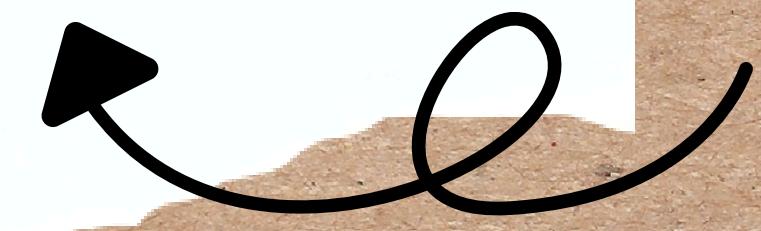


HUASMOLE CORP.



En 2006, un grupo de artistas apasionados se reunió en Puebla con una visión: explorar las posibilidades del arte escénico más allá del escenario. Lo que comenzó como un colectivo de creación artística, honrando nuestras raíces mexicanas con el nombre “Huasmole”, pronto reveló un potencial transformador que no podíamos ignorar.

Descubrimos que nuestro trabajo, al abordar problemáticas sociales profundas, despertaban en el público una necesidad: espacios seguros para procesar estas realidades y herramientas concretas para actuar sobre ellas.



El

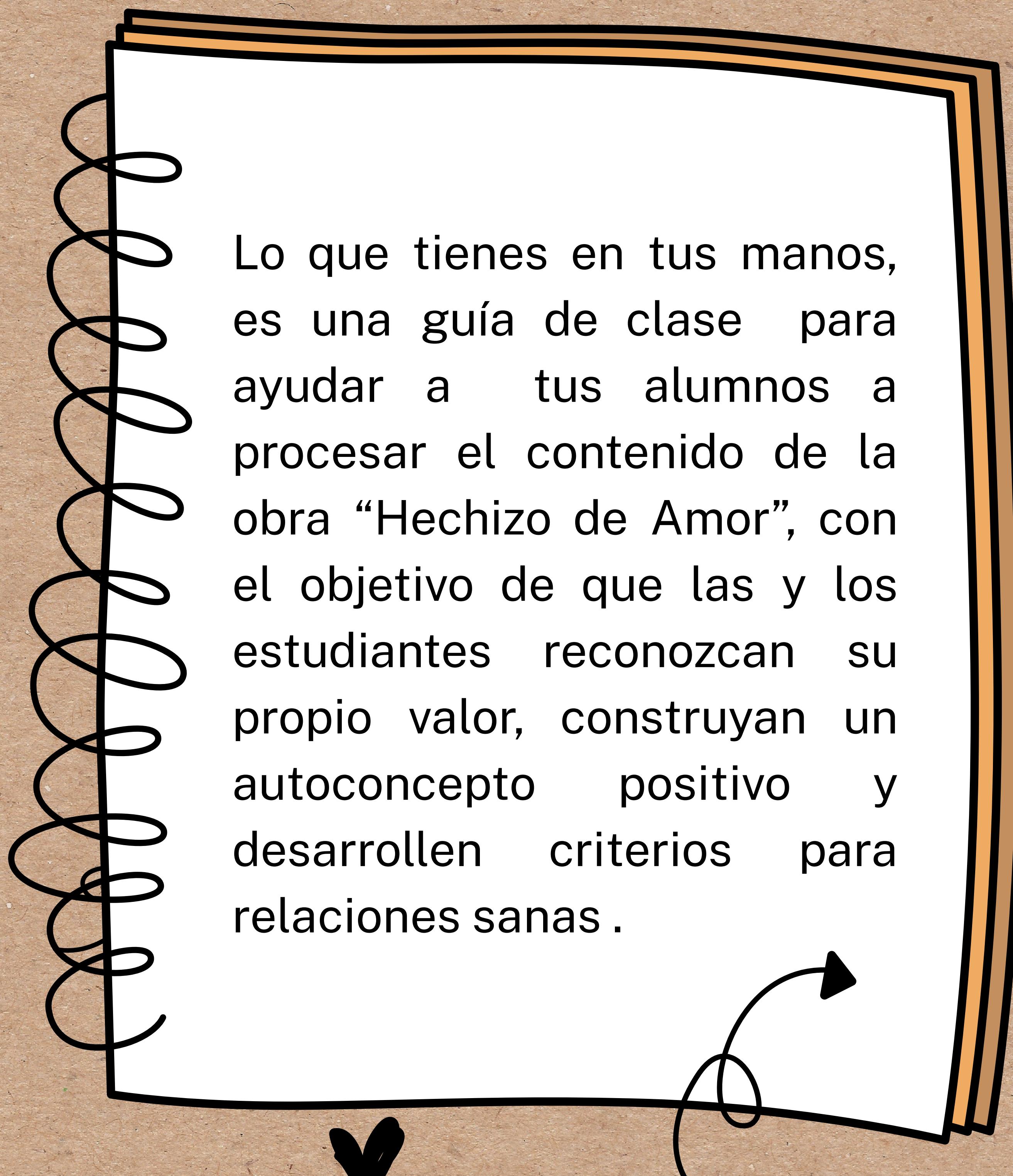


Así Huasmole Interacción Social, está conformormado por psicólogos, pedagogos, y artistas, y combina nuestra pasión por las artes escénicas con metodologías psicológicas para crear verdaderos catalizadores de cambio personal y colectivo.



*  El

Gracias por inspirar la magia en cada joven *



Materiales

- Hojas blancas o de colores
- Plumones / lápices
- Música suave (opcional)
- Cartulinas (opcional)
- Frases impresas o proyectadas



1. APERTURA: “RECUPERANDO LA MAGIA”

Dinámica breve

Pregunta detonadora:

… ¿Qué perdió la bruja cuando dejó de creer en sí misma?

Invita a que respondan libremente

Luego conecta:

“A veces nosotros también perdemos nuestra ‘magia’ cuando dejamos de valorarnos.”

**Cada persona tiene una magia única.
Hoy vamos a descubrirla.**



Imprime el anexo A. y comparte con tus estudiantes.

Observa los siguientes conceptos. ¿puedes unirlos con su significado?

Autoconcepto

✿ Es cuidarte y elegir lo que te hace bien.
Significa ponerte límites, decir “no” cuando algo no te gusta y buscar tu bienestar sin culpa

Autoestima

♥ Es cómo te sientes contigo mismo/a.
Es cuánto te valoras, te respetas y te tratas con cariño, incluso cuando te equivocas.

Amor propio

握手 Son relaciones donde hay respeto, confianza y apoyo.
No hay humillaciones, control ni miedo:
puedes ser tú mismo/a sin dejar de sentirte seguro/a.

Relaciones sanas

⌄ Es la idea que tienes de ti: cómo te describes, qué crees que sabes hacer, cómo eres y qué te gusta.
Es como el “retrato” que llevas en tu mente sobre ti.

2. EXPLORACIÓN: “LO QUE LA OBRA NOS MOSTRÓ”



invita a tus alumnos a responder de manera individual y por escrito las siguientes preguntas:

¿Qué pensaba la bruja sobre sí misma al inicio?

¿Cómo buscaba sentirse valiosa?

¿Qué errores cometió en el amor?

¿Qué aprendió al final?

¿Qué piensas sobre tí misma/o?

¿Cómo buscas sentirte valiosa/o?

¿Qué errores has cometido en el amor?

¿Con qué me identifiqué?

Refuerza:

👉 El amor
no debe
doler.

¿Qué actos de amor
tienes para contigo?
¿te abrazas? ¿te dices
que te quieres? ¿te
escribes cartas? ¿te
regalas golosinas o
flores?

Buscar
validación o
amor en el
afuera no es
amor
verdadero

La autoestima
guía nuestras
decisiones



3.ACTIVIDAD: “MI PAISAJE INTERIOR”

“Tu paisaje no
es para ser
bonito, es para
ser honesto.”

Objetivo: Que el alumnado represente su autoconcepto a través de un paisaje simbólico.

1. Paisaje en Tres Capas (emociones, pensamientos, valores)

Pídeles que dividan su hoja en tres zonas:

☁ Cielo = Lo que siento de mí

Pregunta guía:

¿Cómo está mi clima emocional conmigo?

☀ Tierra/Montañas = Lo que pienso de mí, creencias personales

Pregunta guía:

¿Qué me digo cuando fallo?

🌿 Vegetación/Ríos = Mis valores. Lo que guía mis decisiones

Pregunta guía:

¿Qué cosas son importantes para mí?

Reflexiona

¿Como se
encuentra tu
clima emocional?

¿De que te habla
tu paisaje?

Maestro:

Si aparece un paisaje oscuro, recuérdales que cualquier paisaje puede cambiar con el tiempo. La vida como la naturaleza dependen de los cuidados y atención que les demos.



4.ACTIVIDAD:

“MI MAGIA PERSONAL”

Píde a los estudiantes que piensen en:

2 cualidades, 1 logro, 1 meta, 1 promesa para sí mismos y las escriban alrededor de la hoja en donde realizaron su dibujo, formando un marco.

Ejemplo en pizarrón:

- ✓ Soy responsable, soy amable
- ✓ Aprendí a hablar en público
- ✓ Quiero terminar la secundaria
- ✓ Me respetaré

Tiempo con música suave (opcional).

No es obligatorio compartir.

5.CIERRE: “MI HECHIZO PERSONAL”

Lee lentamente:

“No necesito perderme para que me quieran.
Mi magia empieza en mí.”

Píde a los alumnos que creen su propio hechizo personal.

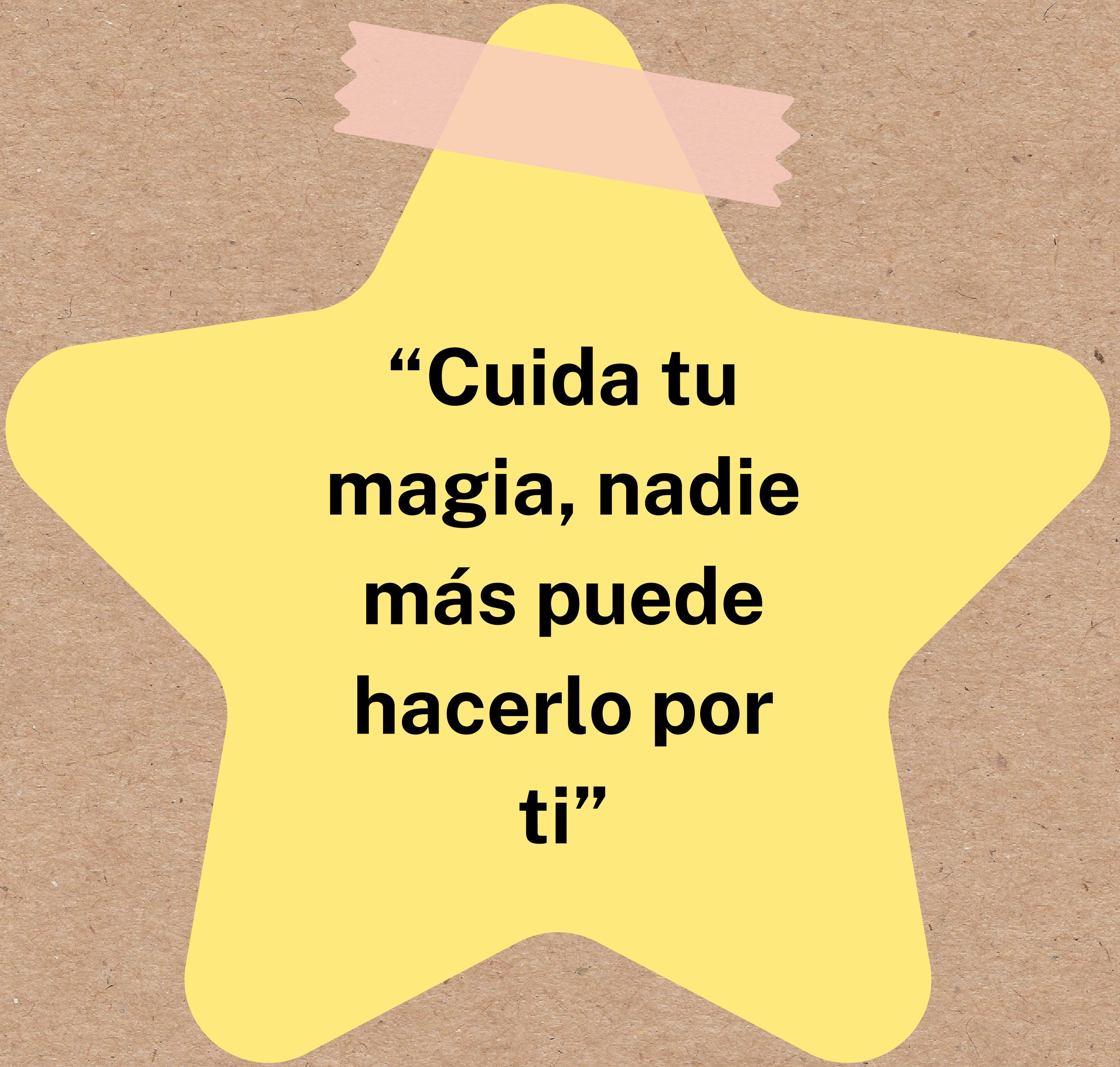
puede iniciar con algo como: “me comprometo a...” o algo más poético como ”elijo escuchar mi sonido, seguir mi propia voz”

No hay fórmula perfecta, deja volar tu imaginación

Ahora también escriban su hechizo alrededor de la hoja en donde realizaron su dibujo, siguiendo el marco.

**invita a 3 o 4 alumnos que
compartan su hechizo**

Cierre docente



**“Cuida tu
magia, nadie
más puede
hacerlo por
ti”**

huasmole.org



huasmole.com



HUASM**O**LE
C O R P