



TEMÁTICA

Autonomía personal,
autoestima y
autoconcepto

EDAD

+14 años



El buzón

OBJETIVOS

- Favorecer la autoestima mutua
- Generar cohesión de grupo

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En una pared del aula se cuelgan sobres abiertos (a modo de buzones) y en el exterior de cada sobre habrá que poner el nombre de cada alumno y alumna del aula.

A continuación, cada participante deberá llenar una tarjeta para cada uno/a de sus compañeros/as, en esta tarjeta deberá poner de 1 a 3 cosas positivas, buenas o que le gustan de esta persona.

Después, cada persona irá introduciendo en los sobres las tarjetas correspondientes. Para finalizar la actividad, cada persona leerá en silencio, todas las tarjetas que le han ido dejando.

Importante: No es obligatorio firmar cada tarjeta.

MATERIALES NECESARIOS

- ▢ Folios
- ▢ Bolígrafos
- ▢ Celo

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA



COMPETENCIAS BÁSICAS

Conciencia y regulación emocional

<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	-----------------------	-----------------------

Autonomía personal, autoestima y autoconcepto

<input checked="" type="radio"/>				
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Habilidades sociales y resolución de conflictos

<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
----------------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Habilidades para la vida y bienestar personal

<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	-----------------------	-----------------------