



Dimensión:



Conoce T

“Cuestionario diagnóstico”

**Para reflexionar...**

- ¿Reconozco como docente que los jóvenes pueden enfrentar dificultades para identificar sus capacidades y habilidades?
- ¿Estoy consciente que algunas personas tienen una visión limitada sobre el potencial de los jóvenes?
- ¿Me doy cuenta que, en algunas ocasiones, no me es fácil reconocer si tengo la capacidad para cumplir mis objetivos?

Para trabajar  
con:  
EstudiantesTiempo de  
planeación:  
10 min.**Nuestro objetivo:**

Que los jóvenes reconozcan y se sensibilicen sobre las habilidades, fortalezas, cualidades, aptitudes y destrezas que poseen.

Duración  
estimada:  
30 min.**Condiciones y materiales deseables:**

Se puede desarrollar al inicio del semestre, durante las horas de tutorías, en algún módulo de orientación educativa o después de conocer los resultados de las evaluaciones parciales. Se necesitan hojas y bolígrafos.

Habilidades  
generales en  
entrenamiento

Autoconciencia

**Paso a paso:**

1. Se pide a los estudiantes que guarden todas sus cosas o pertenencias y solamente se queden con una hoja y un bolígrafo.
2. Se escriben las preguntas en el pizarrón para que los estudiantes las copien y respondan:
  - ¿Para qué consideras que eres bueno?
  - ¿Cómo podrías desarrollar tus habilidades y capacidades?
  - ¿Para qué te gustaría utilizar esas capacidades?
  - ¿Esas capacidades y/o habilidades te sirven para lograr tus metas?
  - ¿Qué otra capacidad o habilidad te puede apoyar en esta etapa del bachillerato?
4. Al término de esta actividad se pide que compartan en plenaria sus respuestas.
5. Se concluye la actividad en plenaria comentando que todos son capaces de lograr sus metas y que se pueden desarrollar habilidades para el beneficio de nuestro proyecto de vida.

Habilidades  
específicas en  
entrenamiento

Auto percepción



Autoeficacia

**Para terminar...**

¿Cómo seré una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?

Esta actividad nos permite reconocer nuestro valor como jóvenes; reconocer que somos capaces de lograr muchas de las cosas que nos proponemos. También nos ayuda a minimizar los efectos de los mensajes negativos que recibimos de los adultos.



Elaborada en colaboración con Red Estatal de Mujeres Simone de Beauvoir, A.C.

**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio  
[www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.