

ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

"REFLEJOS DE MI MUNDO: DESCUBRIENDO CÓMO ME VEN"

Actividad N°: 2



Situación de Aprendizaje (SA)

Contexto:

En colaboración con una compañía de teatro local, alumnado de 3º y 4º de ESO están invitados a participar en "Expo-Actúa", una iniciativa que combina introspección personal y expresión creativa. Este proyecto no solo ofrece a las y los jóvenes un espacio para explorar el teatro, sino que también les brinda la oportunidad de destacarse como guionistas. La actividad está diseñada para servir como un puente hacia la exploración vocacional, incitando al alumnado a reflexionar sobre sus intereses, valores y habilidades, y cómo estos pueden influir en sus decisiones profesionales futuras.



Punto de partida:

La compañía de teatro lanza con entusiasmo "Expo-Actúa: Un Escenario de Autoconocimiento y Exploración Vocacional". En esta convocatoria se invita al alumnado a sumergirse en el mundo del teatro principalmente como creadores de historias, dando vida a sus ideas mediante la escritura de guiones. Los guiones deberán reflejar su percepción personal y cómo creen que son vistos por otras y otros, promoviendo una reflexión y autoexploración. Este enfoque pretende utilizar la escritura creativa como medio para entender cómo las percepciones personales y de otras personas pueden impactar en sus futuras elecciones vocacionales.



ANEXO: [Invitación](#)



Objetivos:

El objetivo es enriquecer su autoconocimiento y entender cómo dichas percepciones pueden influir en sus decisiones de vida y elecciones vocacionales. Esto fomenta una toma de decisiones más informada y alineada con su identidad y las capacidades que otros y otras reconocen en ellos y ellas.

1. Fomentar la autoconciencia a través de la percepción externa.
2. Desarrollar habilidades de empatía y comunicación.
3. Reflexionar sobre cómo las percepciones de otras personas pueden influir en la imagen personal y las decisiones vocacionales.
4. Reflexionar sobre cómo las percepciones externas pueden influir en la elección de carreras en campos STEM, fomentando la autoconfianza y la eliminación de estereotipos de género que puedan limitar las aspiraciones en estas áreas.
5. Crear un espacio para que el alumnado reconozca la diversidad de perspectivas y aprenda a valorarlas.
6. Promover en el alumnado el desarrollo de metas y aspiraciones, ayudándoles a imaginar su futuro profesional, especialmente en aquellos casos donde perciban la universidad o el ámbito laboral como algo remoto o fuera de su alcance.

Competencias Clave:

COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)
COMPETENCIA LINGÜÍSTICA (CCL)
COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)

Descriptores Operativos:

CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CCL1, CE1, CE2;



Descripción de la sesión

1

Actividad Preliminar (Antes de la Sesión en el Aula)

Rol de la persona guía del programa:

La persona guía proporcionará al alumnado el cuestionario junto con instrucciones detalladas, asegurándose de que comprendan el propósito de la encuesta y cómo llevarla a cabo correctamente. Además, ofrecerán apoyo ante cualquier duda o problema durante la distribución y recolección de las encuestas y revisarán que estas se hayan completado adecuadamente antes de la próxima sesión en el aula.



ANEXO: [Encuesta “cómo me ven”](#)

2

Exploración y creación de guiones: Verificación de encuestas

Al comenzar la sesión, la persona guía verificará que el alumnado haya traído las encuestas completadas.

3

Exploración y creación de guiones: Compartir experiencias

Breve momento para que el alumnado comente rápidamente sus experiencias al realizar las encuestas, destacando aspectos interesantes o desafiantes que encontraron.

Se pueden plantear preguntas como:

- ¿Qué fue lo más sorprendente que descubriste al hacer las encuestas?
- ¿Hubo alguna respuesta que te llamó especialmente la atención o te hizo reflexionar?
- ¿Qué parte del proceso de encuestar a otras personas te resultó más fácil o más difícil?
- ¿Notaste algún patrón o tendencia en las respuestas que recibiste?
- ¿Cómo te sentiste al escuchar cómo otras personas te perciben?
- ¿Hubo alguna respuesta que no esperabas o que te hizo cuestionar tu propia percepción de ti mismo/a?
- ¿Crees que las respuestas reflejan cómo te ves a ti mismo/a, o son diferentes? ¿Por qué?
- ¿Tuviste algún desafío a la hora de obtener respuestas de las personas que encuestaste?

4

Exploración y creación de guiones: Introducción al proyecto

Se hará un repaso breve de los objetivos de la actividad, enfatizando cómo el proceso de recolección de datos externos facilita la autoexploración y la toma de decisiones vocacionales. Además se invitará a visualizar el siguiente video.

Después de ver el video, el alumnado participará en una rueda rápida de intervenciones, donde cada estudiante compartirá una palabra o frase breve que resuma lo que le ha sugerido el video.



Actividad de enriquecimiento: Escribe la palabra/frase en la pizarra o en un espacio compartido (digital o físico). Así, el alumnado puede visualizar las impresiones comunes o distintas que ha generado el vídeo.



Video: [¿Cómo nos vemos? ¿Cómo nos ven los demás?](#)

Exploración y creación de guiones: Análisis de Datos de Encuestas (10 minutos)



En grupos pequeños, el alumnado revisará y discutirá las respuestas recogidas para identificar tendencias y percepciones clave sobre ellas y ellos mismos.

Para ayudar al análisis de encuestas, proporciona a cada grupo una ficha de análisis con dos columnas: "Percepciones que me sorprendieron" y "Percepciones que coinciden con mi autoimagen". El alumnado debe completar ambas columnas en función de las respuestas recogidas.



ANEXO: [Ficha de análisis de percepciones](#)

El/la guía de la actividad debe informar al alumnado que el análisis de la información recogida es crucial para entender cómo son vistos por otras personas y cómo estas percepciones pueden diferir de su autoimagen. Algunas instrucciones breves y claras que podrías dar al alumnado para guiar el análisis en grupos pequeños:

- Revisen todas las respuestas que recibieron y anoten las ideas o percepciones que se repiten con frecuencia.
- Identifiquen las percepciones positivas o cualidades que los encuestados destacan más a menudo.
- Comparen esas percepciones con cómo se ven a ustedes mismos y mismas. ¿Hay coincidencias o diferencias?
- Discutan si alguna de las respuestas les sorprendió o si esperaban algo distinto.
- Reflexionen sobre si hay algún patrón común entre las respuestas, como si las personas que los conocen bien tienen opiniones similares o distintas.
- Compartan en el grupo cómo creen que estas percepciones podrían influir en sus decisiones futuras, como la elección de una carrera o una meta personal.

Exploración y creación de guiones: Creación de guiones (20 minutos)

Durante esta fase, oriente al alumnado para que integren sus percepciones en una narrativa colaborativa y significativa. Cada estudiante debe seleccionar una percepción clave de las encuestas, ya sea una que les haya sorprendido o que coincida con su autoimagen. Guélos para que, en grupo, construyan una única historia en la que se exploren estas percepciones de manera coherente.

Indique al alumnado que estructuren su guión en tres partes: una introducción donde se presenten los personajes y las percepciones seleccionadas; un desarrollo, donde se dramatice el conflicto o el acuerdo entre la autoimagen y las percepciones externas; y una conclusión donde los personajes reflexionen sobre cómo estas percepciones han influido en su visión de sí mismos y mismas.

Dado el tiempo limitado, anime a los grupos a concentrarse en una escena clave que permita mostrar el contraste o la confirmación entre las percepciones y la autoimagen de los personajes. Si los grupos no logran completar diálogos detallados, sugerimos que desarrollen un resumen narrativo que capture las ideas principales de la historia y las interacciones entre los personajes.

Asegúrese de supervisar el proceso para verificar que cada estudiante tenga la oportunidad de contribuir con su percepción personal y que el guión refleje un equilibrio entre las percepciones externas y la autoimagen de los personajes.



ANEXO: Modelo de guión

Algunas sugerencias breves que puedes dar al alumnado para ayudarlos a desarrollar sus guiones:

- Elijan una o dos percepciones externas que se repitan en las encuestas y compárenlas con su autoimagen para construir la base del guión.
- Dividan el guión en escenas: una que muestre cómo creen que los ven las y los demás y otra que refleje cómo se ven ustedes mismos y mismas.
- Usen ejemplos concretos de las encuestas, como frases o cualidades destacadas, para crear diálogos o situaciones en el guión.
- Incorporen situaciones cotidianas o profesionales (relacionadas con STEM si es posible) donde las percepciones externas influyan en las decisiones o comportamientos del personaje.
- Consideren dramatizar un conflicto interno o externo, donde las percepciones externas contrastan con la autoimagen, y resuélvanlo a lo largo del guión.
- Mantengan el tono creativo y personal: pueden usar el humor, la reflexión o la emotividad para transmitir cómo estas percepciones afectan al personaje.

Cierre (10 minutos)

- **Presentación relámpago de Borradores y Retroalimentación** (5 minutos): Cada grupo presentará su percepción clave y cómo la integraron en el guión, recibiendo comentarios iniciales de sus compañeros y compañeras de clases y del guía del programa.
- **Planificación para la Finalización** (5 minutos): Se darán instrucciones sobre cómo finalizar y perfeccionar los guiones después de la sesión, preparándolos para una posible presentación o discusión en futuras sesiones.



Actividad de enriquecimiento: Cada grupo podría entregar una breve sinopsis por escrito sobre la percepción elegida y su impacto en el guión, lo que permitiría agilizar las presentaciones orales y aún dar la oportunidad de que se compartan todos los trabajos.



Recursos

- **Ordenadores**
- **Conexión de wifi**
- **Cuestionarios completados**
- **Material de Escritura: Bolígrafos, lápices y papel, ordenadores para escribir los guiones**
- **Espacio de Trabajo Adecuado**

Recomendaciones para llevarla a cabo



Asegúrate de que haya conexión a internet disponible para que el alumnado pueda ver los videos y trabajar con las herramientas digitales durante la actividad.



Crear un ambiente de respeto y apoyo donde todo el alumnado se sienta cómodo compartiendo sus percepciones y trabajos.



Establecer un cronograma claro con fechas límite para cada fase de la actividad, asegurando que el alumnado tenga tiempo suficiente para la preparación y redacción.



Animar al alumnado a ser creativo en la redacción de sus guiones, permitiendo la expresión personal y la interpretación de las percepciones recogidas.



Se recomienda que la persona que guía la actividad tenga perfil de orientación.

Tiempo aproximado

50 minutos

Rúbrica de evaluación

Criterios	Excelente 5	Bueno 4	Aceptable 3	Suficiente 2	Inicio 1
Auto-conocimiento	Muestra una profunda comprensión de cómo las percepciones externas influyen en su autoimagen y decisiones.	Muestra bien cómo las percepciones externas pueden influir en su autoimagen.	Muestra una comprensión básica de la influencia de las percepciones externas.	Muestra en cierta medida la influencia de las percepciones externas.	Muestra poco reconocimiento de cómo las percepciones externas pueden influir en su autoimagen.
Empatía y comunicación	Demuestra empatía excepcional y habilidades de comunicación en la interpretación y presentación de percepciones.	Muestra buenas habilidades de empatía y comunicación.	Muestra habilidades básicas de empatía y comunicación.	Demuestra un nivel emergente de empatía y habilidades de comunicación.	Tiene dificultades para mostrar empatía y habilidades de comunicación.
Reflexión sobre Decisiones Vocacionales	Reflexiona profundamente sobre cómo las percepciones externas influyen en sus decisiones vocacionales.	Tiene una buena reflexión sobre la influencia de las percepciones externas en sus decisiones.	Reflexiona a un nivel básico sobre la influencia de las percepciones externas.	Muestra una reflexión inicial sobre la influencia de las percepciones externas.	Muestra poca o ninguna reflexión sobre cómo las percepciones externas influyen en sus decisiones.
Valoración de la Diversidad de Perspectivas	Valora y aprecia activamente la diversidad de perspectivas en un nivel excepcional.	Muestra una buena valoración y aprecio por la diversidad de perspectivas.	Reconoce la importancia de la diversidad de perspectivas a un nivel básico.	Comienza a reconocer la importancia de la diversidad de perspectivas.	Muestra poco reconocimiento de la diversidad de perspectivas.

ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

"REFLEJOS DE MI MUNDO: DESCUBRIENDO CÓMO ME VEN"

Actividad N°: 2





ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

ANEXOS





¡Atrévete a brillar en "Expo-Actúa!"



La compañía de teatro te invita a desplegar tu talento y creatividad en un escenario único donde podrás ser guionista y creador de tu propia historia.

Plasmando tu visión en un guión original.

Esta es tu oportunidad de explorar quién eres y cómo te ven las y los demás.

"Expo-Actúa" no es solo teatro, es un viaje hacia tu interior que te ayudará a descubrir tus pasiones y definir tu camino vocacional.

Anímate y participa

Instrucciones

Selecciona a una o varias personas de tu entorno y pídeles que realicen esta encuesta sobre ti. Esto te ayudará a conocer mejor cómo te perciben los y las demás.

- Nombre de la persona entrevistada:
- Relación con la persona entrevistada:
- Fecha de la entrevista:
- Nombre del entrevistador (a):

CÓMO ME VEN

1. ¿Cómo describirías mi personalidad en tres palabras?

- A. Creativo/a, independiente, curioso/a
- B. Organizado/a, responsable, detallista
- C. Amistoso/a, sociable, empático/a
- D. Reservado/a, tímido/a, introspectivo/a

2. ¿Cuáles crees que son mis mayores fortalezas?

- A. Habilidades de comunicación y expresión
- B. Capacidad analítica y resolución de problemas
- C. Creatividad y pensamiento innovador
- D. Disciplina y consistencia en tareas

3. ¿En qué áreas piensas que podría mejorar?

- A. Gestión del tiempo y organización
- B. Habilidades sociales y trabajo en equipo
- C. Tendencia a evitar riesgos o desafíos
- D. Expresión de opiniones y autoconfianza

4. ¿Qué tipo de actividades crees que disfruto más?

- A. Actividades creativas (arte, música, escritura)
- B. Tareas estructuradas y organizadas
- C. Proyectos que involucren trabajo en equipo
- D. Actividades solitarias o introspectivas



5. ¿Cómo me ves enfrentando desafíos o problemas?

- A. Con determinación y enfoque práctico
- B. Evitando confrontaciones o conflictos
- C. Con paciencia y análisis detallado
- D. Sentirse abrumado/a o indeciso/a

6. ¿Qué profesión crees que se ajustaría a mis habilidades y personalidad?

- A. Áreas creativas (diseñador, artista, escritor)
- B. Profesiones técnicas o científicas
- C. Trabajos que impliquen ayudar a otras personas (salud, educación)
- D. Roles que requieran trabajo autónomo y poca interacción social

7. ¿Qué consejo me darías para mi futuro profesional?

- A. Explora diferentes áreas y mantén una mente abierta
- B. Fortalece tus habilidades de comunicación y trabajo en equipo
- C. Enfréntate a desafíos para aumentar tu confianza
- D. Busca equilibrar tus habilidades prácticas con tus intereses

8. Comentarios adicionales:

Si deseas añadir algún comentario adicional:

ANEXO: Ficha de análisis de percepciones

Instrucciones

Revisa las respuestas que recibiste en las encuestas.



- En la primera columna, anota dos o tres percepciones que te sorprendieron o que no esperabas escuchar de las personas encuestadas.
- En la segunda columna, escribe aquellas percepciones que coinciden con la manera en que te ves a ti mismo/a.
- En esta misma columna, anota dos o tres ejemplos en los que las respuestas de las personas encuestadas reflejan lo que tú ya sabías o percibías de tu carácter, habilidades o personalidad.

Una vez completada la ficha, discútela en tu grupo. Comparte qué percepciones fueron más interesantes para ti y por qué. Esta información te ayudará a preparar el guión.

Percepciones que me sorprendieron	Percepciones que coinciden con mi autoimagen





**Modelo de Guión para Historia Corta:
"El Espejo de Marta".**

Este guión sirve como base para que el alumnado cree sus propias historias, animándolos /as a incorporar detalles de las entrevistas y explorar la dinámica entre la auto-percepción y la percepción externa de una manera creativa y reflexiva.

Género: Drama

Duración: Aproximadamente 10 minutos

Sinopsis: Marta, una alumna de secundaria, descubre que la percepción que su grupo clase tiene de ella es muy diferente de cómo ella se ve a sí misma. A través de una serie de eventos en la escuela, Marta confronta estas percepciones y aprende algo valioso sobre sí misma y sus amigos.

Escena 1: En el aula

Lugar: Aula de clase, día.

Personajes:

- **Marta:** Una chica introvertida que piensa que los demás la ven como aburrida.
- **Lucas:** Compañero de clase, extrovertido, amigo de Marta.
- **Clara:** Compañera de clase, popular y vocal.

Acción: Marta está sentada sola en su pupitre, dibujando en su cuaderno. Lucas y Clara conversan a un lado.

Diálogos:

- **Lucas:** (riendo) No, en serio, Clara, Marta es la más creativa de nosotros. ¿Has visto sus dibujos?
- **Clara:** (sorprendida) ¿Marta? ¿En serio? Siempre me pareció un poco callada y distante.
- **Lucas:** Es que no la conoces bien. Ella tiene un mundo interior impresionante. (*Marta escucha su nombre y presta atención, sin hacerse notar.*)

Escena 2: Recreo

Lugar: Patio de recreo, día.

Personajes:

- **Marta**
- **Lucas**
- **Clara**
- **Alumnado vario**

Acción: Marta se acerca tímida a un grupo que están hablando de un proyecto de arte.

Diálogos:

- **Clara:** (mirando a Marta) Oh, hola, Marta, ¿quieres unirte a nuestro proyecto? Lucas dijo que eres buena con el arte.
- **Marta:** (dubitativa) Eh, sí, podría... ayudar.
- **Lucas:** (animado) ¡Genial! Necesitamos alguien que pueda darle un toque único, y eso es lo tuyo.

(Marta sonríe, sintiéndose más valorada.)

Escena 3: Reflexión final

Lugar: Habitación de Marta, noche.

Personajes:

- **Marta** (sola)

Acción: Marta está frente a su espejo, reflexionando sobre el día.

Diálogos:

- **Marta:** (a sí misma) Siempre pensé que los demás me veían como aburrida, pero quizás... solo necesitaba verme a través de sus ojos. (Sonríe) Mañana será un nuevo día para mostrarme tal como soy.