



SESIÓN 8





EJERCICIOS

Creando vínculos: Tres palabras

Pide a los participantes que piensen en tres palabras que describan su experiencia en el curso Living e-Motions. Pueden ser las tres palabras que ellos quieran - tres palabras sueltas o un comentario usando tres palabras. Después compartirán estas palabras con el resto de los participantes.



NOTAS DEL TUTOR

Este es un ejercicio rápido y ameno que sirve para que los participantes empiecen a reflexionar y como feedback para el curso. Puedes repartir a cada participante tres notas post-it y pedirles que salgan uno a uno para pegarlas en la pizarra o en la pared. Otra alternativa es grabar las palabras a medida que las comparten o pedir a los participantes que las escriban en la pizarra.



Compartiendo nuestras historias

Durante este ejercicio cada participante compartirá la historia que ha estado desarrollando durante el curso. La historia puede contarse en persona o haber sido grabada con anterioridad en un teléfono móvil para enseñársela al grupo.



NOTAS DEL TUTOR

La información sobre este ejercicio está disponible en la sección de información. Es recomendable que los participantes tengan tiempo y apoyo para preparar su historia. Puede resultarles de gran ayuda el tener la opción de contar la historia en persona o de grabarla con anterioridad para enseñársela al grupo. Las historias no deberían durar más de 3 ó 4 minutos.

Es recomendable que no haya debate o preguntas al final de cada historia para garantizar que se ha escuchado con respeto la historia de cada persona. Cada participante debería ser aplaudido por compartir su historia, pero no debería ser puesto en una situación en la que se debata o pregunte sobre ésta.



Mi Pasaporte de Aprendizaje

Pide a cada participante que use la plantilla del Pasaporte de Aprendizaje Living e-Motions para crear su propio documento. Existen dos tipos de plantilla: una en blanco y otra con algunas pistas que ayudan en su elaboración.



NOTAS DEL TUTOR

Anima a los participantes a que vuelvan a los ejercicios de la Sesión 7 y los usen como base para su Pasaporte de Aprendizaje. Además de la plantilla, puedes facilitarles algunos consejos sobre cómo rellenar el Pasaporte. Es posible que algunos participantes necesiten ayuda de forma individual para rellenarlo.



Mi viaje en Living e-Motions

Pide a los participantes que rellenen el formulario de evaluación.



NOTAS DEL TUTOR

Es importante que el participante rellene los formularios de evaluación. Si algún participante tiene problemas para hacerlo, puedes ayudarlo. Recuerda a los participantes que este es un curso piloto y que es necesario que sepamos lo que piensan de él - lo que les ha funcionado y lo que necesita ser cambiado o mejorado - de modo que el curso final sea lo mejor posible.



MATERIAL DE APOYO



Mi pasaporte de aprendizaje

Nombre:

Soy...

Mis cualidades

Mis nuevas habilidades y conocimientos



Cómo deseo usar mis nuevas habilidades y conocimientos

Recomendación

Nombre:

Este espacio sirve para incluir tu nombre o cualquier información personal que desees añadir, como por ejemplo una fotografía.

Soy...

Este espacio sirve para que escribas una breve afirmación sobre ti, algo como: 'Soy una persona apasionada y entusiasta a la que le gusta trabajar con otros para lograr un cambio'.

Mis cualidades

Este espacio sirve para que elabores una lista de tus cualidades clave (habilidades, aptitudes, cosas que se te dan bien). Muchos currículums incluyen esta categoría, ya que es un resumen de ti mismo/a. Debe ser conciso e incluir afirmaciones como:

- Buena capacidad comunicativa escrita y en persona.
- Capacidad de inspirar y motivar a las personas.
- Buena atención a los detalles.



Mis nuevas habilidades y conocimientos

Este espacio sirve para que incluyas una lista de los aspectos clave que has aprendido y las habilidades que has adquirido durante el curso Living e-Motions. Como base revisa tus apuntes de la Sesión 7.

Cómo deseo usar mis nuevas habilidades y conocimientos

Este espacio sirve para que escribas una breve afirmación sobre cómo deseas usar tus nuevas habilidades y conocimientos. Algunos ejemplos son:

- Usar mi experiencia para ayudar a otros en su viaje hacia la recuperación.
- Conseguir un trabajo en el que pueda ayudar a otros a alcanzar sus metas.
- Buscar oportunidades para continuar mi educación e ir a la universidad.

Recomendación

Este espacio está reservado para que un compañero o el facilitador escriba un comentario sobre ti centrándose en tus cualidades, conocimientos y habilidades. Por ejemplo:

‘[nombre] es un/a participante motivado/a y entusiasta capaz de ayudar a otros en su aprendizaje.’



TU EXPERIENCIA CON EL CURSO

1. Tu experiencia con el curso

Las siguientes preguntas utilizan una escala del 1 al 5 en la que 1 significa que estás muy de acuerdo y 5 que no estás nada de acuerdo. Rodea con un círculo el número que más se ajuste a tu experiencia.

El curso Living e-Motions ha sido entretenido.

1 2 3 4 5

He aprendido mucho durante el curso Living e-Motions.

1 2 3 4 5

El contenido de las sesiones y los ejercicios han sido interesantes.

1 2 3 4 5

Me siento más seguro/a de mi experiencia y futuros conocimientos.

1 2 3 4 5

2. ¿Qué es lo que más te ha gustado del curso?



3. ¿Qué se debería cambiar o mejorar?

Incluye cualquier idea de cambio o mejora que se te ocurra.

4. ¿De qué forma te ha beneficiado el curso Living e-Motions?

Cuéntanos cualquier cosa sobre el curso (contenidos, ejercicios, grupo) que te haya resultado beneficiosa.

5. ¿Qué planeas hacer ahora?

Cuéntanos tus planes de futuro y cómo harás uso de lo que has aprendido durante el curso.



GRACIAS POR COMPLETAR ESTE FORMULARIO DE EVALUACIÓN



