

# Autoimagen

Objetivo: Reflexionar sobre cómo nuestro entorno influye en nuestra autoimagen como mujeres y promover estrategias para cuidarnos y valorarnos mutuamente.

# ¡Haz ahora!

- En el papel entregado, escribe "Yo soy..." y haz un listado con 20 cualidades positivas tuyas.

## Reflexionemos...

- ¿Cuál fue tu experiencia al realizar el ejercicio?
- ¿Por qué crees que pasó eso?

## Video 1: "Sé una dama, me dijeron"



<https://www.youtube.com/watch?v=d2oOCiANBVg>

# Reflexionemos...

- ¿Qué ideas expone el video?
- ¿Te sientes identificada con las ideas expuestas? ¿Por qué?
- ¿De dónde provienen estas ideas? ¿Quiénes nos imponen estas ideas?
- ¿Qué efectos tiene en nosotras?

## Video 2: “Despierta–La Rebelión del Cuerpo”



[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=16&v=cWPZMn1F3vY&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=16&v=cWPZMn1F3vY&feature=emb_logo)

## Reflexionemos...

- ¿Qué idea transmite el video?
- ¿Has escuchado este tipo de comentarios? ¿Has sido parte de ellos?
- ¿Por qué crees que las mujeres nos hacemos esto entre nosotras?
- ¿Qué efecto tiene en nosotras este tipo de ideas?
- ¿Cómo podemos evitar esto?

**¡ACCIÓN!**



# Elaboración de Afiches

- En grupos, confeccionen un afiche para pegar en en la escuela (sala de clases, entrada de la escuela, comedor, baño de mujeres) que nos invite a las mujeres de nuestra comunidad a valorarnos, cuidarnos entre nosotras y fortalecer nuestra autoimagen.
- Incluyan una frase atractiva y dibujos y colores que llamen la atención.
- ¡Usen su imaginación y creatividad!

# Compartamos nuestros afiches

- Presenten al resto del curso el afiche que crearon. Cuéntenos:
  - ¿Qué intenta promover su afiche?
  - ¿Por qué escogieron esos elementos para incluir?
  - ¿Dónde les gustaría pegarlo?
  - ¿Qué efecto les gustaría que tuviera en las mujeres que lo vean?

# Ticket de Salida 3-2-1

A partir de la clase de hoy, escribe:

1. **TRES** cosas que aprendiste en esta clase
2. **DOS** preguntas que aún tienes
3. **UN** aspecto de la clase que disfrutaste

ESCUELA

GLO

BALÉ

ESCUELA  
GLO  
BAL

[escuelaglobal.org](http://escuelaglobal.org)