

## P-Acción



**Paso:** Seis - ¡Reflexiona!



**Tiempo:** 45 min



**Espacio y materiales requeridos:**

- Cuadernos o papeles;
- Copia de las preguntas de reflexión (anexas);
- Plumas.



**Descripción de la herramienta**

1. Pide a los participantes que encuentren un espacio cómodo en la habitación, que se sienten o se acuesten y cierren los ojos. Con una voz suave y firme, guíe la reflexión, usando las preguntas de Reflexión (anexas).
2. Cuando todo el mundo abre sus ojos y después de dejar suficiente tiempo para que escriban, pídeles que se sienten en un círculo, y anima a quien quiera compartir sus declaraciones y su plan para difundirlo.



**Anexo: Preguntas de reflexión**

*Recuerda el primer día en que comenzamos a implementar los talleres.*

*¿Recuerdas tus sentimientos y tus expectativas?*

*Trata de recordar paso a paso lo que hemos estado haciendo en cada una de las sesiones.*

*¿Recuerdas qué actividad te afectó más? ¿Por qué? ¿Que pasó ahí?*

*¿O tal vez fue una pregunta que lo que te afectó? ¿Te hizo reflexionar?*

*Piensa en un momento en el que te sintieras bien.*

*¿Cómo son tus relaciones con el resto del grupo después de los talleres?*

*¿Qué ha cambiado en ti desde el primer taller?*

P-ACTION = Personal significa político, eso significa que el cambio comienza con nosotros, y podemos ser un ejemplo para otros cambiando algo en nosotros mismos, en nuestras propias vidas, siguiendo nuestros principios y declarándolos en voz alta. Podemos hacer una declaración importante que puede influenciar a las personas que nos rodean. Por lo tanto, piensa por favor cuál es tu P-Acción, cuál es tu declaración personal después de los talleres, y cómo te gustaría compartir esta declaración con otras.

Cuando te sientas preparado, abre los ojos y anótalo en tu cuaderno.