



**Construye
comunidad** ( **Plenalab**)
Una nueva forma de trabajar en red



HERRAMIENTA
ENFOCA TU PROPÓSITO

Parte de:



**Caja de herramientas
Construye Comunidad**

Estrategias para contribuir a comunidades
acogedoras e inclusivas.

Más info: www.construyecomunidad.org

¿PARA QUÉ SIRVE?

En la primera parada para construir comunidad, os proponemos enfocar tu propósito.

Proponemos un ejercicio que nos puede ayudar a ajustar el enfoque de nuestro propósito para construir comunidad.

Es un ejercicio para ti. En intimidad, tú contigo.

Es una propuesta para reflexionar, profundizar y descubrir. Te ayudará a empezar a planear sobre algo en lo que tú tienes que avanzar.

¿Qué es un propósito?

La determinación firme de hacer algo.

Recuerda que:

- ◆ Las personas cambiamos en función de lo que tenemos alrededor.
- ◆ Los barrios toman forma dependiendo de las personas que los habitan.

Es un buen momento para enfocar tu propósito, conectado con tu barrio.

PASO 1

Empezamos por el YO. Por una misma. Te vamos a proponer una serie de preguntas y te daremos un tiempo para ir escribiendo, dibujando o garabateando las respuestas. Es para ti, no lo haces con otras personas. Aprovechalo como un regalo que te haces a ti misma.

Coge un folio en blanco.

Dóblalo por la mitad. En una mitad escribe arriba y en letras mayúsculas YO o tu nombre. Lee estas preguntas y ve pensando y escribiendo/pintando/dibujando lo primero que te surja.

Empezamos.

PREGUNTAS DE EXPLORACIÓN “YO”

- ◆ Piensa en dos palabras que describan cómo eres.
- ◆ ¿Qué te gusta hacer?
- ◆ ¿Qué se te da bien? ¿Cuáles son tus talentos?
- ◆ Qué dicen los demás de ti. En qué dicen que destacas o qué cosas se te dan bien. Que cosas te dicen desde que eras pequeña.
- ◆ En qué cosas o para qué cosas la gente te suele pedir ayuda.
- ◆ Te sientes bien, te sientes fluir cuando haces...
- ◆ En qué situaciones te sale la sonrisa inconsciente.
- ◆ ¿De qué cosas te sientes orgullosa?
- ◆ ¿Qué cosas te indignan?
- ◆ ¿Qué cosas te impulsan a la acción, te motivan?
- ◆ Si tuviera una hora libre al día para construir comunidad haría...
- ◆ Qué hace que sientas que has tenido un gran día.
- ◆ Qué hace que sientas que tu día ha tenido sentido.



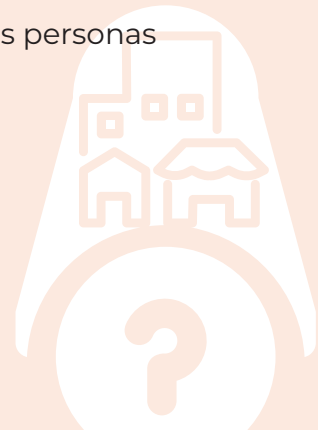
PREGUNTAS DE EXPLORACIÓN “MI BARRIO”

Pues ahora vamos a dar la vuelta al folio y en el otro lado escribimos o dibujamos el nombre de tu barrio o pueblo.

Recordamos cómo antes hablábamos de cómo nuestro propósito se conecta y transforma en relación a nuestro entorno. Vamos a explorar qué está pasando en nuestros barrios.

Empezamos:

- ◆ Piensa en dos palabras que describan cómo es tu barrio.
- ◆ ¿Qué cosas interesantes se pueden hacer en él?
- ◆ ¿Por qué es un buen lugar para vivir?
- ◆ ¿Cómo son tus vecinos/as?
- ◆ ¿Cómo son los lugares de tu barrio en los que la gente se conecta?
- ◆ ¿Qué destacarías de la historia de tu barrio?
- ◆ ¿Por qué elegiste tu barrio para vivir?
- ◆ ¿Qué dicen los demás vecinos de tu barrio. ¿Qué buscan otras personas en tu barrio.
- ◆ ¿Qué te gusta hacer en tu barrio?
- ◆ ¿Qué cosas pasan en tu barrio que te preocupan?
- ◆ ¿Qué crees que se podría mejorar en tu barrio?
- ◆ ¿Cómo sería el mejor día en tu barrio?
- ◆ ¿Cómo está tu barrio ahora?
- ◆ ¿Has descubierto algo en estos meses?
- ◆ Si pudieras ¿qué cambiarías de tu barrio?



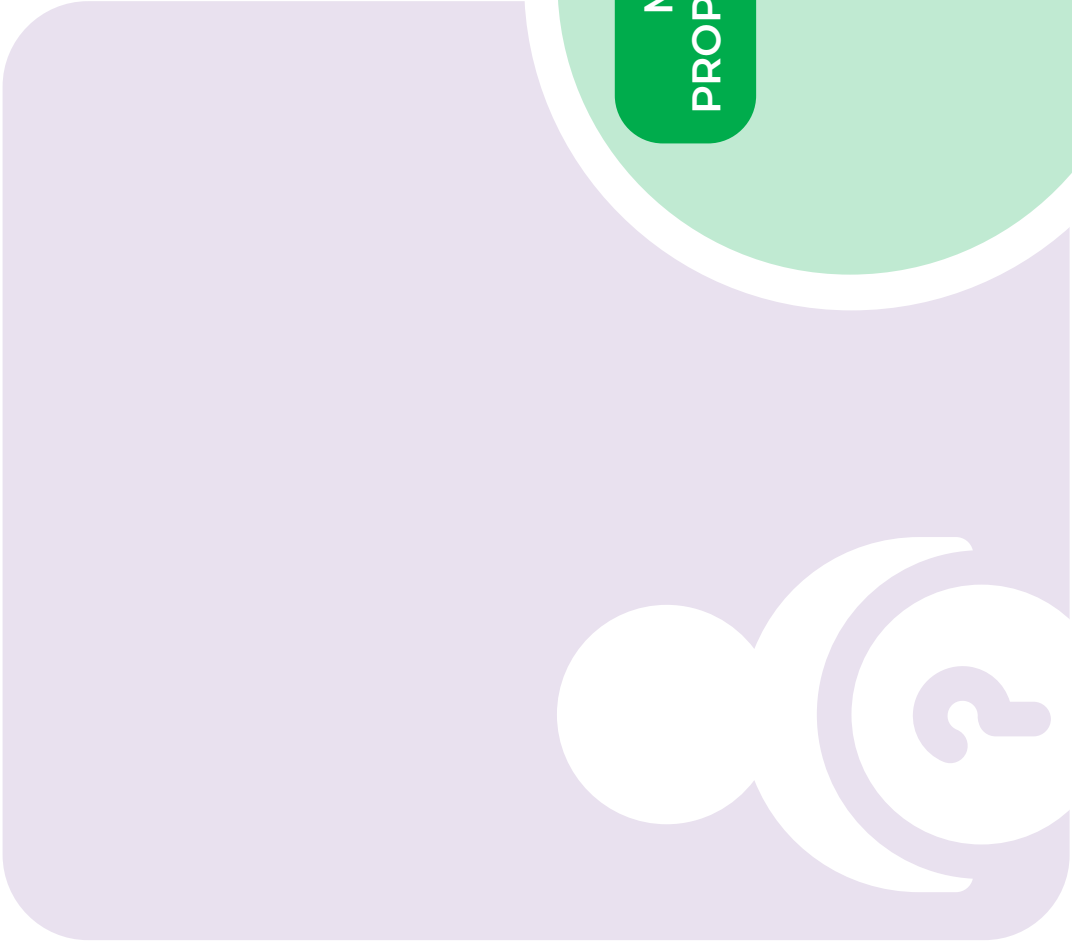
PASO 2

Ahora, siguiendo la forma de la plantilla, haz un círculo en medio y trata de conectar las dos partes del folio. ¿Cómo se conectan las respuestas que has dado en el “yo” con las que has dado en “mi barrio”? Haz líneas que conecten lo que has escrito.

Analiza las respuestas, observa y reflexiona y escribe cuál crees que es tu propósito. Ahora sal a la calle con el propósito de hacer algo.



YO



MI BARRIO / PUEBLO

