



PREGUNTAS PODEROSAS AULA

Aquí se ofrecen algunas preguntas para invitar a la reflexión de nuestros alumnos/as y fomentar la metacognición ("cómo aprendo") y su autoconocimiento. Úsalas en tu aula según tus necesidades y ejercicio docente y ¡disfrútalas!

METACOGNICIÓN Y "APRENDER A APRENDER" (también grupos)

¿Qué me ha resultado más sencillo/difícil? ¿Por qué? ¿qué ha hecho que esto sea así?

¿qué creí que iba a costarme y finalmente no fue así?

¿Cómo puntuaría ... del 1-10? (ejemplos: mi organización, mi desempeño, la claridad del objetivo, mi planificación, resultado...)

¿Qué cambiaría si lo hiciese de nuevo? ¿Qué puedo mejorar para la próxima vez?

¿Qué he aportado? ¿Qué es lo que he hecho mejor? (entenderlo, resolverlo, comunicarlo...)

AUTOCONOCIMIENTO Y GESTIÓN EMOCIONAL (también grupos)

¿Me gusta trabajar individualmente o en equipo? ¿qué me hace sentir bien de ello?

¿Qué sí me ha gustado de esta actividad/reunión/trabajo? (puede ser algo simple como "sé o puedo pedir ayuda")

Ante la dificultad, ¿cómo he respondido o reaccionado? ¿suelo responder así? ¿Me gustaría responder de otra forma?

¿Qué emoción define cómo me siento hoy (después de...)?

¿Qué es lo que más me gusta de mí?

INVITACIÓN A LA ACCIÓN

¿Qué quiero conseguir? ¿Es realista? ¿Alcanzable?

¿Cuándo lo quiero conseguir? ¿A quién necesito pedir algo?

¿Cuál es el primer paso que voy a dar para acercarme más a esa meta?

Del 1 al 10 ¿cuál es mi compromiso con esto?

¿Cuáles son mis motivos para ...? (paraqués: sentido de rumbo)

¿Cómo me gustaría sentirme? ¿Qué puedo hacer para acercarme a esa emoción?

