

## TALLER PARA JOVENES

San José, Costa Rica

Proyecto Creciendo en Libertad

## TALLER PARA JOVENES

MANUAL DEL PARTICIPANTE

## INDICE

|  | PAG. |
|--|------|
| OBJETIVOS GENERALES  | 2    |
| SESION N° 1.   |      |
| Qué es PANIAMOR?   | 3    |
| Fijando las Reglas   | 4    |
| Autoimagen: Personas importantes en la<br>formación de mi autoimagen | 5    |
| ¿Quién soy yo?   | 6    |
| Cómo me ven los demás  | 7    |
| SESION N° 2.   |      |
| Los derechos especiales  | 9    |
| La comunicación: hablar y escuchar                                   | 10   |
| Elige tus palabras   | 12   |
| SESION N° 3.   |      |
| ¿Qué es abuso?   | 13   |
| Características de tipos de abuso                                    | 14   |
| Cacería de estereotipos  | 22   |
| SESION N° 4.   |      |
| Afirmaciones para romper mitos                                       | 23   |
| Comunicación asertiva ante el abuso                                  | 25   |
| Defensa personal   | 26   |
| SESION N° 5.   |      |
| Análisis de un caso  | 27   |
| Mapa de mi comunidad   | 28   |
| Directorio de instituciones de<br>apoyo en crisis                    | 29   |