

# DESCUBRO QUIÉN SOY



**EONIA**  
CENTRO DE PSICOLOGÍA INFANTOJUVENIL

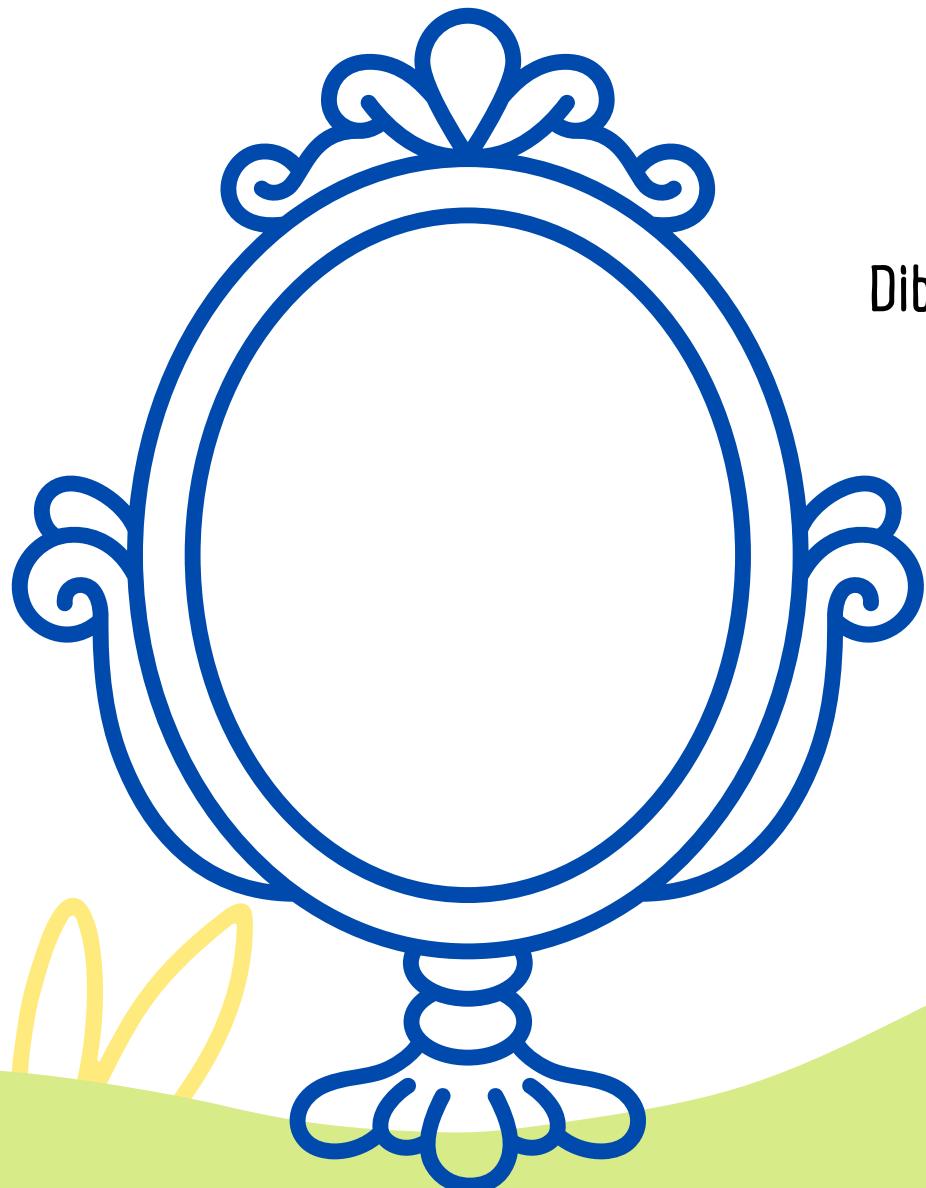
# QUIEN SOY

Me llamo: \_\_\_\_\_

y tengo \_\_\_\_\_ años.

¿Qué significa tu nombre?. Si no lo sabes. búscalo:

---



Dibuja lo que ves cuando  
te miras al espejo.

# COMO SOY

¿Cómo eres? ¿te gusta? Une cada palabra con una linea al botón que quieras.

AMABLE

CARIÑOS@

INTELIGENTE

SINCER@

EMPATIC@

MIEDOS@

EGOÍSTA

DIVERTID@

ESTUDIOS@

TIMID@

ENFADICA

MENTIROS@

GENEROS@

SE ESCUCHAR

BUEN AMIG@

AYUDO

TONT@

VALIENTE

DESORDENAD@

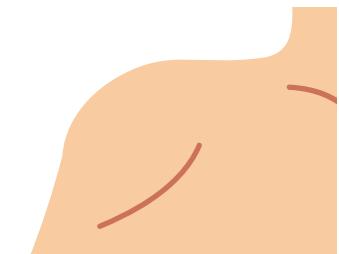
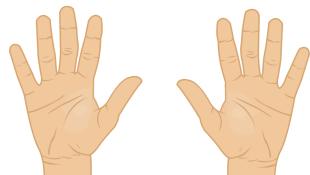
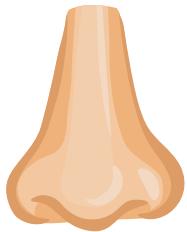
TRABAJADOR/A

VAG@



# COMO SOY

¿Cómo son tus partes del cuerpo? ¿te gustan? Une cada parte con una linea al botón que quieras.



# MI MANO IZQUIERDA

En cada dedo, escribe o dibuja una cosa que te guste de ti o se te de bien:



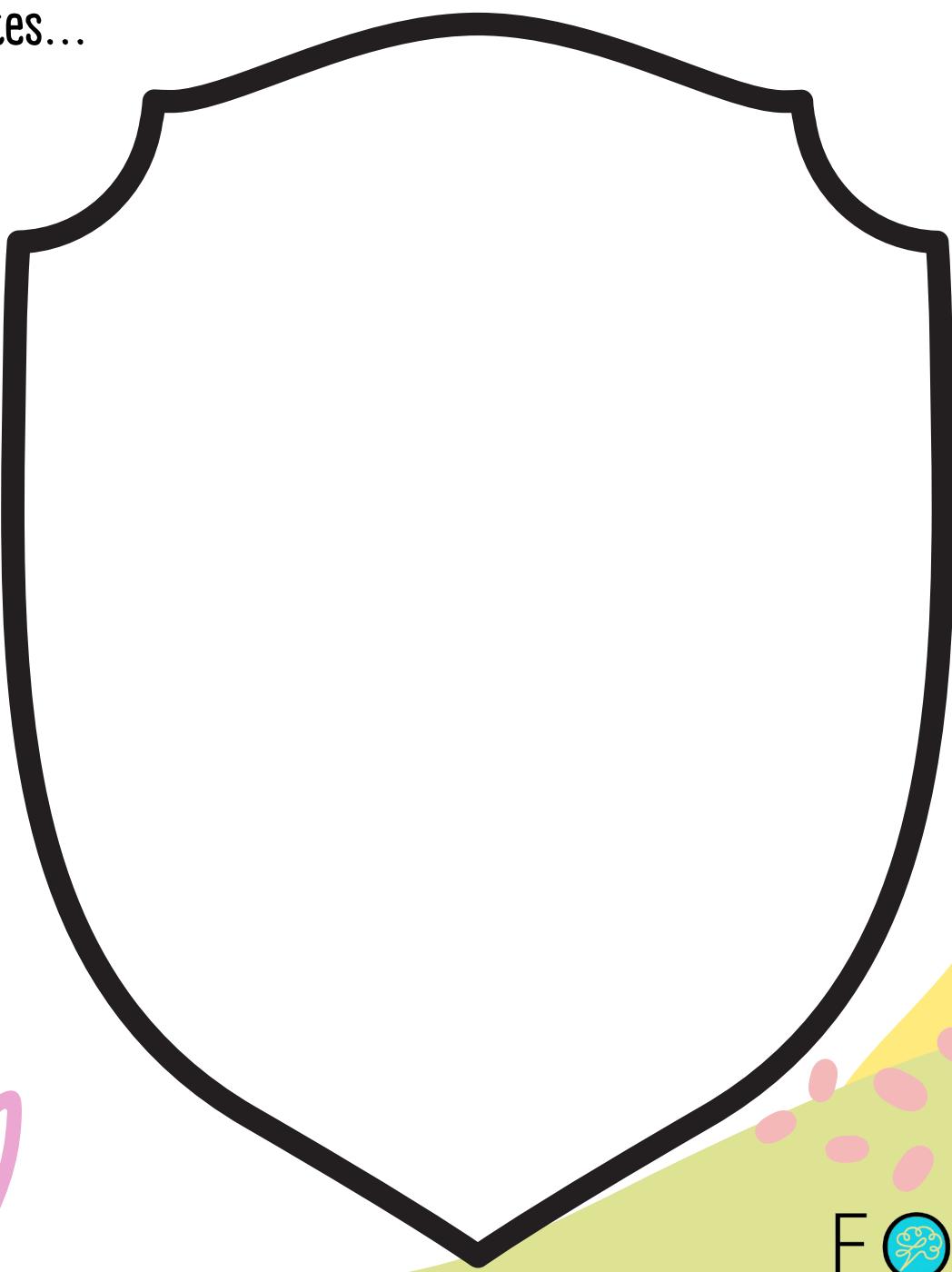
# MIMANO DERECHA

En cada dedo, escribe o dibuja una cosa que no te guste de ti  
o se te de regular:



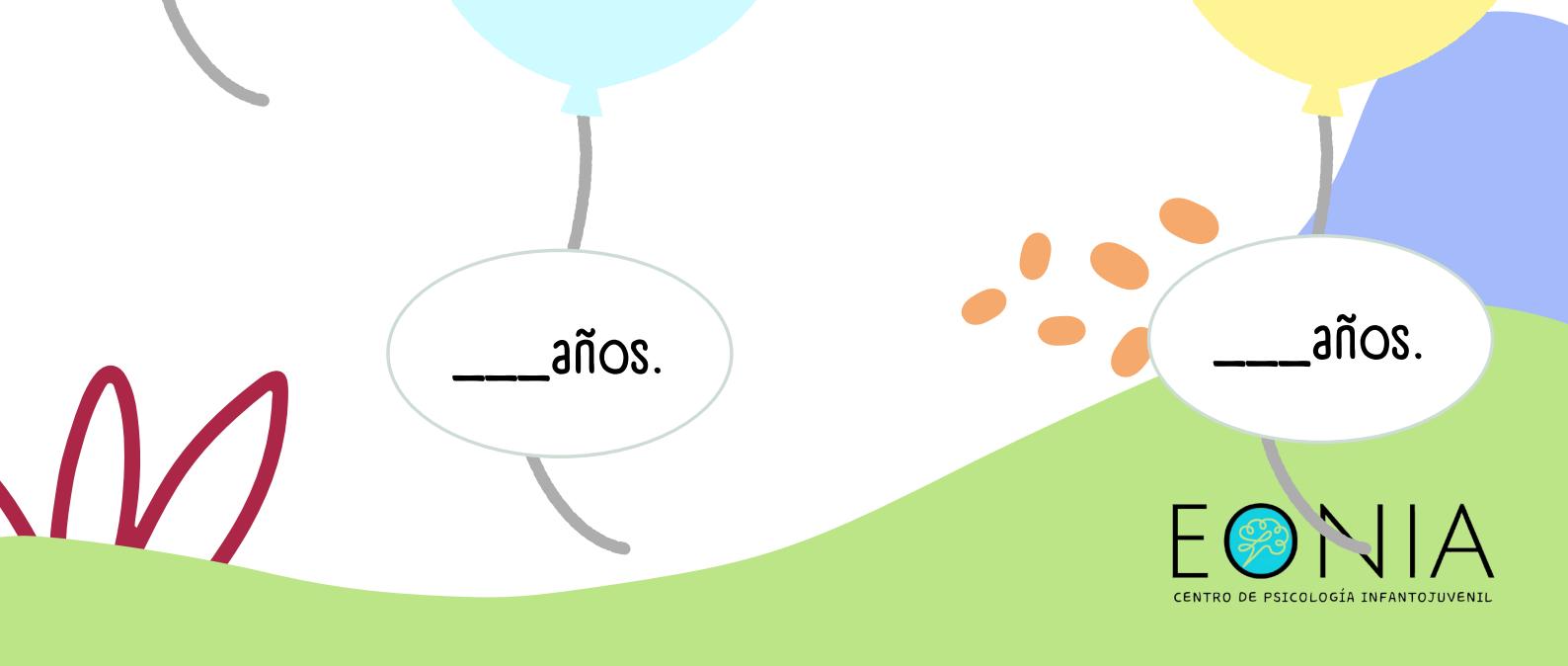
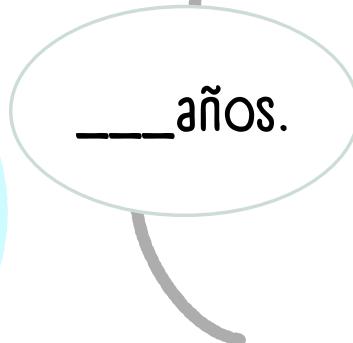
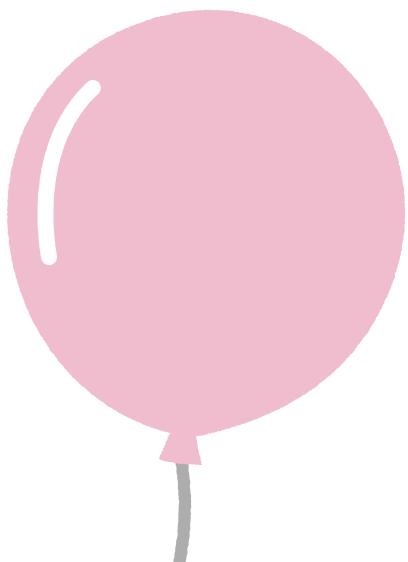
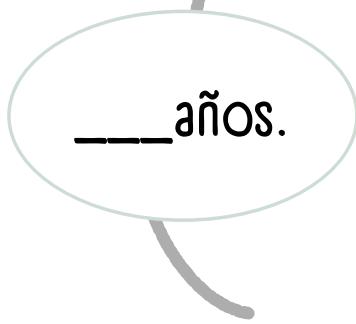
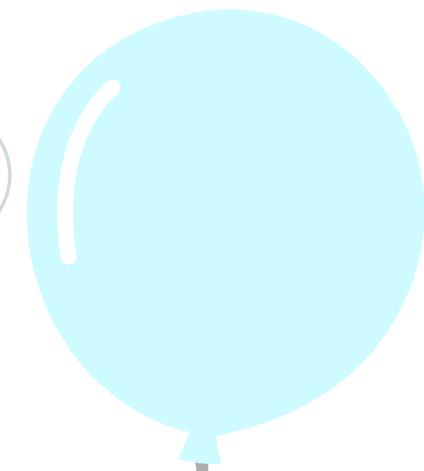
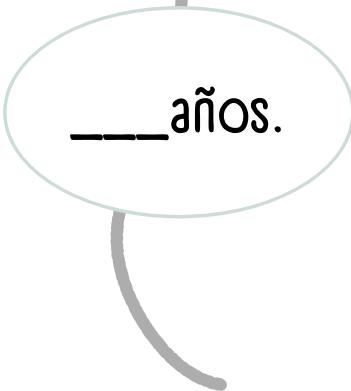
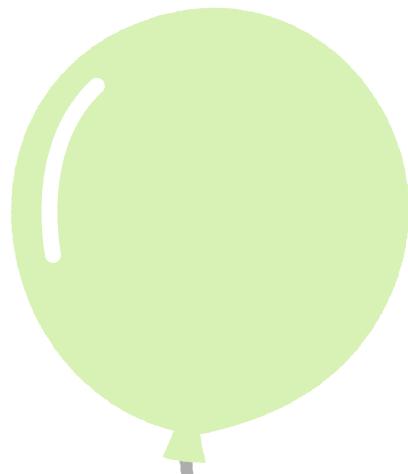
# MI ESCUDO PERSONAL

Crea un escudo que te represente, poniendo las cosas que te gustan y las que no te gustan tanto, como comidas, hobbies, deportes...



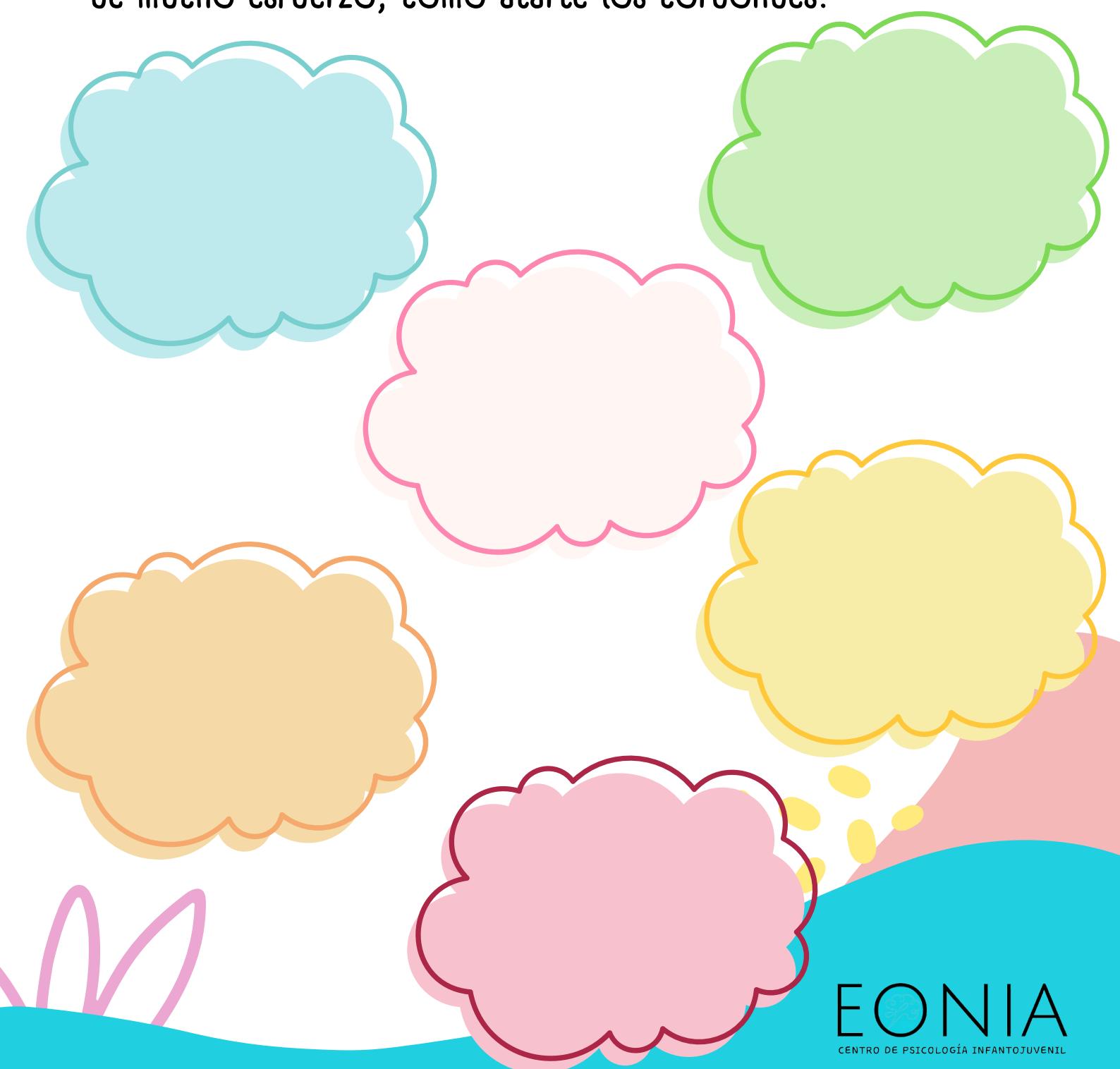
# ANTES NO PODÍA, AHORA SÍ

Escribe o dibuja aquellas cosas que no podías hacer cuando eras pequeño y ahora sí puedes.



# MIS LOGROS

Escribe o dibuja aquellas cosas que hayas conseguido después de mucho esfuerzo, como atarte los cordones.



# METAS PROPUESTAS

Escribe aquellas cosas que quieres conseguir y estas dispuesto a esforzarte para lograrlo.

01

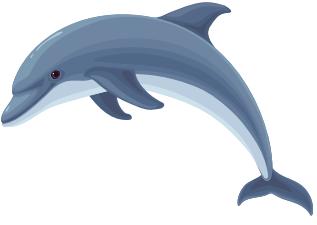
02

03

04

# ¿SON IGUALES?

Piensa en estos animales y escribe o dibuja en que se parecen y en que se diferencian:

			
Que puede hacer			
Que no puede hacer			

# ¿Y SI FUÉSEMOS IGUALES?

Piensa y dibuja cómo sería un mundo donde todas las personas fueran iguales: les guste lo mismo, vivan en el mismo sitio, coman lo mismo...



¿no sería aburrido y raro?

# TODOS SOMOS DIFERENTES

Piensa y escribe en cada lugar el nombre de las personas que conoces y les gusta esa actividad.

HACER DEPORTE



BAILAR Y CANTAR



VER PELÍCULAS



JUGAR A JUEGOS



# SOY ÚNICO/A PORQUE...

Escribe o dibuja dentro del corazón porque eres único/a y especial.



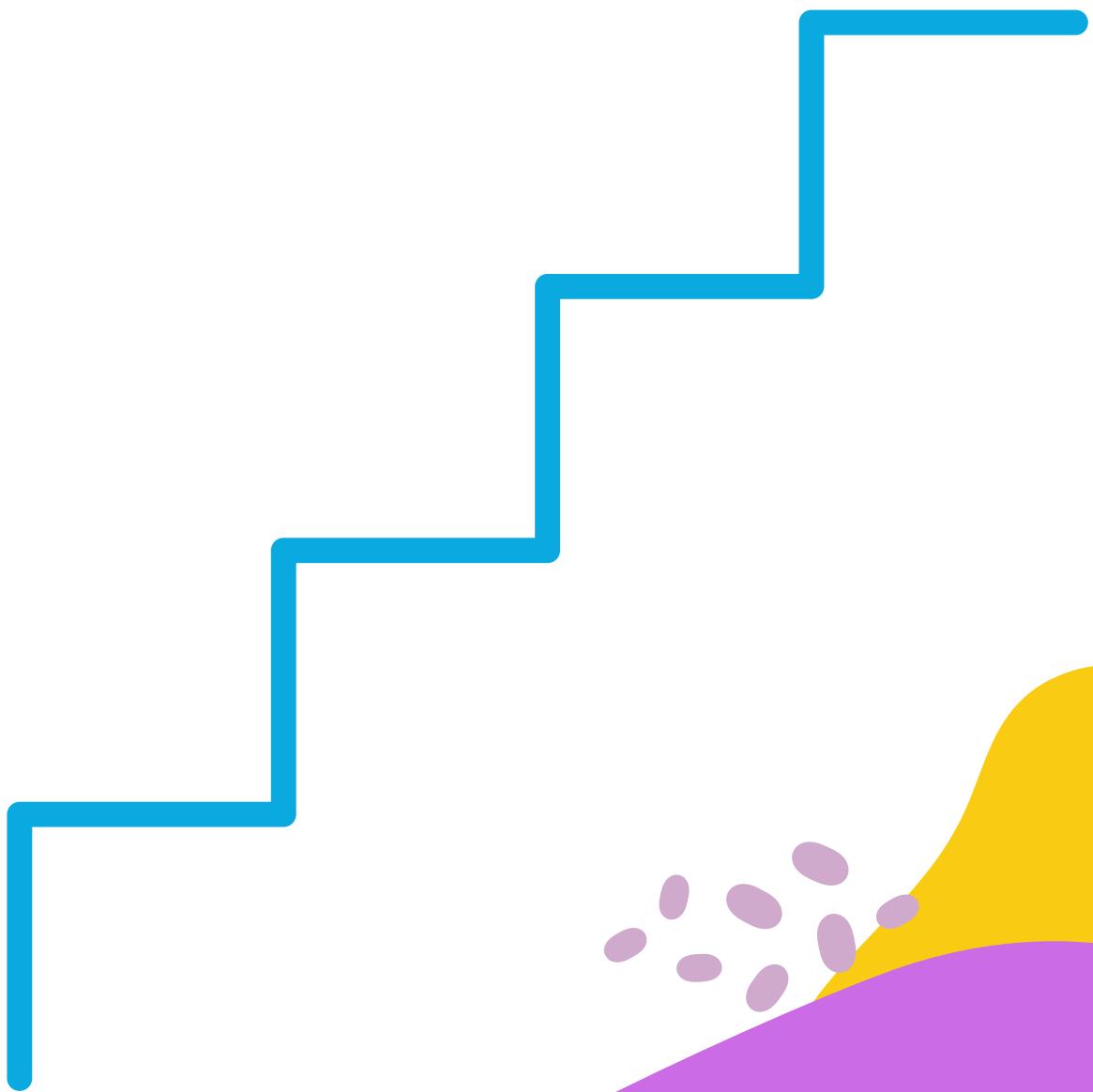
# SUPER YO

Inventa un superhéroe con sus cualidades y poderes personales, por ejemplo: compartir las cosas o ayudar.



# YO PUEDO

Escríbe o dibuja en cada escalón las cosas que se necesitan para lograr un objetivo, por ejemplo paciencia.



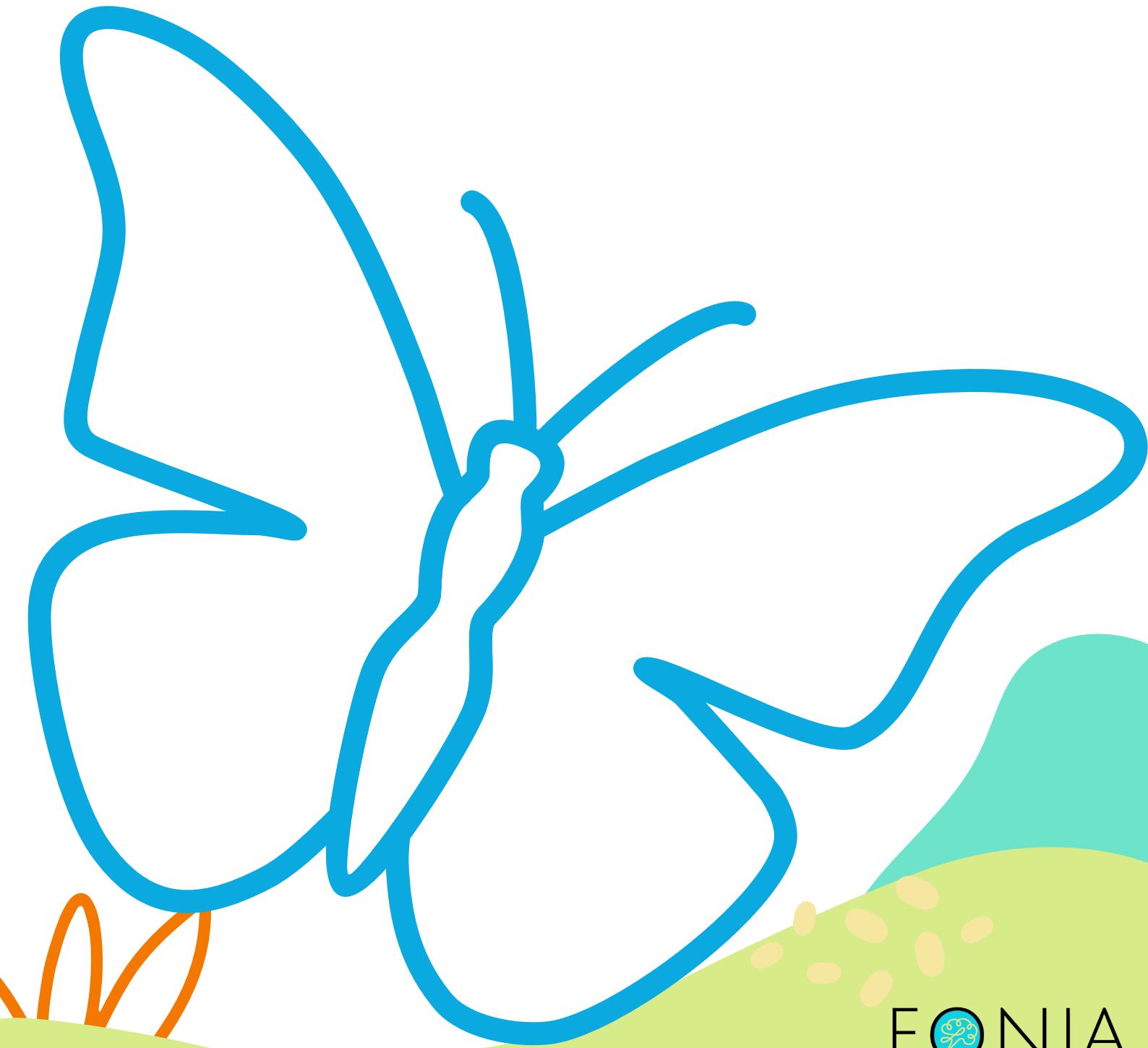
# MIS PALABRAS MÁGICAS

Escribe o dibuja dentro cada pensamiento una palabra positiva de ti, por ejemplo: amable o social.



# MIS SUEÑOS TIENEN ALAS

Escribe o dibuja dentro de las alas aquellas cosas que te gustaría que se hiciesen realidad.



# CUANDO SEA GRANDE

Escribe y dibuja lo que quieras ser de mayor.

---

---

---

---



¿Por qué elegiste eso?

---

---



# LA MÁQUINA DEL TIEMPO

Escribe una carta a tu “yo del futuro” ¿cuántos años tendrás?, ¿qué le quieres contar?

A large, white, lined page is positioned vertically, tilted slightly. It features ten horizontal lines for writing. A yellow pencil with a pink eraser is leaning against the top left corner of the page. The page is set against a background of colorful, abstract shapes in yellow, green, and blue.

El presente material ha sido elaborado por EONIA PSICOLOGÍA y se comparte gratuitamente con el propósito de ayudar a familias y profesionales. Todos los derechos están reservados; queda prohibida su modificación total o parcial, así como la suplantación de la autoría sin la autorización expresa y por escrito del titular de los derechos.

Publicado en [eoniapsicologia.com](http://eoniapsicologia.com).



611 685 807. C/Puerto de cotos 7, Madrid