

Identidad

Yo soy...

En el mundo no hay nadie
como yo

Hay personas que se me
parecen, que reconozco,
pero nadie es igual a mí...

(Virginia Satir)

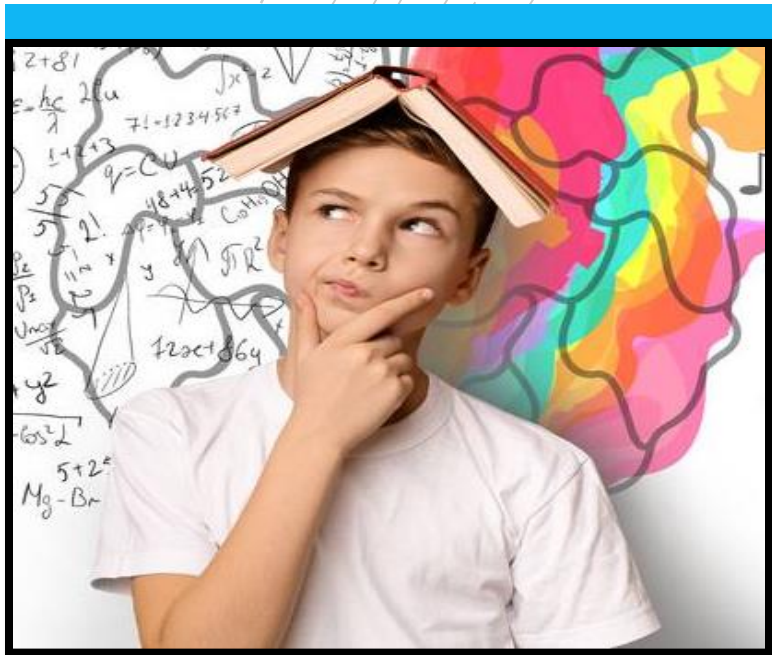


Identidad

- ☉ Conjunto de características personales que mejor te definen
- ☉ La vivencia que tienes de ti mismo
- ☉ La percepción de ti mismo como algo distinto y separado de los demás, aunque compartas con ellos los mismos valores e intereses



- El gran cambio de pensamiento en la adolescencia, genera un proceso de **auto-reflexión** sobre la identidad, proceso que ha sido descrito como:
la crisis de identidad



- ¿Quién soy?
- ¿Para dónde voy?
- ¿De dónde vengo?,
- ¿Qué función cumplo en la sociedad?

T
I
E
M
P
O

Y

E
S
P
A
C
I
O



Tienes...

- ✓ La posibilidad de soñar con un mundo diferente
- ✓ La habilidad de construir mejor tus relatos
- ✓ La posibilidad de disfrutar hablando de ti mismo, contando tu historia y tus anécdotas



- ♥ Cuando resuelves tu crisis de la mejor manera, fortaleces tu sentido de pertenencia a tu familia y amigos
- ♥ Te identificas con valores que te transforman en una mejor persona