

# 1 YO -PERSONA

Mi cuerpo cambia y se  
construye mi identidad



4

“Cuando yo era niño, hablaba como un niño (...) Cuando me hice un hombre, acabé con las cosas de niño.”

1 Cor 13,11

# 1 YO -PERSONA

4

Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad

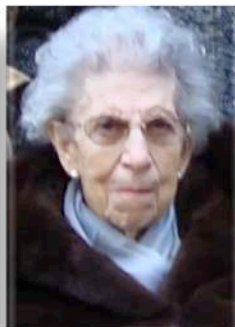
"Cuando yo era niño,  
hablaba como un niño (...)  
Cuando me hice un  
hombre, acabé con las  
cosas de niño."

1 Cor 13,11



**1** Fíjate en las siguientes fotografías. Son fotos de la misma persona pero tomadas en distintos momentos de su vida. Observa bien el rostro de cada imagen e intenta ordenarlas cronológicamente. Para ello te facilitamos los años a los que corresponde cada imagen.

1918 - 1925 - 1934 - 1950 - 1969 - 1980 - 1990 - 2008



# 1 YO -PERSONA

4

## Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad

2 ¿Crees que el rostro de esta mujer expresa lo mismo en estas tres etapas de su vida?

Haz un esfuerzo y escribe lo que te transmite cada fotografía: la mirada, la expresión, la postura, alguna mueca...



---

---

---

---



---

---

---

---



---

---

---

---

Os sugerimos que le pidáis a vuestros padres y abuelos que os enseñen fotos de cuando eran niños, pequeños y más jóvenes y veáis juntos los cambios. Puede ser una experiencia muy bonita.

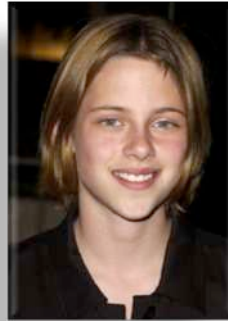
3 Os invitamos a hacer grupos y que hagáis un concurso. En las siguientes páginas veréis varias fotografías. Tenéis que reconocer a los personajes en fotografías de niños. ¿Qué grupo acierta más?



# 1 YO - PERSONA

4

Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad



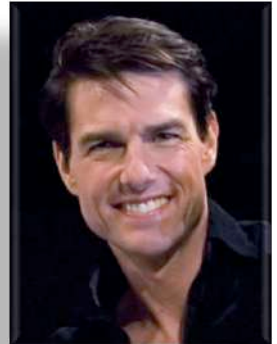
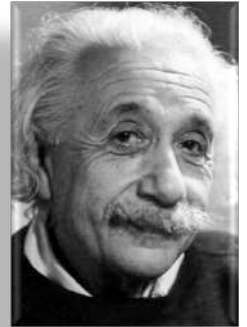
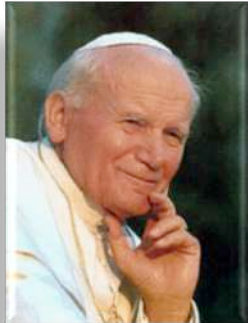
EN LA CONSTRUCCIÓN DEL AMOR



# 1 YO -PERSONA

4

Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad



EN LA CONSTRUCCIÓN DEL AMOR

# 1 YO -PERSONA

## 4

### Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad

4 Ahora te toca a ti. Compara una fotografía de tu infancia con otra actual.



¿Qué cambios observas? ¿Qué sentimientos te produce?

---

---

---



5 ¿Y a los demás? Te invitamos a hacer estas preguntas a tus familiares:

¿Qué siento al ver que creces?	
PADRE	
MADRE	
HERMANO	
ABUELO	
ABUELA	

# 1 YO-PERSONA

4

## Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad



6 Os invitamos a hacer 4 grupos. Cada grupo se va a encargar de analizar las actividades que desarrollan los niños pequeños, en cuanto a juegos, juguetes, estudio, responsabilidad, autonomía, horarios y compararlos con las actividades que hacéis en la actualidad. Cada grupo presenta a los demás sus conclusiones.

	PEQUEÑOS	ACTUAL
Grupo 1: Juegos		
Grupo 2: Autonomía		
Grupo 3: Horarios		
Grupo 4: Responsabilidad		



7 Ahora en un momento de reflexión personal te invitamos a profundizar en las siguientes preguntas:

¿ ¿Conservo algún objeto especial de mi infancia? ¿Por qué lo guardo?

---

---

---

¿ ¿Por qué quiero hacerme mayor? ¿Me da alegría o pena?

---

---

---

¿ ¿Qué cosas echo de menos de cuando era pequeño? ¿Qué voy adquiriendo y qué voy dejando atrás?

---

---

---

# 1 YO -PERSONA

4

## Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad

¿ Puedo controlar los cambios físicos que hay en mí? ¿Depende de mí que crezca más o que me salga más barba?

---

---

---

¿ Los cambios en mi estado de ánimo ¿los puedo controlar?

---

---

---

¿ También cambian los gustos, las aficiones, ¿puedo elegir?

---

---

---

¿ Y la relación con los demás ¿también cambia?

---

---

---



La adolescencia es un momento de cambio. Es un paso a la etapa adulta. Dejo de ser un niño para ser un joven, un adulto.

Se producen muchos cambios en todos los aspectos de mi vida:

- Mi cuerpo cambia.
- Mi responsabilidad, mi razón, mi voluntad.
- Siento de golpe muchos sentimientos. A veces nuevos, a veces contrapuestos. No sé muchas veces lo que me pasa.
- Mis intereses sociales también cambian. Muchas veces necesito estar solo, sola, y en ocasiones tengo la necesidad de sentirme acompañada, acompañado. Mi relación con mis padres cambia, también con mis amigos, con los chicos, con las chicas...
- También la respuesta espiritual se transforma. La fe es personal y cambia conmigo.



# 1 YO -PERSONA

4

Mi cuerpo cambia y se construye mi identidad

Para conocerme es bueno reconocer todos estos cambios que hay en mí. Y es más, sabiéndolo, puedo conducir mi respuesta: con mi razón y mi voluntad; escuchando mi corazón; interpretando mis afectos; eligiendo cómo relacionarme; aprendiendo a conocer mi cuerpo a saber hablar bien con mi cuerpo ...y, sobre todo, aceptando todos estos cambios, aceptándome a mi mismo, a mi misma, queriéndome, amándome.

8 Para terminar te invitamos a NO DEJARTE LLEVAR por todos estos cambios sino que seas TÚ el PROTAGONISTA.

Te proponemos que ESCRIBAS en una libreta todos aquellos momentos en los que hayas tenido que tomar alguna decisión. En la que hayas tenido que elegir entre dos o más opciones. Aunque sean situaciones cotidianas, sencillas.

Describe la situación, explica los posibilidades de elección que tuviste, que camino elegiste y cómo te sentiste.  
TE ayudará a CONOCERTE.



Situación	Posibilidades	Elección	Sentimiento

