



## Mapa de identidad

Comprender las identidades es esencial para desarrollar relaciones sólidas en nuestras comunidades.

Cuando reflexionamos sobre nuestras experiencias personales, podemos apreciar lo que nos hace ser quienes somos y ayudar a los demás a entender las cosas que influyen en nuestros pensamientos y decisiones.

### CÓMO USAR

- Con su hijo / estudiante, complete el mapa de identidad en blanco
- Utilice las preguntas que aparecen a continuación como guía para la reflexión y la conversación sobre las identidades.
  - ¿Qué parte de lo que soy comparto con los demás?
  - ¿Cuánto control tengo sobre las cosas en mi mapa de identidad?
  - ¿Cómo pueden afectar las decisiones que tomo las cosas en mi mapa de identidad?
  - ¿Cuáles son los diferentes sistemas y estructuras que te impiden revelarte plenamente en estas identidades?

# ¡Quién eres importa!

Con la ayuda de la lista de categorías, rellene el círculo con las palabras que le describan.



**1. Añada una foto** o dibuje un autorretrato en el centro.



**2. Llene el círculo** con palabras, dibujos o fotografías que lo describan.

- Edad
- Género/pronombres
- Puntos fuertes
- Atributos físicos
- Cultura y/o religión
- Rol(es) en su familia
- Miedos y aversiones
- Objetivos y sueños
- Intereses y pasatiempos
- Creencias y valores

Escoja tantas categorías como quiera y añada las suyas propias.



**3. Encierre en un círculo el elemento** de su mapa de identidad que sea más importante para su sentido de sí mismo.



**4. Añada una estrella** junto a los que quiera que los demás conozcan mejor.



**5. Comparta su mapa con los demás** para descubrir qué tienen en común y qué lo hace usted único.

# Mapa de identidad de \_\_\_\_\_

