

1

Me Respeto

¿Qué deportes o actividades practicas para estar en forma?

1

📷@neuro.rial

2

Me Respeto

¿Te da miedo que los demás no quieran ser amigos tuyos si no haces lo que quieren?
¿Por qué?

2

📷@neuro.rial

3

Me Respeto

¿Qué es lo que más te gusta hacer? ¿Cuándo fue la última vez que lo hiciste?

3

📷@neuro.rial

4

Me Respeto

Tus amigos te dicen una cosa y tus padres otra distinta. ¿Qué sientes? ¿A quien sueles hacer caso?

4

📷@neuro.rial

5

Me Respeto

¿Qué cosas de ti mismo te gustaría mejorar?

5

📷@neuro.rial

6

Me Respeto

¿Qué tareas haces en casa? ¿Cómo te sientes cuando ayudas en las tareas?

6

📷@neuro.rial

7

Me Respeto

¿De qué estás orgulloso?

7

📷@neuro.rial

8

Me Respeto

¿Cuál es tu mayor miedo? ¿Qué puedes hacer para superarlo?

8

📷@neuro.rial

9

Me Respeto

¿Cuáles son tus objetivos en la vida?

9

📷@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!





@neuro.rial

+

+ 2



+

@neuro.rial

+

+ 2



+

@neuro.rial

Me Respeto



¿Te escogerías a ti mismo como amigo?
¿Por qué?

@neuro.rial

1

Propulsor de autoestima

"Cuando prometo algo lo cumplo". Cuenta un caso en el que cumples lo que habías prometido.

1

@neuro.rial

2

Propulsor de autoestima

"Me mantengo alejado de las malas influencias". Cuenta un ejemplo

2

@neuro.rial

3

Propulsor de autoestima

"No me da miedo probar cosas nuevas". ¿Qué te gustaría probar?

3

@neuro.rial

4

Propulsor de autoestima

"Creo que me van a ocurrir cosas buenas". Cita una cosa buena que esperas que te ocurra.

4

@neuro.rial

5

Propulsor de autoestima

"Soy comprensivo conmigo mismo cuando me equivoco". Pon un ejemplo de esta afirmación

5

@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



6

Propulsor de autoestima

"Me siento bien cuando tengo buenos resultados en clase". ¿Qué asignatura te gusta más?

6

@neuro.rial

7

Propulsor de autoestima

Cuando te sientes seguro y con confianza, ¿qué emociones sientes?

7

@neuro.rial

8

Propulsor de autoestima

¿Cuáles son tus fortalezas? Nombra tres de ellas

8

@neuro.rial

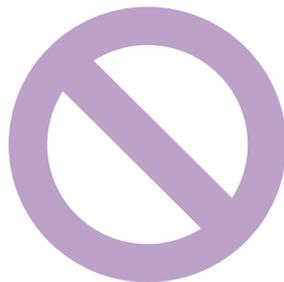
9

Propulsor de autoestima

Sé que soy bueno resolviendo problemas porque...

9

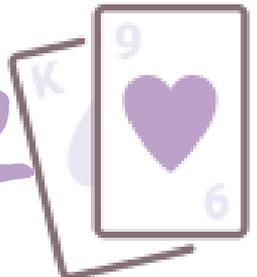
@neuro.rial



@neuro.rial

+

+ 2



+

@neuro.rial

+

+ 2



+

@neuro.rial

Propulsor de autoestima

Confío en mí mismo para tomar mis propias decisiones. Explica por qué



@neuro.rial

1 ¿Qué harías si...?

Un amigo tuyo te dice que no eres muy listo

1

@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



2 ¿Qué harías si...?

Alguien se ríe de ti por el corte de pelo que te han hecho

2

📷@neuro.rial

3 ¿Qué harías si...?

Tienes que mudarte a vivir a otra ciudad. ¿Cómo harías nuevos amigos?

3

📷@neuro.rial

4 ¿Qué harías si...?

Comienzas a estar preocupado por algo y no puedes dejar de estarlo

4

📷@neuro.rial

5 ¿Qué harías si...?

Un amigo tuyo ha dejado de hablarte y no sabes por qué

5

📷@neuro.rial

6 ¿Qué harías si...?

Ves a dos compañeros cuchicheando y mirándote, y cuando te acercas se callan.

6

📷@neuro.rial

7 ¿Qué harías si...?

No entiendes lo que el profesor está explicando en clase

7

📷@neuro.rial

8 ¿Qué harías si...?

Tus compañeros acusan a otro de robar un bolígrafo del profesor y tu sabes que no ha sido él

8

📷@neuro.rial

9 ¿Qué harías si...?

Has invitado a tus amigos a verte jugar y cuando te toca tirar un penalti lo fallas

9

📷@neuro.rial



📷@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!

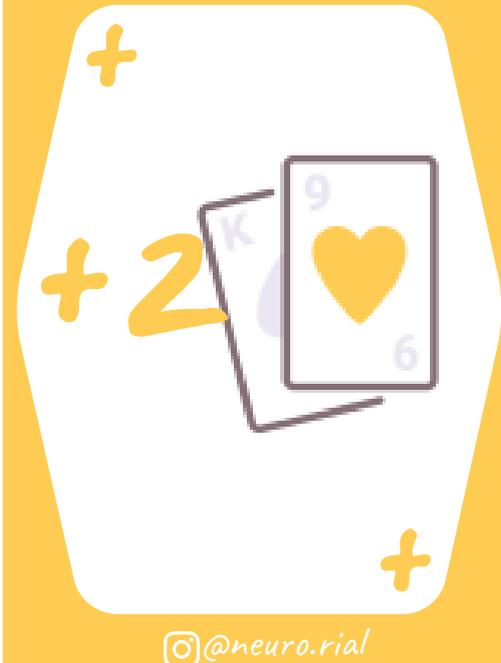


ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!





1
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Sonríes y te sientes feliz. Describe la última vez que te sentiste feliz
1

@neuro.rial

2
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Tomas tus propias decisiones. Cuenta una decisión que hayas tomado por ti mismo
2

@neuro.rial

3
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Puedes hablarte de forma positiva. Por un ejemplo de una cosa positiva que te puedes decir a ti mismo
3

@neuro.rial

4
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Te defiendes sin ayuda de nadie. ¿Cuándo fue la última vez que te defendiste por ti mismo?
4

@neuro.rial

5
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Disfrutas participando en actividades interesantes. ¿En qué actividades te gusta participar?
5

@neuro.rial

6
Cuando te sientes bien contigo mismo...
Sabes que tus amigos se preocupan por ti. ¿Cómo les demuestras que tu también te preocupas por ellos?
6

@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



7

Cuando te sientes bien contigo mismo...

Ayudas a que otras personas se sientan bien consigo mismas. ¿Que puedes hacer para que otra persona se sienta bien consigo misma?

7

@neuro.rial

8

Cuando te sientes bien contigo mismo...

Puedes darte un premio por conseguir un objetivo. ¿Cómo puedes premiarte a ti mismo?

8

@neuro.rial

9

Cuando te sientes bien contigo mismo...

Dices "puedo hacerlo" más veces de las que dices "no puedo". Pon un ejemplo

9

@neuro.rial



@neuro.rial

+

+2



+

@neuro.rial

+

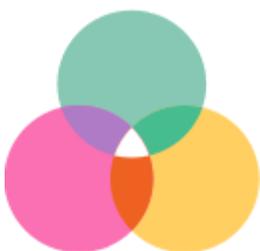
+2



+

@neuro.rial

Cuando te sientes bien contigo mismo...



@neuro.rial

1

Me relaciono

Un compañero de clase se sienta a tu lado en el autobús. ¿Cómo puedes iniciar la conversación?

1

@neuro.rial

2

Me relaciono

Toca hacer parejas en clase y tu te has quedado sólo. ¿Qué puedes hacer?

2

@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



3

Me relaciono

Es la hora del recreo y tienes mucha hambre, pero te has dejado el bocadillo en casa. ¿Qué puedes hacer?

3

@neuro.rial

4

Me relaciono

Estás sentado en el recreo con unos compañeros. ¿De qué temas podrías hablar?

4

@neuro.rial

5

Me relaciono

Quieres explicar a tu familia lo que te ha pasado hoy, pero todo el mundo esta atareado. ¿Qué puedes hacer?

5

@neuro.rial

6

Me relaciono

En casa te han pedido que hagas algo muy importante y se te ha olvidado hacerlo. ¿Cómo se lo contarías?

6

@neuro.rial

7

Me relaciono

Unos compañeros están hablando de ir al cine esta tarde, y a ti te apetece mucho. ¿Qué les dirías?

7

@neuro.rial

8

Me relaciono

Estás haciendo un trabajo en grupo y dos de los compañeros no están participando nada. ¿Qué puedes hacer?

8

@neuro.rial



@neuro.rial

+

+ 2



+

@neuro.rial

Me relaciono

Estás aburrido en las vacaciones, y piensas que te apetecería quedar con alguien. ¿Qué haces?



@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



2

¿Qué harías
si...?

2

@neuro.rial

3

¿Qué harías
si...?

3

@neuro.rial

4

¿Qué harías
si...?

4

@neuro.rial

5

¿Qué harías
si...?

5

@neuro.rial

6

Me respeto

6

@neuro.rial

7

Me respeto

7

@neuro.rial

8

Me respeto

8

@neuro.rial

9

Me respeto

9

@neuro.rial

1

Propulsor de
autoestima

1

@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



2

Propulsor de autoestima

2

📷@neuro.rial

3

Propulsor de autoestima

3

📷@neuro.rial

4

Propulsor de autoestima

4

📷@neuro.rial

5

Quando te sientes bien contigo mismo...

5

📷@neuro.rial

6

Quando te sientes bien contigo mismo...

6

📷@neuro.rial

7

Quando te sientes bien contigo mismo...

7

📷@neuro.rial

8

Me relaciono

8

📷@neuro.rial

9

Me relaciono

9

📷@neuro.rial

1

Me relaciono

1

📷@neuro.rial

ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!



ÚNICO!

ÚNICO!

ÚNICO!

