



ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL TÉO VAZ OBINO

Nombre: _____ Grupo: _____ Fecha: __/__/__

Lectura

Título: _____

Yo soy yo. En todo el mundo no existe nadie exactamente igual a mí.

Hay personas que tienen aspectos míos, pero en ninguna forma el mismo conjunto mío. Por consiguiente, todo lo que sale de mí es auténticamente mío porque yo sola lo elegí.

Todo lo mío me pertenece: mi cuerpo, todo lo que hace, mi mente, con todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo todas las imágenes que perciben, mis sentimientos, cualesquiera que sean: ira, alegría, frustración, amor, decepción, emoción, mi boca, y todas las palabras que de ella salen, refinadas, dulces, o cortantes, correctas o incorrectas, mi voz, fuerte o suave, y todas mis acciones, sean para otros o para mí.

Soy dueña de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores. Son míos mis triunfos y mis éxitos, todos mis fracasos y errores.

Puesto que todo lo mío me pertenece, puedo llegar a conocerme íntimamente.

Al hacerlo, puedo llegar a quererme y sentir amistad hacia todas mis partes. Puedo hacer factible que todo lo que me concierne funcione para mis mejores intereses.

Sé que tengo aspectos que me desconciertan y otros que desconozco. Pero mientras yo me estimo y me quiera, puedo buscar con valor y optimismo soluciones para las incógnitas e ir descubriéndome cada vez más.

Como quiera que parezca y suene, diga y haga lo que sea, piense y sienta en un momento dado, todo es parte de mi ser.

Esto es real y representa el lugar que ocupó en ese momento del tiempo.

A la hora de un examen de conciencia, respecto de lo que he dicho y hecho, de lo que he pensado y sentido, algunas cosas resultarán inadecuadas.

Pero puedo descartar lo inapropiado, conservar lo bueno e inventar algo nuevo que supla lo descartado.

Puedo ver, oír, sentir, decir, y hacer. Tengo los medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser productiva y para lograr darle sentido y orden al mundo de personas y cosas que me rodean.

Me pertenezco y así puedo estructurarme.

Yo soy yo y estoy bien.

Virginia Satir, 1975.



ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL TEO VAZ OBINO

Nombre: _____ Grupo: _____ Fecha: __/__/__

Actividad:

1) Tu texto vino sin un título. Ponle un título al texto.

2) Contesta a las preguntas con relación al texto que has leído.

a) Escribe en una frase el contenido del texto.

b) ¿Qué es todo lo que le pertenece?

c) ¿Qué adjetivos la autora utiliza para calificar sus palabras?

d) Para la autora, ¿Cuál es la importancia de entender sus perteneces?

e) ¿Qué ocurre cuando ella hace un examen de conciencia?
