

TÍTULO: Entrevista acerca de mí: me conozco #0308

AUTOR: Mariana Leñero Solar

GRADO Y EDAD: Todos

DESCRIPCIÓN:

Se ofrece un ejemplo de entrevista dirigida a los niños y jóvenes con el fin de que puedan registrar algunos datos específicos acerca de ellos mismos. Se presenta una lista de preguntas que abarcan diferentes áreas, para que las contesten ellos mismos; sin embargo, también las pueden responder las personas que están cerca de ellos (amigos, padres, familiares, maestros).

Es posible realizar la entrevista a través de preguntas escritas o de una entrevista hablada (grabada), para que cuando la vuelvan a leer o escuchar se acuerden de lo especiales que son.

ÁREAS DE APOYO:

- Desarrollo emocional
- Seguridad y autoestima
- Madurez emocional
- Procesos de lectura y escritura
- Atención auditiva

INTRODUCCIÓN

Tener TDAH o algún problema de aprendizaje, de conducta o emocional es solo una parte de ti. Hay muchas más cosas acerca de quién eres que te hacen único y especial.

A veces se nos olvida quienes somos: lo que nos gusta, lo que no, qué nos interesa o nos disgusta y ponemos atención solo sobre los errores que cometemos o las dificultades que tenemos para cumplir con ciertos retos. Esta serie de ejemplos de preguntas te pueden servir para conocer cómo estás en estos momentos, y algunas de ellas pueden contestarlas otras personas cercanas a ti, para que también sepas qué recuerdan o piensan de ti.

No hay que olvidar que como en la vida vamos cambiando, es posible que necesites hacer otras preguntas o cambiar tus respuestas. Comienza con estas, agrega otras y luego crea las tuyas, y si crees que es necesario, compártelas con otras personas si quieres.

EJEMPLO DE PREGUNTAS:

- Soy muy bueno en
- En este año me he vuelto mejor en
- Mi materia favorita es y me gusta porque....
- La materia que menos me gusta es:
- Uno de los libros (historias) que más me han gustado
- Si pudiera viajar a cualquier lugar del mundo, me gustaría ir:
- Me gusta _____ con mi familia
- Me gusta _____ con mis amigos
- Mi comida favorita es _____, _____,
- Si pudiera planear el día perfecto, esto es lo que haría:
 - Mañana
 - Tarde
 - Noche
- Algo de mí que me gustaría cambiar sería
- Qué es lo que puede decir que es lo mejor de mí
- Cuáles son los errores que más me cuesta aceptar
- Cuáles son las fortalezas que tengo que otros necesitan de mí
- Si alguien me conoce, qué sería lo primero que diría de mí
- Si pudiera cambiar lo que hice alguna vez, sería
- Lo que me gustaría volver hacer una y otra vez sería
- Qué me pone muy triste
- Qué me pone muy enojado
- Qué me pone contento