

## Yo soy único

### ¡Quiero bailar!

Carla no paraba quieta en clase y casi siempre se olvidaba de hacer los deberes. Sus profesores se enfadaban constantemente con ella. Carla se sentía triste, y cada vez tenía menos ganas de ir a clase.

Sus padres decidieron llevarla a un psicólogo para que la ayudara.

En la sala de espera había música, y Carla, sin darse cuenta, comenzó a mover los pies y a seguir el ritmo de la música con la cabeza. Desde el otro lado de la sala, el psicólogo la observaba atentamente.

Cuando entró en la consulta, la madre comenzó a explicar el comportamiento de Carla. Ella escuchaba con la cabeza baja mientras observaba cómo sus pies, que parecían tener vida propia, hacían hermosos giros en el aire.

—Bien, entiendo que estén preocupados por su hija —contestó el psicólogo—. Yo creo que a Carla lo que le gusta hacer es bailar, necesita moverse para pensar...

Aunque a la madre le pareció un poco raro el consejo del psicólogo, apuntó a su hija a una escuela de baile. La vida de Carla cambió radicalmente desde ese día. Disfrutaba mucho bailando y acudía al colegio más relajada. Hoy es bailarina de una importante compañía de danza. Carla pudo que averiguar cuál era su pasión. Y después trabajó mucho para lograr sus objetivos.



### Comprende y piensa

- 1 ¿Cuál era el problema de Carla?
- 2 ¿Cómo se dio cuenta el psicólogo de lo que le ocurría?
- 3 ¿Por qué crees que es importante conocernos a nosotros mismos y saber qué es lo que nos gusta?

### Conócete a ti mismo

Con la ayuda de sus padres y del psicólogo, Carla logró conocerse un poco más y entenderse a sí misma. Pudo descubrir su pasión: la danza.

Cada uno de nosotros somos seres **excepcionales** y **únicos**. Todos tenemos características que nos diferencian de los demás. Hay compañeros a los que se les dan muy bien las matemáticas y otros, que se apasionan por la naturaleza.

Somos distintos en muchos aspectos. Las diferencias pueden ser:

- **Físicas:** unos son más altos, otros menos; unos tienen ojos azules, otros negros...
- **Psicológicas:** unas personas son más tímidas, otras más sociables; unas activas, otras tranquilas...
- **De capacidades:** hay personas que hablan muy bien en público o escriben cuentos preciosos, o son capaces de imaginar mundos que ahora no existen. Todos tenemos capacidades distintas.
- **Culturales:** cada uno de nosotros ha crecido en un país, en una ciudad y en una familia con tradiciones, cultura, idiomas y religiones diferentes.

Conocerse a uno mismo es saber cuáles son nuestras **fortalezas** y también cuáles son nuestros **puntos débiles**. Conocernos nos ayuda a **crecer**, a **aprender** y a **mejorar**.

- ▶ Todos somos **excepcionales** y **únicos**.
- ▶ Conocer nuestras **fortalezas** y **debilidades**, nos ayuda a **crecer**, **aprender** y **mejorar**.

### Piensa

- 4 ¿Cómo eres tú? Piensa en algunas características que te diferencien de los demás.
- 5 ¿Qué actividades se te dan bien? ¿Cuáles no tanto?

