

Como Hablar De Temas Dificiles

Hoja de Trabajo Para Niños (10 años y mayores)

Completa esta hoja de trabajo con un padre, tutor, maestro o adulto seguro.

Practica como hablar sobre un error, una pregunta o un problema a resolver.



“Rompí un cuadro que sé que a mi mama le gusta mucho.”

Como me hace sentir esto: Miedo a que se enoje. Avergonzado(a) porque no tuve cuidado. Asustado(a) de que no me perdonará.

Quien podría ayudar: Otro padre o un amigo(a) podría ayudarme a practicar como hablar con mi mama.

Como iniciar la conversación: Mama, necesito hablar con usted, cometí un error.



“Me gusta jugar futbol, pero no siento que tengo amigos(a) en el equipo.”

Como me hace sentir esto: No jugar futbol- Súper triste y solo(a). Nervioso(a) porque estoy decepcionando a mis padres.

Quien podría ayudar: Tus padres, quizás el entrenador de futbol u otro adulto de confianza.

Como iniciar la conversación: ¿Oye, tienes tiempo para hablar sobre el futbol? No me siento bien jugando futbol y necesito su ayuda porque siento que es un problema.



“¿Cuándo crees que tendré la edad suficiente para tener mi propio teléfono celular?”

Como me hace sentir esto: Temo que mis padres no tendrán tiempo para hablar de ello.

Quien podría ayudar: Un adulto en que confíes en o un amigo(a) podría ayudarte a practicar antes de hablar con la persona con la que necesitas hablar.

Como iniciar la conversación: ¿Puedo hacerte una pregunta? Espero que se tome el tiempo para hablar conmigo.

¡Crea tus propios ejemplos y practica hablando!

Un error, duda o problema que tengo que resolver es:

Esto me hace sentir:

Quien podría ayudar:

Como iniciar la conversación:

Un error, duda o problema que tengo que resolver es:

Esto me hace sentir:

Quien podría ayudar:

Como iniciar la conversación:
