

Para los niños: Hoja de trabajo sobre los aliados contra los problemas



¿Hay algo que obstaculice lo que necesitas o deseas hacer? ¡Intenta trabajar siguiendo estos pasos con tu consejero!

1. ¿Cuál es el problema?

Tómate un minuto para asegurarte de que este es en realidad el problema que tú puedes abordar.

- | | | | |
|----|--|----|----|
| A. | ¿Me está sucediendo a mí? | Sí | No |
| B. | ¿Está sucediendo entre yo y otra persona? | Sí | No |
| C. | ¿Le está sucediendo a otra persona? | Sí | No |
| D. | ¿Está sucediendo entre dos o más personas? | Sí | No |

(Si encerraste en un círculo la palabra "sí" para A o B, quizá sea bueno que tú te encargues del problema. Si encerraste en un círculo la palabra "sí" para C o D, quizá sea un problema para que otra persona se encargue. Habla con tu consejero).

2. Establece tu meta: ¿Qué necesitas o deseas?

3. **Tormenta de ideas:** ¿Cuáles son algunas de las actividades que pudieras realizar para alcanzar tu meta? Intenta proponer de cinco a 10 ideas. Recuerda no juzgarte: anota todas las ideas, sean buenas o malas.

4. **Elige la mejor solución:** Decide qué plan te funcionaría mejor.

¡Ponlo en acción!

Inténtalo. Si no funciona, puedes probar otro aliado contra los problemas.