





PARA NIÑOS: Actividad Lo que más importa

Hay tantas cosas que te hacen único. Tus habilidades, intereses y valores son parte de lo que te hacen USTED. En este ejercicio, tómate un momento para reflexionar sobre lo que más te importa.

1. En una hoja de papel separada, cuente lo que cuenta:

5	La Gratitude muestra lo que te importa y lo que valoras. Enumera cinco cosas por las que estás agradecido.	
4	Tus intereses pueden motivarte y hacerte feliz. Dibuja cuatro actividades que disfrutas.	
3	Quando confías en tus habilidades, puedes hacer cualquier cosa. Enumera tres cosas que haces bien.	
2	Sentir que importas te ayuda superar contratiempos y obstáculos. Escriba dos formas en las que sabes que eres importante.	
1	La curiosidad te ayuda a aprender, a crecer y a encontrar la felicidad. Nombra una cosa que te gustaría aprender.	

PARA NIÑOS: Actividad Lo que más importa (cont'd)

2. Revisa tus respuestas. ¿Hay temas superpuestos? ¿Qué tienen en común tus respuestas?

3. Basándonos en los temas superpuestos que identificaste, ¿qué tres cosas te importan más?

4. A medida que avanzas, ¿cuáles son algunos de los pasos que podrías tomar para concentrarte en las cosas que más te importan? ¿Cómo podrían ayudarte los adultos en tu vida?

PARA LOS PADRES: Actividad lo que más importa

Lo que su hijo agradece, lo que le interesa, las habilidades en las que confía, lo que le hace sentir que es importante y lo que le da curiosidad son todos indicadores de sus valores fundamentales subyacentes. En este ejercicio, tómese un momento para reflexionar sobre cómo podría ayudarlos a concentrarse aún más en lo que más les importa: esos valores fundamentales.

1. En una hoja de papel separada, cuente lo que cuenta:

PARA LOS PADRES: Actividad lo que más importa (cont'd)

1. En una hoja de papel separada, cuente lo que cuenta:

5	Gratitud. Enumere cinco cosas que tu niño ha dicho que está agradecido.	
4	Intereses. Nombre cuatro actividades que a su hijo le gusta hacer.	
3	Confianza. Enumera tres cosas que su hijo ha mostrado confianza al hacer.	
2	Importar. Escribe dos maneras que le demuestras a su hijo que ellos importan.	
1	Curiosidad. Recuerde una cosa que su niño recientemente disfrutó aprender.	

PARA LOS PADRES: Actividad lo que más importa (cont'd)

2. Revise sus respuestas. ¿Hay temas superpuestos? ¿Qué tienen en común sus respuestas?

3. Según los temas superpuestos que identificó, ¿qué tres cosas podría decir que le importan más a su hijo? (¿Cómo coinciden estos con lo que su hijo realmente identificó en su ejercicio "para niños"?)

4. ¿Cómo le podría ayudar a su hijo a concentrarse en lo que más le importa?
