

**Some boys and girls have been worried during this time.  
Check ✓ if you are agreed with the statement .**

No tener internet

Me asusta cuando alguien de mi familia va a trabajar

No poder ir al parque o a la escuela como antes

OTRO :

Me da susto que mi familia se contagie de covid y muera

OTRO :

Me asustan los ruidos

Tengo miedo que no haya suficiente comida

No puedo dormir tranquilo

OTRO :



---

**MIS PENSAMIENTOS y EMOCIONES PUEDEN BLOQUEARME y apagar MI ESPERANZA por eso es muy importante que los conozcamos, los identifiquemos y con ayuda podamos superarlos.**

**¿Y tú? ¿Has estado preocupada/o?  
¿Cuál ha sido el tamaño de preocupación? Da clic en la carita  
que exprese ese sentimientos**



nunca me  
siento  
preocupado



Me siento  
preocupado



***Si has estado intranquilo es bueno saber que:***

- 1. Es normal sentirse así en situaciones como esta. Es bueno que expreses a un adulto como te estas sintiendo, si deseas compartir con tu maestra podrás también hacerlo porque estaré dispuesta a ayudarte y orientarte.***
- 2. Vivimos un momento difícil que exige cambio frente a lo que éramos. ESTAMOS invitados a RENOVARNOS, es decir SER MEJORES PERSONAS.***
- 3. Hay muchas personas trabajando para que haya CALMA, TRANQUILIDAD y SEGURIDAD para TODOS.***
- 4. TU DEBES HACER TU PARTE siendo obediente con todos los protocolos eso permite que la situación mejore más rápido.***
- 5. Disfruta cada momento en casa y SIENTETE CAPAZ en seguir adelante porque Dios te ha regalado muchos TALENTOS.***

