



## 2.3 FAMILIA ¡CONEXIÓN!

### PARA LOS FAMILIARES:

Su adolescente está aprendiendo acerca de los tres componentes de la seguridad en uno mismo. Haga que su adolescente participe en una conversación sobre adquirir seguridad en uno mismo. Para ayudar a su adolescente, conversen sobre sus experiencias de adolescente con el desarrollo de habilidades, el respeto por usted mismo y por los demás y el ser responsable. Hable acerca de otras características que crea que lo ayudaron a adquirir seguridad en usted mismo mientras crecía. Luego pídale a su adolescente que describa algunas de sus experiencias con desarrollar una habilidad, mostrar respeto y ser responsable y cómo contribuyen a sentirse seguro de sí.

# ¡Tres apoyos son mejores que dos!

## ¡HAGÁMOSLO!

Después de escuchar a tu familiar, conversen sobre el taburete de tres patas de la seguridad en uno mismo en relación a ti, y pregúntale a él o ella qué es lo mejor que podrías hacer para desarrollar la seguridad en ti mismo. Luego, responde las siguientes preguntas.

## EL TABURETE DE TRES PATAS DE LA SEGURIDAD EN UNO MISMO

### RECUERDA

- desarrollar habilidades.
- respetarte a ti mismo y a los demás.
- actuar de forma responsable.

Escribe abajo tus respuestas.

¿Qué dijo tu familiar acerca de tus habilidades y capacidades y cómo podrías desarrollarlas más?

Piensa en cómo muestras respeto por tu familiar. ¿Cuáles son dos formas en las que puedes mostrar el mismo respeto por ti mismo?

Piensa en cuán responsable eres y acerca de la descripción de responsabilidad de tu familiar. ¿Qué consejo te dio o te daría tu familiar a ti acerca de ser más responsable?

¿Qué otras características piensas que necesitas desarrollar para ser más seguro de ti mismo?