



**PARA LOS FAMILIARES:**

Su hijo ha estado aprendiendo acerca de la relación entre las emociones, los pensamientos y las acciones. Pídale a su hijo que le cuente acerca de su dibujo y cómo el proceso Sentir, Pensar, Actuar, ¡RENOVAR! lo ayuda a cambiar los sentimientos difíciles por sentimientos positivos.

# ¡Pensar en positivo!

## ¡HAGÁMOSLO!

¿Cómo usas Sentir, Pensar, Actuar, ¡RENOVAR! para cambiar tus sentimientos difíciles por sentimientos positivos?

### SENTIR, PENSAR, ACTUAR, ¡RENOVAR!

LOS NIÑOS PUEDEN MOSTRAR QUE SON CAPACES DE CAMBIAR LOS SENTIMIENTOS DIFÍCILES POR SENTIMIENTOS POSITIVOS CON EL PROCESO SENTIR, PENSAR, ACTUAR, ¡RENOVAR!

- Sentir**—Identifica el sentimiento difícil.
- Pensar**—Piensa en algo útil para cambiar la situación.
- Actuar**—Actúa según ese pensamiento.
- ¡RENOVAR!**—Identifica el nuevo sentimiento positivo.

**Para completar en clase con la maestra:** Dibuja algo de la escuela que te hace sentir triste, enojado, frustrado, asustado o preocupado.

**Para completar en la casa con un familiar:** Comparte tu dibujo con un familiar. Habla con él o ella acerca de cómo puedes cambiar tus sentimientos difíciles por sentimientos positivos.