

Nombre: _____



Sesión 8: Contra aburrimiento... movimiento

Actividades sociales

Ficha 8.5

Conocer gente nueva.
Sonreír.
Escuchar con atención.
Hacer cumplidos y alabanzas.
Compartir sentimientos y comportamientos.
Pedir que me dejen algo o que me echen una mano.
Hacer favores.
Ayudar a los demás.
Defender a un amigo.
Ser amable.
Pedir perdón.
Hablar con los compañeros.
Salir con los amigos.
Estar con la familia.
Visitar a amigos o familiares enfermos.
Asociarse a un club juvenil.
Hacer regalos.
Chatear, mandar mensajes.
Hablar por el móvil.
Celebrar una fiesta.

Añade actividades sociales que te atraigan
