

Cómo ampliar mi círculo de amigos

Este ejercicio te ayudará a ver 1) quiénes son tus amigos más cercanos y 2) cómo puedes incluir a más personas en tu círculo de amigos.

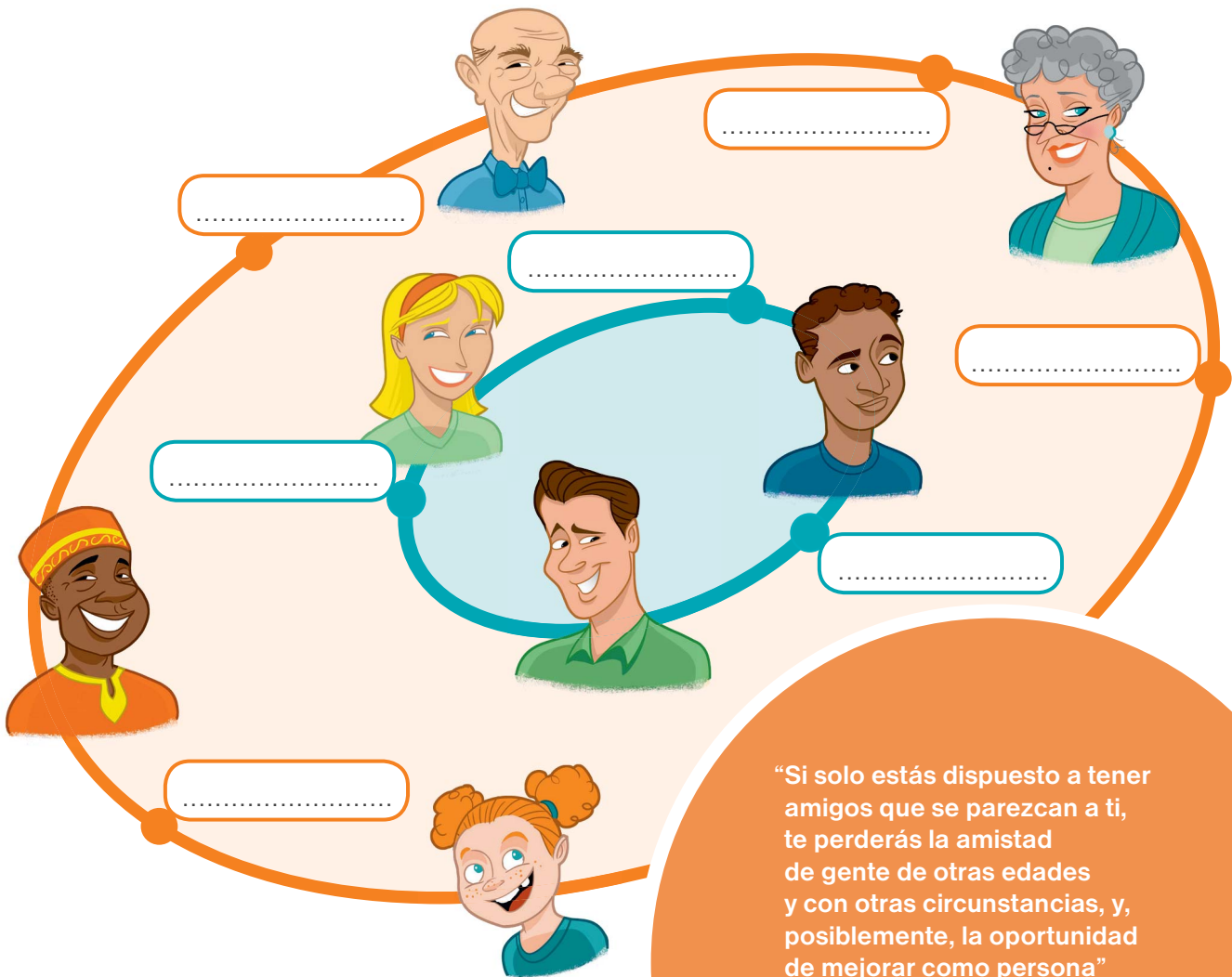
Por qué es importante: Si no incluyes a otras personas en tu círculo de amigos, puede que te pierdas la oportunidad de hacer muy buenas amistades.

1

En el círculo más pequeño, pon los nombres de tus mejores amigos.

2

En el círculo más grande, pon los nombres de personas a quienes te gustaría conocer mejor.



“Si solo estás dispuesto a tener amigos que se parezcan a ti, te perderás la amistad de gente de otras edades y con otras circunstancias, y, posiblemente, la oportunidad de mejorar como persona” (Melinda).

¿A quiénes podrías conocer un poco más?

De esta lista, elije tres cualidades que crees que un buen amigo debe tener. Si se te ocurren otras, apúntalas en los espacios en blanco.



Sincero

Responsable

Puntual

Ordenado

Positivo

Imparcial

Generoso

Trabajador

Capaz de controlarse

.....

.....

.....

.....

Escribe el nombre de algunas personas que conozcas y que tengan las cualidades que elegiste *(no tienen por qué ser de tu edad)*.

.....

.....

RIESGOS Y RECOMPENSAS



¿Qué cosas negativas crees que podrían pasarte si amplías tu círculo de amigos?

.....
.....
.....



¿Qué recompensas podrías obtener?

.....
.....
.....

¿QUÉ CONSEJO LE DARÍAS?

“No es que siempre hable con los de mi grupo, también hablo con otras personas, pero la verdad es que siempre acabo con los mismos. Creo que muchos jóvenes no nos atrevemos a conocer mejor a otros porque nos da miedo que no nos acepten” (Emily).

¿Qué le dirías a Emily para ayudarla a superar el miedo a hacer nuevos amigos?

.....
.....
.....
.....