Una mano amiga

¿Qué dirías para ayudar a un amigo que luce triste o deprimido?

Aspectos a tomar en cuenta: Es difícil ofrecer apoyo cuando no estás seguro de cómo hacerlo. Piensa en lo que te ayudaría a ti si estuvieras en su lugar. ¿Qué te gustaría escuchar de alguien cercano a ti? ¿Qué podría hacer esa persona para hacerte sentir mejor?

Actividad adicional: ¿Cómo sabes si alguien está triste o deprimido? Si no te lo dice, ¿qué indicios podrían ayudarte a notarlo? (Usa el reverso de esta página para escribir)

GradeSchools.org