

Frases para romper el hielo

Preguntas para crear el hábito de hablar

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Hablaste con alguien nuevo hoy?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Hay alguien a quien admires? Háblame de él/ella.

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Cuál piensas que es tu primer recuerdo?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Sucedió hoy algo inesperado en la escuela?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Cuál es tu canción favorita en este momento? ¿Cómo te hace sentir?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Qué animal crees que se parece más a ti?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

Si pudieras vivir en algún lugar por un año, ¿dónde vivirías?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

Si pudieras conocer a cualquier persona en todo el mundo, ¿a quién conocerías?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Quién ha sido tu maestro favorito? ¿Por qué?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¿Cuál es tu video favorito en Youtube o en TikTok?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para crear el hábito de hablar

¡Plantea tu propia pregunta!

The Kids Mental Health Foundation



The Kids Mental Health Foundation



#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org

Preguntas para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Qué te hizo sentir orgulloso hoy?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Como demostraste valentía hoy?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Como hiciste frente a tus emociones difíciles hoy?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Qué problema resolviste hoy? ¿Como lo hiciste?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Que hiciste hoy por tu salud mental?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿A quién acudes cuando quieres animarte?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿Qué personas en tu vida son quienes más te apoyan?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿En qué mejoraste esta semana?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

Cuando te sientes preocupado, triste o enojado, ¿qué pasa por tu mente?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

Cuando te sientes triste, ¿en qué piensas para volver a sentirte feliz?

The Kids Mental Health Foundation

Preguntas de Conversación

Para hablar acerca de sentimientos, estrategias de afrontamiento y bienestar mental

¿En qué momento pensaste que las cosas irían mal y luego no fueron tan mal como pensabas? ¿Qué ayudó a que salieran bien?

The Kids Mental Health Foundation

Para obtener más recomendaciones sobre cómo continuar la conversación, dar consejos y hablar con los niños sobre la salud mental, visite [KidsMentalHealthFoundation.org/Conversation](https://www.KidsMentalHealthFoundation.org/Conversation).



The Kids Mental Health Foundation



#KidsMentalHealthFoundation

KidsMentalHealthFoundation.org