

Connect to Overcome a Challenge

INDIVIDUAL ACTIVITY- Please answer the following questions.

- 1) What is one challenge you are having at school right now?

- 2) Who are three people you could ask for help? Of those three, who are you most comfortable with asking?

- 3) Why do you think it can be difficult to ask for help when we need it?

DISCUSSION- Please participate in a group discussion according to your teacher's instructions. Please remember to be thoughtful and kind, and refrain from using names.

POST: Share one challenge you or someone you know is facing right now.

REPLY: Respond to a classmate's challenge by offering a connection. You might offer:

- a few words of encouragement
- an idea they might try to help
- to be there for them, if they could use support

Conéctate para Superar una Dificultad

ACTIVIDAD INDIVIDUAL: Favor de responder las siguientes preguntas.

1) ¿Cuál es una dificultad que estás teniendo en la escuela en este momento?

2) ¿Quiénes son tres personas a las que podrías pedir ayuda? De esas tres, ¿a quién te sientes más cómodo/a preguntando?

3) ¿Por qué crees que puede ser difícil pedir ayuda cuando la necesitamos?

DISCUSIÓN: Participa en una discusión grupal según las instrucciones de tu profesor/a. Recuerda ser amable y respetuoso/a, y evita usar nombres.

PUBLICAR: Comparte una dificultad a la que tú o alguien que conoces se enfrenta en este momento.

RESPONDER: Responde a la dificultad de un/a compañero/a de clase ofreciendo una conexión. Podrías ofrecer:

- unas pocas palabras de animo
- una idea que podrían intentar para ayudar
- estar allí para ellos/as, si necesitan apoyo