



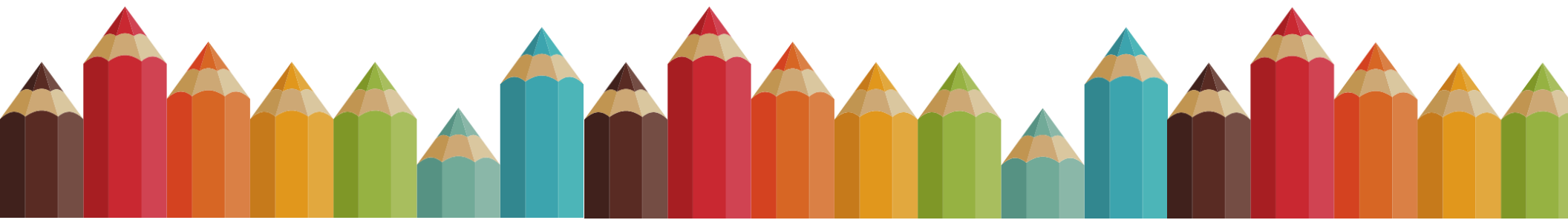
Primeros Auxilios Psicológicos

Instituto para Prevenir Conductas de Riesgo del
Municipio de Querétaro

**FOLLETO DE TRABAJO 3:
DISTINGO SECRETOS BUENOS Y MALOS
INFANCIAS- Primaria 4to, 5to y 6to grado**



QUERÉTARO
— MUNICIPIO —





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos

Este Folleto de trabajo ha sido elaborado y diseñado por el equipo de Psicólogas de Primeros Auxilios Psicológicos que es una acción del Instituto para Prevenir Conductas de Riesgo del Municipio de Querétaro, los fines para el mismo (tanto en el uso y/o reproducción impresa) son exclusivos a la práctica educativa y difusión de la Educación Emocional como Factor Protector, no podrá usarse con fines políticos o lucrativos.

Todos los Derechos Reservados al Municipio de Querétaro.

FOLLETO DE TRABAJO 3: DISTINGO SECRETOS BUENOS Y MALOS
Infancias- Primaria 4to, 5to y 6to grado
Instituto para Prevenir Conductas de Riesgo del Municipio de Querétaro
Equipo de Primeros Auxilios Psicológicos
Abril, 2022
Querétaro, México.

¿Necesitas Apoyo Psicológico? Llama a la Línea 070 de Atención Psicológica; Marca 070 o 442 2 38 77 70, en un horario de Lunes a Sábado de 7am a 9pm y Domingos de 8am a 2pm los 365 días del año.

Sigue consultando nuestro sitio web: <https://auxiliospsicologicos.municipiodequeretaro.gob.mx/>

¿Dudas, información o comentarios? Escribenos un correo a contacto.ipocr@municipiodequeretato.gob.mx

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa."





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos



Hola, soy Emma, nos conocimos en la Cápsula 3 junto con mis amigas Lisa y Sofi.

¿Qué aprenderemos en este folleto de la semana 3? ¡Algo muy importante! Algo que tiene que ver con reconocer cuando un secretito puede dañarnos, tal y como viste en la cápsula, por favor lee las instrucciones y realiza lo que se te indica.





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos

ACTIVIDAD 1

Objetivo: Reflexionar y aprender a distinguir secretos sanos o buenos, de secretos peligrosos o malos.

Sabes que los SECRETOS MALOS son los que te hace sentir mal, te producen miedo, tristeza, malestar, incomodidad, vergüenza. Además, te dicen que debes guardarlos para toda la vida y que nunca puedes contarlos.
Los SECRETOS BUENOS son aquellos que te generan alegría, emoción, te hacen sentir bien. Estos secretos sólo se guardan por un tiempo y no dañan a nadie.

Instrucción: Lee las siguientes tarjetas con descripciones e identifica si se trata de un secreto bueno o malo, escribe en la parte de arriba tu respuesta (SECRETO BUENO o SECRETO MALO).

El domingo es el cumpleaños del abuelo Jesús y le tenemos una sorpresa, vamos a festejarlo en su casa, pero es un secreto, ¿ok?

Gabriel llegó a clases con un videojuego nuevo, cuando le preguntaron quién le dio ese regalo, Gabriel miró hacia abajo con cara triste y dijo que no podía contarlo.

Mi mamá me dejó que yo eligiera el regalo de cumpleaños para mi hermana, con la condición de que no le cuente lo que es antes de la fiesta.

Sofía me mostró unos moretones que tenía en los brazos, contándome que le pegó su hermano, me pidió que guardara el secreto.

A Miguel le contaron un secreto: que a la salida de la escuela le van a pegar a Ángel entre varios, no le digas a nadie.

Mi prima Karla se va a vivir a otra ciudad y le van a hacer una despedida, pero no se lo podemos contar, porque es una sorpresa.

Hace tiempo que mi amigo Juan anda extraño, la otra vez me dijo que había un juego que jugaba con sus primos mayores y que no le gustaba, un juego donde nunca podía decir que no, a nada, además era un juego secreto.

Los papás de mi amiga Mariana se pelean mucho, se gritan y golpean, mi amiga Mariana dice que ellos le dicen que es un secreto familiar y no debe saberlo nadie más.





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos

ACTIVIDAD 2

Objetivo: Identificar a las personas de confianza en mi vida y las características que hacen que sean mis personas de confianza.

Instrucción: Subraya las características que tú crees que debe tener una persona de tu confianza y agrega 2 más:

• Me escucha con atención	• Me lastima	• Me respeta	• Me quiere y expresa su cariño de formas agradables	• Me insulta
• Me apoya	• Me hace sentir protegida/protegido	• Me ignora	•	•

Nombra a 4 personas de tu confianza que consideres cumplen todas o algunas de estas características:

1.	2.
3.	4.





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos

ACTIVIDAD 3

Objetivo: Saber qué hacer con los secretos malos.

Instrucción: Descifra las siguientes frases, según el código siguiente:

α	β	χ	δ	ε	φ	γ	η	ι	φ	κ	λ	μ	ν	ς	ο	π	θ	ρ	σ	τ	υ	ω	ω	ξ	ψ	ζ
a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	ñ	o	p	q	r	s	t	u	v	w	x	y	z

- | |
|---|
| • λος σεχρετος μαλος δεβεν χονταρσε α υν αδυλτο δε χονφιανζα. |
| • |
| • λασ αχχιονες ο σιτυαχιονες θυε με λαστιμαν νο δεβεν σερ οχυλταδασ. |
| • |
| • χονταρ υν σεχρετο μαλο, εσ αλγο βυενο. |
| • |
| • σι εστοψ εν πελιγρο δεβο πεδιρ αψυδα. |
| • |
| • νινγυνα περσονα δεβε τοχαρ μι χυερπο σιν μι περμισο. |
| • |
| • αυνθυε σεα υν νι)ο ο νι)α, τεγγο δερεχηο α θυε με τρατεν χον ρεσπετο. |
| • |





Semana 3: Distingo secretos buenos y malos

DIARIO EMOCIONAL



Continúa dibujando una carita diariamente, por la noche, antes de dormirte, expresando cómo te sentiste la mayor parte de tu día:

Cada cuadrado de los que ves aquí es un día de la semana, por eso ves 7 cuadrados, porque una semana tiene 7 días.

SEMANA 3

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4
Día 5	Día 6	Día 7	

Mi diario emocional

Reflexión:

¡Felicidades! Llegaste al final de este Folleto 3, recuerda que es importante tener personas adultas de confianza a quienes les cuentes tus secretos; sobre todo los que te hacen sentir mal, triste, con miedo y vergüenza, para poder escucharte, apoyarte y protegerte. ¡Hasta pronto! Continúa con el Folleto 4.

