

WONDERS & WORRIES ACTIVIDAD

# Jardín de rocas familiar



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de la enfermedad o lesión grave de un padre.

Juntos, podemos.



**Enfoque:** Expresión personal y conexión familiar

**Objetivos:**

- Identificar las fortalezas familiares.
- Discutir cómo las fortalezas de la familia ayudarán a enfrentar la enfermedad de un miembro de la familia.

**Materiales necesarios:**

- 1 roca grande para la familia o 1 roca más pequeña para cada miembro de la familia.
- Marcadores permanentes (rotuladores de pintura, etc.).
- Periódico (un mantel viejo).



### Instrucciones:

Cada miembro de la familia escribir diferentes cualidades y fortalezas a la familia (divertido, inteligente, valiente, etc.). Cuando se identifican y enfatizan esas fortalezas al enfrentar situaciones desafiantes, esto puede promover el afrontamiento. Decoren la(s) roca(s) con marcadores de pintura o rotuladores y colóquenlas en un lugar especial en su hogar o jardín. Con el tiempo, los miembros de la familia pueden agregar al jardín escribiendo/ dibujando nuevas fortalezas y/o habilidades que hayan adquirido durante la enfermedad.

1. Antes de una reunión familiar, consigan 1 roca grande para la actividad familiar o rocas más pequeñas para cada miembro de la familia.
2. Coloquen las rocas sobre el periódico (o mantel viejo).
3. Inviten a su familia a escribir/dibujar las fortalezas de la familia en las rocas.
4. Pídanle a cada miembro de la familia que hable sobre las fortalezas que escribieron/ dibujaron y cómo estas fortalezas ayudarán a la familia durante la enfermedad.
  - Nota para los padres: al hablar sobre las fortalezas de cada uno, esta es una gran oportunidad para afirmar la personalidad única y las cualidades especiales e importantes de cada miembro de la familia.
5. Identifiquen un lugar para su Jardín de Rocas Familiar. Recuérdenle a todos las fortalezas que les ayudarán durante este tiempo.



Apoyo profesional a través de la enfermedad o lesión grave de un padre.

Juntos, podemos.