

# CREANDO UNA BASE PARA LA CONFIANZA

## *Hoja de Ejercicio*

Evalúa tu saludo y puntúa del 0 al 10, considerando que 10 es lo máximo y 0 lo mínimo.

- 1 |** Cuando saludo a un niño o adolescente que llega a consulta, mantengo el contacto visual \_\_\_\_\_
- 2 |** Pronuncio un saludo adecuado que es una bienvenida cálida y muy amable \_\_\_\_
- 3 |** Lo primero que hago al recibir a un niño o adolescente en consulta es regalarle una sonrisa \_\_\_\_\_
- 4 |** Elijo vestirme cómodamente sin obedecer al que dirán o a una figura acartonada del profesional de la psicología \_\_\_\_\_
- 5 |** Uso palabras sencillas y me preocupo de usar el mismo vocabulario del niño o adolescente \_\_\_\_\_
- 6 |** Mis sesiones son breves, no alargo la consulta y respondo al tiempo necesario confiando en la claridad del niño o adolescente y reconociendo que es concreto y específico \_\_\_\_\_
- 7 |** Soy capaz de aceptar que el niño es el niño y el problema es el problema, reconociéndolo al margen de cualquier diagnóstico o etiqueta patológica \_\_\_\_\_
- 8 |** Descubro con el niño situaciones ganadoras y recurro a experiencias de valor que lo identifican con aspectos positivos de su propia vida \_\_\_\_\_

**9 I** Presto al niño o adolescente la debida atención, otorgándole más tiempo que a los padres \_\_\_\_\_

**10 I** Generalmente arranco la conversación habiéndome creado una buena impresión del niño o adolescente \_\_\_\_\_

¿Cómo podrías asegurarte estar un paso por encima en el número que te encuentras ahora? Enumera una posibilidad para cada situación. Sólo el primer paso:

**1 I**

**2 I**

**3 I**

**4 I**

51

61

71

81

91

101

Llegó el momento de proyectar tu pasión:

**1 |** Si tuviera que elegir contar algo que sé hacer muy bien y disfruto en mis tiempos libres, sería \_\_\_\_\_

---

---

**2 |** Mis amigos, familiares y conocidos dicen que soy muy bueno haciendo \_\_\_\_\_

---

---

**3 |** Si elegiría algo que me apasione para compartir, sería la historia de

---

---

---

---

**4 |** Creo que podría ser más agradable y seguir gustando si continúo haciendo en consulta \_\_\_\_\_

---

---

**5 |** Creo que podría ser más agradable y empezaría a gustar si empiezo a implementar una actitud \_\_\_\_\_

---

---

---