



ACTIVIDAD #5 COMPARTIENDO PENSAMIENTOS DE LIMITES PERSONALES Y EMOCIONALES CON PADRES/GUARDIANES

Meta: Esta Actividad ayudara a los padres/guardianes y jóvenes hablar sobre sus pensamientos y preocupaciones en respeto a los limites personales. Se presenta como una plataforma para abrir discusión y la conversación entre los dos.

Direcciones: Padres y guardianes deben de completar individualmente cada lado de la hoja, dóblala para no ver la respuesta de cada uno. Cuando terminen comparen y hablen sobre las similitudes y diferencias.

ACTIVIDAD DE LIMITES PERSONALES Y EMOCIONALES

Abajo hay una lista de comportamientos relatados a los "Limites Personales y Emocionales." Elija de la lista del comportamiento que crees que es un límite apropiado para cada uno de los grupos alistados. (Ejemplo, "Besar" Familia)

**Personal / Emotional Boundaries Take Home Worksheet**

<p><b>Personal boundaries</b> – are guidelines, rules or limits that a person creates to identify reasonable, safe and permissible ways for other people to behave towards them and how they will respond when someone passes those limits.</p> <p>This Worksheet will help parents/guardians and youth discuss their feelings and concerns regarding personal boundaries. When finished compare and discuss similarities and differences. Below is a list of behaviors related to "Personal/Emotional Boundaries." Select from the list the behavior you feel is an appropriate boundary for each of the group listed. (Example, "kiss" Family) Parent/guardian should complete individual sides of the worksheet by folding the worksheet to conceal responses.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">       kiss / shake hands / hold hands / hug / high-five / say "I love you" / text selfies / tell secrets / talk about personal issues / give phone number / give your address / chat on the computer / spend the night / text personal information / discuss family matters / give a ride     </div> <p style="text-align: center;"><b>Parent / Guardian</b></p> <p><b>Family:</b> _____ _____</p> <p><b>Friends:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Acquaintances:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Strangers:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Boyfriend / Girlfriend:</b> _____ _____ _____</p>	<p><b>Personal boundaries</b> – are guidelines, rules or limits that a person creates to identify reasonable, safe and permissible ways for other people to behave towards them and how they will respond when someone passes those limits.</p> <p>This Worksheet will help parents/guardians and youth discuss their feelings and concerns regarding personal boundaries. When finished compare and discuss similarities and differences. Below is a list of behaviors related to "Personal/Emotional Boundaries." Select from the list the behavior you feel is an appropriate boundary for each of the group listed. (Example, "kiss" Family) Parent/guardian should complete individual sides of the worksheet by folding the worksheet to conceal responses.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">       kiss / shake hands / hold hands / hug / high-five / say "I love you" / text selfies / tell secrets / talk about personal issues / give phone number / give your address / chat on the computer / spend the night / text personal information / discuss family matters / give a ride     </div> <p style="text-align: center;"><b>Teen</b></p> <p><b>Family:</b> _____ _____</p> <p><b>Friends:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Acquaintances:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Strangers:</b> _____ _____ _____</p> <p><b>Boyfriend / Girlfriend:</b> _____ _____ _____</p>
--	---

Fold in Half Here

Touching Safety • Copyright © 2004-2005 by National Catholic Services, LLC. All rights reserved. (9/13/2005) • Page 7 of 6

## Actividad de Límites Personales y Emocionales Para Llevar a Casa

**Límites Personales** – son pautas, reglas o límites que una persona crea para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que otras personas se comporten con ellas y cómo responderán cuando alguien se traspasé de estos límites.

Esta hoja de trabajo ayudará a los padres / guardianes y a los jóvenes a discutir sus sentimientos y preocupaciones con respecto a los límites personales. Cuando termine compare y discuta similitudes y diferencias. Abajo se encuentra una lista de comportamientos relacionados con "Límites Personales / Emocionales". Seleccione de la lista el comportamiento que considera un límite apropiado para cada uno de los grupos alistados. (Ejemplo, familia "beso") El padre /guardián debe de completar los lados individuales de la actividad y doblar la hoja para ocultar las respuestas.

besar / apretón de manos / tomarse de las manos / abrazo /  
'high-five' / di "te amo" / texto 'selfies' / contar secretos /  
hablar sobre asuntos personales / dar número de teléfono /  
dar su dirección / hablar por la computadora /  
pasar la noche / texto información personal /  
discutir asuntos familiares / dar un recorrido

**Padre / Guardián**

**Familia:**

---

---

---

**Amistades:**

---

---

---

**Conocidos:**

---

---

---

**Extraños:**

---

---

---

**Novio/Novia:**

---

---

---

**Límites Personales** – son pautas, reglas o límites que una persona crea para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que otras personas se comporten con ellos y cómo responderán cuando alguien se traspasé de estos límites.

Esta hoja de trabajo ayudará a los padres / guardianes y a los jóvenes a discutir sus sentimientos y preocupaciones con respecto a los límites personales. Cuando termine compare y discuta similitudes y diferencias. Abajo se encuentra una lista de comportamientos relacionados con "Límites Personales / Emocionales". Seleccione de la lista el comportamiento que considera un límite apropiado para cada uno de los grupos enumerados. (Ejemplo, familia "beso") Los padres /guardián deben completar los lados individuales de la hoja de trabajo doblándola para ocultar las respuestas.

besar / apretón de manos / tomarse de las manos / abrazo /  
'high-five' / di "te amo" / texto 'selfies' / contar secretos /  
hablar sobre asuntos personales / dar número de teléfono /  
dar su dirección / hablar por la computadora /  
pasar la noche / texto información personal /  
discutir asuntos familiares / dar un recorrido

**Adolescente**

**Familia:**

---

---

---

**Amistades:**

---

---

---

**Conocidos:**

---

---

---

**Extraños:**

---

---

---

**Novio/Novia:**

---

---

---

*Aquí doble a la mitad*