

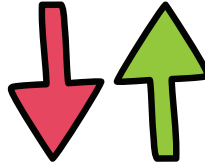
Cómo construir una amistad



Haz contacto visual con tu amigo.



Sé amable.



Si te sientes frustrado, respira profundo.



Escucha lo que te dice.



Tomen turnos para hablar.



Piensa cómo puede estarse sintiendo.



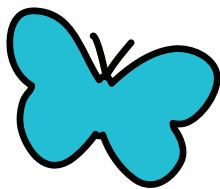
Hagan un rompecabezas, juego o alguna actividad juntos.



Pide perdón si heriste los sentimientos de tu amigo.



Si cometiste un error, pregunta cómo puedes arreglarlo.



Pasen tiempo en la naturaleza juntos.



Lean un libro juntos.



Sean voluntarios juntos.

¡Visita [KidsMentalHealthFoundation.org/es](https://www.KidsMentalHealthFoundation.org/es) para más recursos!