

BILINGUAL
conversation starter pack
iniciando la conversación
PAQUETE BILINGÜE

DECIMOS
NO MÁS



ESPERANZA
UNITED

NO MÁS conversation starters are for children of all ages. Simply select a card and start a conversation.

Some good guidelines to use to build healthy communication:

1. Be willing to answer any question that you ask your child.
2. Listen to the answer without interrupting and respond without judgment.
3. Ask more questions to keep the game going...
“Really, is there more to that story?”
“That sounds interesting; can I hear more about that?”

Visit esperanzaunited.org for more on having deeper conversations about healthy relationships, healthy sexuality and healthy communication.


Iniciando la conversación de NO MÁS, es un recurso adecuado para niñas y niños de todas las edades. Simplemente saca una pregunta e inicia la conversación.

Algunas pautas a seguir para crear comunicaciones saludables:

1. Estás dispuesta o dispuesto a contestar cualquier pregunta que tú le hagas a tu hija y/o hijo.
2. Escucha la respuesta sin interrupciones y responde sin juzgar.
3. Haz más preguntas para seguir el juego...
“¿De verdad, qué más pasó?” “Eso suena interesante; ¿me cuentas más?”


En esperanzaunited.org encuentra más información para profundizar en los temas de comunicación, relaciones y sexualidad saludables.

One thing that makes me
smile is _____.



Algo que me hace sonreír
es _____.

What activity do you like to do the most?



¿Cuál es la actividad que más te gusta hacer?

What I wish for myself is


_____.



Lo que deseo para mí es

_____.


Today I feel _____
because _____.



Hoy me siento _____
porque _____.

One thing that helps me feel
at peace is


_____.



Algo que me ayuda a sentir
paz es

_____.


One thing that I struggle with
is _____.



Algo con lo que lucho es
_____.

My favorite childhood
memory is

_____.



Mi recuerdo favorito de la
infancia es

_____.

Without naming specific people, finish the sentence:

I feel mad when

_____ because
_____.

Sin mencionar nombres específicos, completa la frase:

Me enojo cuando

_____ porque
_____.

I feel happy when


_____ because
_____.



Me siento feliz cuando

_____ porque
_____.

Why do you think it's
sometimes hard to take
compliments from others?



¿Por qué crees que a veces es
difícil aceptar cumplidos de
otros?


What do I think of myself?

A decorative horizontal bar consisting of two segments: a purple segment on the left and an orange segment on the right. The purple segment has a diagonal cut on its right side, and the orange segment has a diagonal cut on its left side, creating a white triangular gap between them.

¿Qué pienso de mí mism@?


Do you know what your
name means?

Do you think your name
reflects who you are?



¿Sabes qué significa tu
nombre? ¿Crees que tu
nombre refleja quién eres?

What is something that you
do well?



¿Qué es algo que haces bien?

I am great because

_____.



Soy genial porque

_____.

When I look at myself, I see

_____.



Cuando me miro, veo

_____.

I am strong because

_____.



Soy fuerte porque

_____.

I am beautiful because

_____.




Soy hermosos@ porque

_____.

When my parents
see me, they see _____
and that makes me feel
_____.


Cuando mis padres me ven,
ven _____ y
eso me hace sentir
_____.

What would you like your
friends or acquaintances to
see in you?



¿Qué te gustaría que tus
amig@s o conocid@s vean
en ti?

Is what your friends think of
you important to you?



¿Es importante para ti lo que
tus amigos piensan de ti?

When my teachers see me,
they see

_____.



Cuando mis profesores me
ven, ven

_____.

My greatest strength is

_____.



Mi mayor fortaleza es

_____.

My greatest accomplishment
is _____.




Mi mayor logro es
_____.

What are my goals today?




¿Cuáles son mis metas hoy?

What resources do I have to
achieve my goals?



¿Qué recursos tengo para
alcanzar mis metas?


What I love most about
myself is _____.



Lo que más me gusta de mí
mism@ es


_____.

What do you feel when you
are happy? Where do you
feel it?




¿Qué sientes cuando estás
feliz? ¿Dónde lo sientes?

What things, activities or people make you happy and enthusiastic?




¿Qué cosas, actividades, o personas te hacen sentir feliz y entusiasmada@?

What do you feel when you are sad? Where do you feel it?




¿Qué sientes cuando estás triste? ¿Dónde lo sientes?

What do you feel when you are angry? Where do you feel it?



¿Qué sientes cuando estás enojad@? ¿Dónde lo sientes?


What things or situations annoy you, make you angry?



¿Qué cosas o situaciones te molestan, te enfadan?

I feel good about myself when


_____.



Me siento bien conmigo
mism@ cuando


_____.

One thing that really hurts
me is _____.



Algo que realmente me duele
es _____.

One thing that frightens me
is _____.



Algo que realmente me
asusta es

_____.

One thing that really confuses
me is _____.



Algo que realmente me
confunde es

_____.

One thing that makes me
really sad is

_____.



Algo que realmente me
entristece es

_____.

I feel angry when

_____.




Me siento enojad@ cuando

_____.

My greatest fear is


_____.



Mi mayor temor es

_____.

What do I do when I feel
afraid?



¿Qué hago cuando me siento
asustad@?

I feel scared when


_____.



Me siento asustad@ cuando


_____.

What resources do I have to
express myself?



¿Qué recursos tengo para
expresarme?

What's one thing that I do to
make me feel "better" ?



¿Cuál es una cosa que hago
para sentirme "mejor"?

I dream that one day I will

_____.



Sueño que algún día yo

_____.

I want my life to be

_____.




Quiero que mi vida sea

_____.

I see myself in the future as


_____.



Me veo a mí mism@ en el
futuro como


_____.

One thing that motivates me
is _____.



Algo que me motiva es
_____.


One person who supports
me is _____.



Una persona que me apoya
es _____.

Something I am proud of is

_____.




Algo de lo que estoy
orgullos@ es

_____.

One thing that will help me
acheive my goal(s) is


_____.



Algo que me ayudará a
alcanzar mis metas es


_____.

Would you rather be rich and unhappy or poor and happy?




¿Preferirías ser rico e infeliz,
o pobre y feliz?

What is your most valued possession? Why does it mean a lot to you?




¿Cuál es tu posesión más valiosa? ¿Por qué significa mucho para ti?

What is one of the most important values in your family?



¿Cuál es uno de los valores más importantes en tu familia?

If you could be an animal for one day, what animal would you be and why?



Si pudieras ser un animal por un día, ¿qué animal serías y por qué?

A strong women that I
admire is

because_____.

Una mujer fuerte a la que
admiro es

porque_____.

A strong man that I
admire is

because_____.

Un hombre fuerte a quien
admiro es


because_____.

What makes someone a
good friend?




¿Qué hace que alguien sea
un/a buen/a amig@?

Would you rather break
someone's heart or have your
heart broken?




¿Preferirías romper el corazón
de alguien o que te rompan
el corazón?

What is one thing that you
are grateful for?




¿Qué es algo por lo que estás
agradecid@?

Who in your family are you most like and how are you alike?




¿A quién en tu familia te pareces más y en qué se parecen?

If you had a superpower,
what would you want it to
be?




Si tuvieras un superpoder,
¿qué poder te gustaría tener?

If you could only eat one food
for the whole week, what
would it be?




Si solo pudieras comer un
alimento durante toda la
semana, ¿cuál sería?

What does being a man/boy
look like to you?



¿Que se siente o significa
para ti ser hombre/joven?


Is it ok for boys to cry? Do you cry in front of your friends?



¿Crees que está bien que los niños lloren? ¿Lloras frente a tus amig@s?

Girls are strong because

_____.



Las mujeres son fuertes
porque_____.

I like being a boy/man OR
girl/women because


_____.



Me gusta ser un niño/hombre
O niña/mujer


porque _____.

What are things boys/men
can do that others can't?




¿Qué crees que los niños/
hombres pueden hacer que
otros no pueden?

What would you do if you saw your friend yelling at their friend/partner/other person?




¿Qué harías si vieras a tu amig@ gritándole a su amig@/pareja/otra persona?

What would you do if you
got lost and could not find
anyone you knew?




¿Qué harías si te perdieras
y no pudieras encontrar a
nadie conocido?

What would you do if your friends asked you to do something you know can have negative consequences?




¿Qué harías si tus amig@s te pidieran hacer algo que sabes que puede tener consecuencias negativas?

Who do you reach out to
when you have a problem
and why?




¿A quién acudes cuando
tienes un problema y por
qué?

Who is your best friend?
What do you like most about
them?




¿Quién es tu mejor amig@?
¿Qué es lo que más te gusta
de él/ella?

What does being a good friend mean to you?




¿Qué significa para ti ser un/a buen/a amig@?

What does it mean to have a healthy relationship?




¿Qué significa tener una relación saludable?

What does it mean to have an unhealthy relationship?




¿Qué significa tener una relación no saludable?

At what age do you believe
it's fine to start dating?




¿A qué edad crees que es
aceptable comenzar a salir
con alguien?

Do you believe technology impacts relationships? If so, how? If not, why not?




¿Crees que la tecnología afecta las relaciones? Si es así, ¿cómo? Si no, ¿por qué no?

Why is trust important in a relationship?




¿Por qué es importante la confianza en una relación?

What do you think drugs can do to your body?




¿Qué crees que las drogas pueden hacerle a tu cuerpo?

What would you do if one of your friends offered you alcohol or drugs?




¿Qué harías si un@ de tus amig@s te ofreciera alcohol o drogas?

Why do you think you cannot
drive under the influence of
alcohol?




¿Por qué crees que no se
puede conducir bajo la
influencia del alcohol?

Do you know any drugs? Do
you know what they look
like?




¿Conoces alguna droga?
¿Sabes cómo se ven?

Who do you think you can be intimate with?



¿Con quién crees que puedes tener intimidad?


Who can you trust and feel comfortable sharing your feelings with?



¿En quién puedes confiar y sentirte cómodo compartiendo tus sentimientos?

The best time to have sex
with someone is


_____.



El mejor momento para
tener relaciones sexuales con
alguien es


_____.

What do you think having
safe sex means?




¿Qué crees que significa
tener relaciones sexuales
seguras?

Which contraceptive
methods do you know?




¿Qué métodos
anticonceptivos conoces?

Do you know why women
have periods?




¿Sabes por qué las mujeres
tienen menstruación?

Do you know what
pornography is? What do you
think about it?



¿Sabes qué es la pornografía?
¿Qué opinas al respecto?

Do you know what abortion
is? What do you think about
it?




¿Sabes qué es el aborto?
¿Qué opinas al respecto?

What are your pronouns?




¿Cuáles son tus pronombres?

What do you think about
homosexuality?

A decorative horizontal bar consisting of two segments: a pink segment on the left and a green segment on the right. The pink segment has a diagonal cut on its right side, and the green segment has a diagonal cut on its left side, creating a white triangular gap between them.


¿Qué opinas sobre la
homosexualidad?

How would you react if you saw a couple with a different sexual orientation than yours?



¿Cómo reaccionarías si vieras a una pareja con una orientación sexual diferente a la tuya?

When you see yourself in a
mirror, who do you see?



Cuando te ves en el espejo, ¿a
quién ves?