



## Recursos asociados a Sopa de letras

### Objetivos específicos

Reflexionar sobre los conceptos vinculados al acompañamiento y apoyo emocional.

#### Contenidos de la actividad:

Os proporcionamos diferentes modelos de sopa de letras para trabajar con los participantes. Dos más sencillos con cinco términos para buscar y otros dos más difíciles con seis o siete términos ocultos.

**Compromiso.** Nos comprometemos cuando nos sentimos reconocidos. Y nos reconocemos cuando estamos presentes y actuamos.

**Voluntario.** Es voluntaria aquella persona que por decisión propia decide acompañar y apoyar emocionalmente a personas que lo necesitan.

**Amistad.** Un amigo es alguien que lo sabe todo de ti y te quiere.

**Ayudar.** Ayudar es dar y recibir. Es comunicarse. Es estar presente, implicarse y compartir.

**Ciclo.** Cuando hablamos de ciclo vital hablamos de toda la vida de una persona. Desde que nace hasta que muere.

**Vivir.** Vivir es relacionarse. Es dar y recibir. Es amar y ser amado.

**Mandar.** Mandar es imponer. E imponer es lo contrario a comunicarse. Cuando mandamos, buscamos conseguir lo que deseamos. No escuchamos.

**Interrogar.** Interrogar es hacer una pregunta detrás de otra. Obtener información no es lo mismo que comunicarse. A menudo cuando interrogamos no escuchamos.

**Escuchar.** Escuchar es comunicarse. Es entender y expresar lo que siente y piensa otra persona.

**Problema.** Los problemas son dificultades a las que nos enfrentamos en nuestra vida. Y son las dificultades las que nos permiten conocernos mejor.

**Miedo.** El miedo es un sentimiento que todos tenemos. El miedo pretende protegernos del sufrimiento.

**Crisis.** Las crisis son cambios en nuestra vida. A menudo generan conflictos de relación y sufrimiento. Las crisis siempre son necesarias, de lo contrario no creceríamos.

**Amigo.** Un amigo es aquel que lo sabe todo de ti y te quiere.

**Sentimiento.** Los sentimientos son la felicidad, la tristeza, la fortaleza, el enfado, la debilidad y el miedo. Y nuestro cuerpo es quien mejor los expresa.

**Amor.** El amor es la magia de la vida. Cuando lo recibimos, somos capaces de mover montañas. Cuando lo regalamos, nos llenamos de felicidad.

**Riesgo.** Arriesgarse es vivir, es aprender, es compartir y a veces es perder.

**Vínculo.** El vínculo es el camino afectivo que recorreremos junto a otra persona. Un camino que nos permite conocer nuestro mundo y sentirnos seguros en él.

**Duelo.** El duelo es la vivencia por la que pasamos todos cuando perdemos a alguien o algo que nos importa y queremos.

**Empatía.** La empatía es la capacidad de ponerse en la piel de otra persona y comprender lo que siente.

**Simpatía.** La simpatía es sentir en propia piel lo que le sucede a una persona que queremos. Cuando simpatizamos con el dolor de una persona, difícilmente podemos ayudarla.

**Perdonar.** Perdonar significa poder expresar nuestro dolor y nuestras culpas. Recibirlo y pedirlo nos hace humanos.

**Acompañar.** Acompañar es estar presente. Compartir. Dar y recibir.

**Relación.** Todos nosotros tenemos la necesidad de relacionarnos con los demás para poder crecer, sentirnos bien y ser felices.

## Sopa de letras con 5 palabras a buscar

L	I	T	I	P	A	R	A	N	A
R	M	A	E	I	K	E	Y	C	C
B	Y	V	I	V	I	R	U	A	O
A	Ñ	B	A	P	G	X	T	R	M
Y	T	E	D	I	S	A	A	M	P
U	Y	C	B	C	F	R	R	U	A
D	B	P	R	O	H	C	L	E	Ñ
A	M	I	S	T	A	D	S	R	A
R	L	N	A	G	H	D	J	T	R
K	W	Z	M	I	E	D	O	U	V

C	A	F	P	L	S	L	O	R	T
O	A	V	E	N	I	I	M	I	A
M	D	S	O	A	M	N	M	L	N
P	A	S	E	M	P	A	T	I	A
R	T	L	E	I	A	A	C	A	V
O	O	D	E	L	T	L	A	D	I
M	N	A	Z	A	I	F	S	I	D
I	I	M	A	D	A	A	E	O	A
S	N	O	X	Y	Y	H	I	R	D
O	I	R	A	T	N	U	L	O	V

Sopa de letras con 6 palabras  
a buscar

P	E	R	D	O	N	A	R	L	S
R	A	B	A	I	L	E	E	T	E
O	G	A	M	A	N	D	A	R	N
B	E	G	R	L	C	U	F	I	O
L	M	B	V	A	Z	C	K	T	L
E	S	C	U	C	H	A	R	J	U
M	E	L	O	C	M	M	H	I	C
A	R	B	A	I	L	I	I	S	N
R	A	N	E	D	R	G	T	U	I
S	W	K	I	O	M	O	R	V	V
J	M	V	D	C	F	M	K	L	G

Sopa de letras con 7 palabras  
a buscar

S	O	L	K	L	O	C	E	P	C
E	O	N	T	I	L	I	L	R	A
N	G	S	P	R	U	C	I	E	S
T	I	V	A	N	R	L	P	L	C
I	N	T	E	R	R	O	G	A	R
M	A	V	E	N	I	M	E	C	I
I	N	A	R	P	E	E	D	I	S
E	D	F	J	K	S	N	Y	O	I
N	T	A	M	B	G	R	I	N	S
T	E	L	I	F	O	I	F	E	N
O	L	E	U	D	F	A	S	S	S

Sopa de letras con 5 palabras a buscar

L	I	T	I	P	A	R	A	N	A
R	M	A	E	I	K	E	Y	C	C
B	Y	V	I	V	I	R	U	A	O
A	Ñ	B	A	P	G	X	T	R	M
Y	T	E	D	I	S	A	A	M	P
U	Y	C	B	C	F	R	R	U	A
D	B	P	R	O	H	C	L	E	Ñ
A	M	I	S	T	A	D	S	R	A
R	L	N	A	G	H	D	J	T	R
K	W	Z	M	I	E	D	O	U	V

Sopa de letras con 5 palabras a buscar

C	A	F	P	L	S	L	O	R	T
O	A	V	E	N	I	I	M	I	A
M	D	S	O	A	M	N	M	L	N
P	A	S	E	M	P	A	T	I	A
R	T	L	E	I	A	A	C	A	V
O	O	D	E	L	T	L	A	D	I
M	N	A	Z	A	I	F	S	I	D
I	I	M	A	D	A	A	E	O	A
S	N	O	X	Y	Y	H	I	R	D
O	I	R	A	T	N	U	L	O	V

Sopa de letras con 6 palabras a buscar

P	E	R	D	O	N	A	R	L	S
R	A	B	A	I	L	E	E	T	E
O	G	A	M	A	N	D	A	R	N
B	E	G	R	L	C	U	F	I	O
L	M	B	V	A	Z	C	K	T	L
E	S	C	U	C	H	A	R	J	U
M	E	L	O	C	M	M	H	I	C
A	R	B	A	I	L	I	I	S	N
R	A	N	E	D	R	G	T	U	I
S	W	K	I	O	M	O	R	V	V
J	M	V	D	C	F	M	K	L	G

Sopa de letras con 7 palabras a buscar

S	O	L	K	L	O	C	E	P	C
E	O	N	T	I	L	I	L	R	A
N	G	S	P	R	U	C	I	E	S
T	I	V	A	N	R	L	P	L	C
I	N	T	E	R	R	O	G	A	R
M	A	V	E	N	I	M	E	C	I
I	N	A	R	P	E	E	D	I	S
E	D	F	J	K	S	N	Y	O	I
N	T	A	M	B	G	R	I	N	S
T	E	L	I	F	O	I	F	E	N
O	L	E	U	D	F	A	S	S	S