

## Bringing You to the Crew

**INDIVIDUAL ACTIVITY-** Please answer the following questions.

---

1) What are some relationships in your life that feel authentic and honor your needs?

2) Do you have any relationships in your life that you feel don't meet these criteria? How can you work on a relationship that you feel is worth keeping despite these inadequacies?

**DISCUSSION-** Please participate in a group discussion according to your teacher's instructions. Please remember to be thoughtful and kind, and refrain from using names.

---

**POST:** Share a difficulty you are facing in an existing relationship, or a hypothetical (made up) difficulty that can be faced in a relationship.

Example: "I feel like my friend makes me feel left out sometimes."

**REPLY:** Respond to a classmate's post a few words of advice to help in that situation.

Example: "I think it is important to tell your friend how you feel. They might not be aware that you are feeling this way and hopefully would want to stop this from happening."

## Incorporándote al Grupo

**ACTIVIDAD INDIVIDUAL:** Favor de responder las siguientes preguntas.

---

1) ¿Cuáles son algunas relaciones en tu vida que sientes que son auténticas y honran tus necesidades?

2) ¿Tienes alguna relación en tu vida que sientas que no cumple con estos criterios? ¿Cómo puedes trabajar en una relación que sientes que vale la pena mantener a pesar de estas insuficiencias?

**DISCUSIÓN:** Participa en una discusión grupal según las instrucciones de tu profesor/a. Recuerda ser amable y respetuoso/a, y evita usar nombres.

---

**PUBLICAR:** Comparte una dificultad a la que te enfrentas en una relación existente, o una dificultad hipotética (inventada) que se puede enfrentar en una relación.

*Ejemplo:* "Siento que mi amigo/a a veces me hace sentir excluido/a."

**RESPONDER:** Responde a la publicación de un/a compañero/a con algunas palabras de consejo para ayudar en esa situación.

*Ejemplo:* "Creo que es importante decirle a tu amigo/a cómo te sientes. Puede que no sean conscientes de que te sientes así y con suerte querrían evitar que esto suceda."