

¿CÓMO MEJORAR LA RELACIÓN CON MI ENTORNO?

CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN CON MIS AMIGXS

¿Alguna vez algún amigx les cuenta que está pasando por un momento difícil y no saben cómo reaccionar o qué decir?

Frases que ayudan



"Tal vez no entienda exactamente cómo te sientes, pero me importas y quiero ayudar"

"Puede ser difícil de creer ahora, pero la forma en que te sientes puede cambiar y lo hará"

"No estás solx, estoy aquí para ti, lo superaremos juntxs"

"Háblame, estoy aquí para escuchar"

Frases que lastiman



"Todos pasamos por tiempos así"

"Sólo tienes que mirar el lado positivo y tratar de pensar positivo, salte de eso"

"Estarás bien, deja de preocuparte. ¿no deberías de estar mejor? ya ha pasado mucho tiempo".

"Aquí está mi consejo, esto es lo que tienes que hacer"