

10 frases para decir en vez de "Deja de llorar"



1. Está bien estar triste.

2. Esto es realmente difícil para tí.

3. Estoy aquí para tí.

4. Háblame de eso.

5. Te estoy escuchando.

6. Eso realmente dio miedo, fue triste, etc.

7. Yo te ayudaré a trabajar en ello.

8. Estoy atento a lo que estás diciendo.

9. Entiendo que necesitas espacio.

Yo quiero estar para cuando me necesites.

Me quedaré cerca para que me encuentres cuando estés listo.

10. Eso no suena justo.

happinessishereblog.com
The Gottman Institute



Facultad de
PSICOLOGÍA

Infografía adaptada por: Laboratorio de diseño educativo de entornos de aprendizaje en línea, híbridos y presenciales (LADED)