



# 15 MANERAS DE COMUNICARME

Existen muchas maneras de compartir lo que piensas y sientes. Cuanto más practiques la comunicación, obtendrás mejores resultados.



1

Escribe tus sentimientos en un diario o cuaderno



2

Dibuja tus sentimientos



3

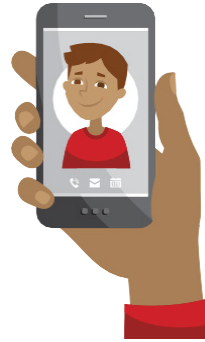
Comparte tus sentimientos en una canción

4

Haz contacto visual durante las conversaciones

5

Llama a tus seres queridos para preguntarles cómo están



6

Comparte tus sentimientos con un adulto de confianza

7

Escucha a los demás mientras te hablan



8

Sé amable con tus palabras

9

Aprende y utiliza una nueva palabra en tu vocabulario

10

Dile a alguien lo mucho que significa para ti

11

Agradece a alguien por todo lo que hace

12

Dile a alguien lo que realmente te gusta de él o ella

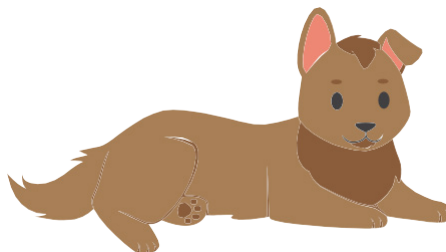
13

No interrumpas a los demás cuando estén hablando



14

Intenta contar una historia sin hablar



15

Lee un libro corto en voz alta a un amigo o una mascota

