

# PRIMEROS AUXILIOS EMOCIONALES

## PREGUNTA:

¿QUÉ PUEDO HACER POR TI?



## ESCUCHA:

EVITA DAR CONSEJOS, HABLA POCO

PUEDO ESCUCHAR



## ACOMPaña:

APOYA CON TU PRESENCIA ACTIVA



## EXPRESA:

PERMITE QUE LAS EMOCIONES AFLOREN



## RESPECTA:

NO MINIMICES EL DOLOR DEL OTRO

¡LLORÓN!



INVITA: DA SEGURIDAD DE QUE ESTARÁS AHÍ OTRA VEZ

SI ME NECESITAS, AQUÍ ESTARÉ

