

CACTUS ASERTIVO

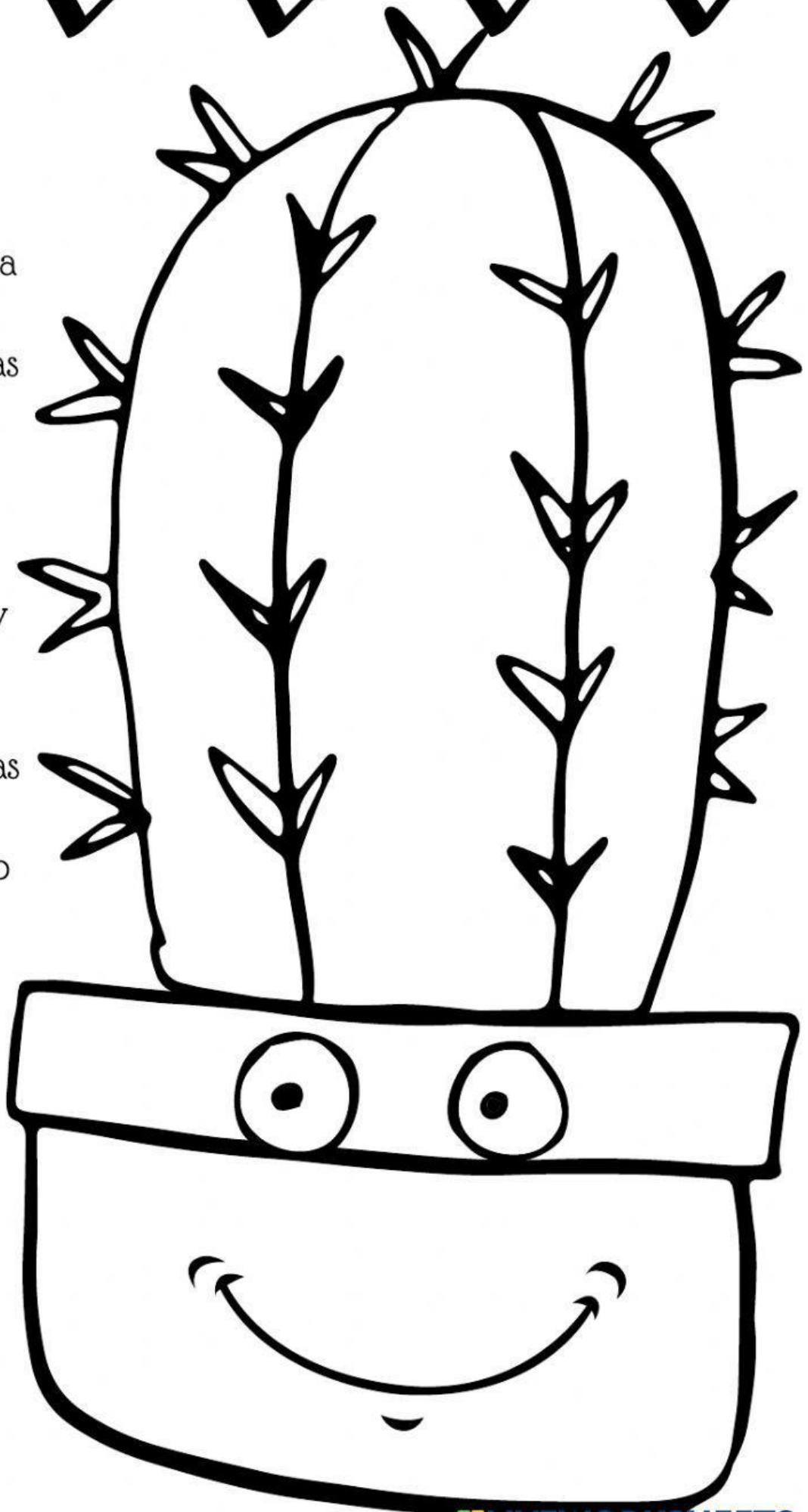
Una conducta asertiva
precisa de mucho
entrenamiento, podrás
cometer algunos
errores pero
aprenderás de ellos.

TUS PÚAS PASIVAS y
AGRESIVAS.

Es hora de arrancarlas
y aprender a no
repetirlas, mejorando
tus actitudes.

**COLOREA
Y
RECORTA
TU
CACTUS**

@psico_mporienta
@teacherstudio





HE
GRITADO
A....

NO
SOPORTO
A...

HE
OFENDIDO
A...



NO HE
SABIDO
COMPRENDER
A...

A...
HE
CULPADO



NO HE
EXPRESADO
MIS LÍMITES
CON...





HE
ELOGIADO
A...

DEBO
PEDIR
DISCULPAS
POR...

HE
ACEPTADO
LA CRÍTICA ...



NO HE
SABIDO
EXPRESAR
MI QUEJA...

HE
CAMBIADO
EN...



HE SABIDO
PERDONAR Y
BUSCAR
SOLUCIONES
CUANDO...





QUE NECESITO PARA...

