

7 Consejos

**PRÁCTICOS PARA MEJORAR
TU COMUNICACIÓN ASERTIVA
CON EL MÉDICO ⁽¹⁾**

✓ **EVALÚA TU ESTILO**

✓ **EMPLEA ORACIONES
EN PRIMERA PERSONA.
HABLA DESDE EL “YO”**

✓ **PRACTICA DECIR “NO”,
DE FORMA CORRECTA**

✓ **PRACTICA ANTES
LO QUE REALMENTE
QUIERES DECIR**

✓ **USA EL LENGUAJE
CORPORAL**

✓ **CONTROLA
TUS EMOCIONES**

✓ **COMIENZA
POCO A POCO**