

Nuestra reunión semanal

Aparten un rato fijo cada semana, sin pantallas ni apuros. Cada uno llena su fila y después se la leen. Empiecen siempre por lo que apreciaron, que ayuda a sostener el resto de la conversación.

Semana	Algo que aprecié de ti esta semana	Un tema que quiero que hablemos	Mi pedido para la semana que viene

Busquen ayuda por separado cuando exista miedo, control o violencia en la relación. Los números están en psyred.org/lineas-de-crisis-de-salud-mental.

Creado por **psyred.org**

Terapia online desde \$10 USD
Escanea y agenda con un psicólogo

