HABILIDADES QUE FAVORECEN LA PROTECCIÓN





¿Sabías que?

La Organización Mundial de la Salud en 1999 define las habilidades para la vida o habilidades sociales como:



"las habilidades de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria".

La OMS menciona (1)() Habilidades para la vida:





MANEJO DE PROBLEMAS Y CONFLICTOS



EMPATÍA



PENSAMIENTO CREATIVO



COMUNICACIÓN ASERTIVA



PENSAMIENTO CRÍTICO



RELACIONES
INTERPERSONALES



MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



TOMA DE DECISIONES



MANEJO DE TENSIONES Y ESTRÉS



