

# HABILIDADES SOCIALES PARA JÓVENES CON DISCAPACIDADES



Conocer gente nueva puede ser algo estresante. Aquí te damos algunos consejos que te ayudaran a dar una mejor primera impresión.

- **Preséntate**, di tu nombre y da un saludo con un apretón de manos.
- **Mira a los ojos** de la persona con quien estás conversando y sonríe. Sé amigable.
- **Sé amable y respetuoso**. Es siempre bueno decir: gracias, disculpa, permiso.
- **Sé consciente del espacio personal**. Cuando conozcas gente nueva, ten en mente que siempre hay que respetar el espacio íntimo de las personas.
- Cuando converses, **sé claro y fíjate en tu tono de voz**. Intenta no hablar muy alto ni tampoco muy bajo.
- **Intenta no interrumpir**. Espera que quien esté hablando termine la conversación antes de responder.
- **Haz preguntas**. Comparte tus intereses.
- **Escucha y respeta las opiniones de los demás**. Si no compartes las mismas opiniones, mantén la calma y respetuosamente comparte tus ideas. Siempre es bueno aprender los puntos de vista de otras personas.
- Si alguien es un poco reservado y no habla mucho, **no lo tomes como algo personal**. A lo mejor, hoy no sea su mejor día o está pasando por un mal momento. Dale un poco de espacio.
- **No es bueno meterse en conversaciones ajenas**, aún aunque sepas de qué están conversando.
- **No te preocupes si te sientes nervioso** cuando conozcas nuevas personas. ¡Nos pasa a todos!