

Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos Resumen

Para empezar nuestro resumen de «[Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos](#)» debemos acordarnos que no estamos solos en la vida, vivimos rodeados de personas, conscientemente o no.

Hay nuestra familia, nuestros amigos, vecinos y aquellos que pasan desapercibidos en nuestra rutina diaria, pero la sociedad en que vivimos nos hace creer que solamente podemos realizar nuestros sueños solos y esto no es verdad.

Siempre vamos a necesitar de una mano amiga para ayudarnos a conquistar algo. La vida depende de las relaciones que tenemos, por tanto, todo lo que logramos es producto de nuestras relaciones.

Primer Paso

Debemos tener en cuenta que las relaciones personales son de gran importancia para nosotros, entretanto hay estos refranes que nos hacen creer que no podemos confiar en nadie y de esa manera no conseguimos tener relaciones sanas.

Para que esto cambie tienes que empezar por ti: Amarte ante de los otros; pensar en ti antes de los otros, esto no es egoísmo, pues el egoísmo en realidad es colocar los demás ante de nosotros y cuando lo hacemos, tenemos la expectativa de que ellos hagan lo mismo a cambio, pero ni siempre es lo que ocurre.

En consecuencia la situación nos transforma en personas rencorosas.

Mejora Tus Relaciones Personales en 5 Pasos

“La vida es un juego de relaciones. Todo lo que consigas a lo largo de tu existencia será fruto de tus relaciones y de la forma en la que conectas con ellas.”

Ana Belén Mena



12min

Otro punto importante es que cuando ayudamos a alguien, somos vistos como los salvadores y la persona ayudada la víctima, eso nos coloca en una posición superior que no es buena ni para quien necesitó el auxilio y ni para nosotros.

Otra cuestión es que cuando ayudamos una persona varias veces no estamos dejando que la persona evolucione por sí misma y es importante aprender con los equívocos.

Lea Todo El Resumen

De esa forma es necesario que te ames, que te aceptes, que te respetes y solo así serás feliz. Sin embargo, eso no quiere decir que no debas ayudar a la gente, pero para ayudar a los demás tienes que ayudarte a ti primero, ya que no puedes dar lo que no posees. Así tendrás relaciones personales fantásticas.

Mientras tanto, no debes juzgar a los demás, porque no sabes qué batallas ellos están enfrentando. Si alguien hace algo que

no te guste tienes que mirar para ti mismo y pensar si no haces lo mismo antes de criticar el otro, esto también vale para las cualidades.

Cuando notamos alguna virtud en alguien tal vez sea porque poseemos la misma virtud y no lo creemos.

Recuerda que cosechas lo que siembras, o sea, si eres una persona negativa vas a atraer negatividad, en cambio, si eres una persona alegre atraerás positividad. En otras palabras, trata las personas como quieres ser tratado. Entonces comprometa a dar al mundo lo mejor de ti y recibirás lo mejor en cambio.

Segundo Paso

La comunicación es el medio para que las personas se entiendan y se relacionen entre sí. Para una buena comunicación es necesario que lo que digas sea lo que realmente quieres decir, para que no haya malentendidos.

Pero comunicar ni siempre quiere decir hablar, podemos comunicarnos con una sonrisa, por ejemplo. Además, lo más importante que hablar es escuchar, más aún, oír. Por eso tenemos dos orejas y una boca.

Cuando alguien te hablar, oír con las orejas, con la mirada, con los gestos y el corazón, así podrás aprender algo que no conoces.

Esto significa escuchar de manera activa. El principal es no hacer suposiciones; si algo no está claro, pregunta y así aclara malentendidos.