



UNIDAD EDUCATIVA "GIOVANNI ANTONIO FARINA"

Educamos con Suavidad y Firmeza

DEPARTAMENTO DE CONSEJERÍA
ESTUDIANTIL (D.E.C.E)

2019-2020



EDUCANDO EN FAMILIA: COMUNICACIÓN ASERTIVA

Dicen que una buena comunicación permite mantener un clima de concordia entre los seres humanos, ya que todos los conflictos pueden arreglarse si se da una comunicación efectiva.

Sin embargo, saber comunicarse es el reto que tenemos que vencer, ya que todos estamos deseosos de ser escuchados, por lo que hablamos, hablamos y hablamos, **pero no hay quien escuche.**



LA COMUNICACIÓN ES UN MECANISMO QUE EN LOS HUMANOS NOS PERMITE ENTENDERNOS Y HACER ENTENDER SITUACIONES A NUESTRO ALREDEDOR

NOS COMUNICAMOS DESDE LA CONCEPCIÓN, YA QUE NUESTRA MADRE NOS DABA MENSAJES, POSTERIORMENTE LO HIZO PAPÁ Y DESPUÉS LOS DEMÁS MIEMBROS DE LA FAMILIA, ASÍ CUANDO CRECEMOS LO HACEN NUESTROS AMIGOS, ESCUELA, SOCIEDAD.

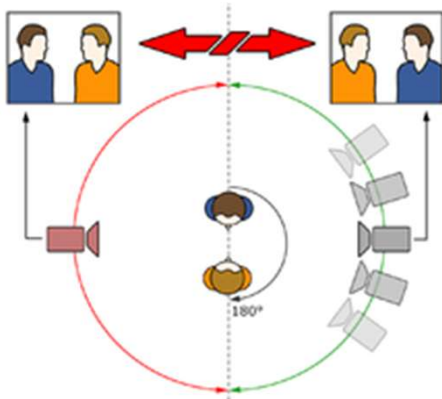
QUIERO DECIR ALGO

LO EXPRESO EN EL MOMENTO ADECUADO

En el área familiar, es muy importante cuidar este aspecto tanto con la pareja como con los hijos



RECORDEMOS



- ▶ El buen comunicador sabe el lugar y momento adecuado para conversar, ya que los conflictos se dan por no saber transmitir la información en el lugar y momento adecuado.
- ▶ Jamás serán buenas condiciones para comunicarse a la llegada del trabajo o a la hora de tomar los alimentos.
- ▶ Por ende con nuestros hijos debemos disciplinarnos y predisponer los espacios de conversación y de los temas que se deberán tratar en cada lugar y en cada momento. Así podrán diferenciar una charla íntima, personal, social o pública, los mensajes serán diferentes pero con una intencionalidad específica.

ESTILOS DE COMUNICACIÓN



Estilo pasivo

No digo lo que me molesta ni defiendo mi punto de vista por no enemistarme con los demás.



Estilo agresivo

Defiendo mi punto de vista A CUAQUIER PRECIO, incluso faltando el respeto a los demás, implica agresión, pero también desprecio y dominio.



Estilo asertivo

Hago valer mis derechos y opiniones utilizando una comunicación que respete a la otra persona y su punto de vista pero me muestro firme, y justifico mi forma de ver las cosas.

¿CÓMO SER ASERTIVO?

1. DESCRIBIR EL PROBLEMA

Por ejemplo
"estoy
tratando de
concentrarme
y el ruido
del programa
que ves está
muy alto"

2. EXPRESAR LO QUE SIENTE ANTE LA SITUACIÓN

".. y eso me
hace sentir
incómodo y
me molesta"

3. OFRECER UNA SOLUCIÓN Y ESCUCHAR

"Agradecería
si pudieras
bajar el
volumen o ir
a otra
habitación."

LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN FAMILIAR

- La estabilidad familiar se basa en mantener una buena comunicación;
- Una buena comunicación inicia preparando un ambiente adecuado y poniendo de acuerdo a las partes sobre lo que queremos hacer y para qué lo queremos hacer.
- Mediante la comunicación familiar podrán tomarse acuerdos sobre situaciones que provocan inestabilidad, preocupación o inquietud.
- **ES IMPORTANTE QUE AL COMUNICARSE NO SE PRESUPONGAN LAS RESPUESTAS DEL INTERLOCUTOR, SINO DARLE LA OPORTUNIDAD DE QUE SE EXPLIQUE Y TAMBIÉN SOLICITAR LA INFORMACIÓN SUFICIENTE PARA EVITAR QUE QUEDEN ALGUNAS DUDAS.**