



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO CAPITAL
COLEGIO "LAS AMÉRICAS" I.E.D.
(Resolución 3395 del 23 de Octubre de 2002 de S.E.D.) Localidad Octava – Kennedy



ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

COMUNICACIÓN.

JENNY MARITZA TACUMA NAVARRO
ORIENTADORA .

“ LA FAMILIA PUEDE SER UNA ESCUELA DE COMUNIACIÓN COMO BENDICIÓN” PAPA FRANCISCO





■ COMUNICACIÓN

Intercambio de sentimientos, opiniones, o cualquier otro tipo de información mediante la palabra, la escritura, señales o gestos.





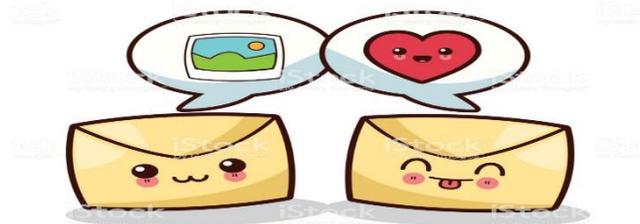
ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

ESTILOS DE LA COMUNICACIÓN

PASIVO: LA PERSONA NO EXPRESA DIRECTAMENTE SUS PENSAMIENTOS, SENTIMIENTOS Y DESEOS.

ASERTIVO: LA PERSONA EXPRESA LO QUE SIENTE DEFENDIENDO SUS DERECHOS SIN VIOLAR LOS DE LOS DEMÁS.

AGRESIVO: SE EXPRESA LO QUE SE SIENTE Y PIENSA A COSTA DE LOS SENTIMIENTOS Y DERECHOS DE LOS DEMÁS , NO FOMENTA EL DIALOGO NI LA NEGOCIACIÓN





ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

COMUNICACIÓN ASERTIVA

ES LA QUE EXPRESA LOS PROPIOS DERECHOS SIN VIOLAR LOS DE LOS DEMÁS,
CUANDO SE ESTA ABIERTO A LA NEGOCIACIÓN, AL DIALOGO Y AL COMPROMISO,
ES SABER DECIR LAS COSAS.



ES
HONESTA Y RESPETUOSA
SE LOGRAN ACUERDOS QUE DIGNIFICAN E INTEGRAN A LAS PERSONAS.

IMPLICA

ESCUCHARME: SER CONSIENTE DE LA MANERA COMO EXPRESO LO QUE PIENSO Y SIENTO, OBSERVAR NUESTROS GESTOS, INTENSIDAD Y TONO DE LA VOZ, LAS MIRADAS, LA POSTURA Y LA VOCALIZACIÓN.

ESCUCHAR A LOS DEMÁS: ESCUCHAR LA EXPRESIÓN DE PENSAMIENTO, SENTIMIENTO Y RAZONES DE LA OTRA PERSONA, ENFOCAR LA ATENCIÓN CUANDO LOS DEMÁS SE DIRIGEN A MI, LIBERARSE DE LOS PREJUICIOS.





ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

REFLEXIÓN EL PAPEL ARRUGADO

MI CARÁCTER IMPULSIVO, HACIA REVENTAR EN CÓLERA A LA MENOR PROVOCACIÓN. LA MAYOR PARTE DE LAS VECES, DESPUÉS DE UNO DE ESTOS INCIDENTES, ME SENTÍA AVERGONZADOS Y ME ESFORZABA POR CONSOLAR A QUIEN HABÍA DAÑADO. UN DÍA MI CONSEJERO, QUIEN ME VIO DANDO EXCUSAS DESPUÉS DE UNA EXPLOSIÓN DE IRA, ME ENTREGO UN PAPEL LISO. Y ENTONCES ME DIJO : ESTRÚJALO, ASOMBRADO

OBEDECÍ E HICE UNA BOLA CON EL PAPEL.

LUEGO ME DIJO AHORA DÉJALO COMO ESTABA ANTES. POR SUPUESTO QUE NO PUDE DEJARLO COMO ESTABA. POR MAS QUE TRATE, EL PAPEL QUEDO LLENO DE ARRUGAS. ENTONCES MI CONSEJERO HABLO: EL CORAZÓN DE LAS PERSONAS ES COMO ESE PAPEL, LA IMPRESIÓN QUE DEJAS EN ESE CORAZÓN QUE LASTIMASTE SERÁ TAN DIFÍCIL DE BORRAR COMO LAS ARRUGAS DE SE PAPEL. AUNQUE INTENTEMOS ENMENDAR EL ERROR YA ESTARÁ MARCADO, POR IMPULSOS NO NOS CONTROLAMOS Y SIN PENSAR ARROJAMOS PALABRAS LLENAS DE ODIO Y DE RENCOR, LUEGO CUANDO PENSAMOS EN ELLO, NOS ARREPENTIMOS PERO NO PODEMOS DAR MARCHA ATRÁS, NO PODEMOS BORRAR LO QUE QUEDO GRABADO Y LO MAS TRISTE ES QUE DEJAMOS ARRUGAS EN MUCHOS

CORAZONES

DESDE HOY, SE MAS COMPRENSIVO Y MAS PACIENTE, PERO EN ESPECIAL APRENDE A DEJAR EL ORGULLO A UN LADO Y HAZ COMO HARÍA UN VALIENTE, PIDE PERDÓN Y RECONOCE TU ERROR .

CUNDO SIENTAS GANAS DE ESTALLAR RECUERDA " EL PAEL ARRUGADO"



COMUNICACIÓN ASERTIVA EN LA FAMILIA

- Expresar nuestra opinión de forma consciente, clara, equilibrada.
- Tu eres el modelo a seguir de tus hijos.
- Cuando sepas que se equivocaron en algo dales un consejo en lugar de jugarles y regañarles, de esta forma alimentaras la confianza de tus hijos para compartir sus inquietudes.
- No puedes esperar que tus hijos expresen sus sentimientos y pensamientos si tu no lo haces, háblales de como ha sido tu día tus inquietudes e intereses. De igual forma escúchales atentamente cuando tenga algo que contarte.
- La comunicación asertiva comienza con la escucha.
- Una comunicación asertiva parte del respeto hacia la otra persona antes de dirigirnos a nuestros hijos dediquemos un tiempo a pensar que vamos a decirles y como vamos a hacerlo, especialmente cuando el mensaje que queremos transmitir recalque una situación.
- Evita las comparaciones genera inseguridad.





SEC RETARIA DE EDUCACION DEL DISTRITO CAPITAL
COLEGIO "LAS AMERICAS" I.E.D.
(Resolución 3395 del 23 de Octubre de 2002 de S.E.D.) Localidad Octava - Kennedy



ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

TEN ENCUESTA QUE UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA.

MEJORA LAS HABILIDADES SOCIALES Y
PERSONALES

MEJOR CONTROL DE IMPULSOS

MEJORA TU AUTOESTIMA

MEJORA TUS HABILIDADES PARA TOMAR DE
DECISIONES





ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

**LA ASERTIVIDAD EN LOS NIÑOS : ES LA HABILIDAD DE COMUNICARNOS
RELACIONARNOS DESDE EL RESPETO A UNO MISMO Y A LOS DEMÁS.**

TENER ENCUESTA Y ENSEÑARLES:

ESCUCHAR A LOS DEMÁS
A PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO
RESPETARSE Y RESPETAR A LOS DEMÁS
A QUERERSE ASÍ MISMO A VALORARSE
ENSEÑARLE A COMUNICARSE Y RESPETAR EL TURNO
ENSÉÑALES A RECONOCER SUS PROPIAS EMISIONES.





SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO CAPITAL
COLEGIO "LAS AMÉRICAS" I.E.D.
(Resolución 3395 del 23 de Octubre de 2002 de S.E.D.) Localidad Octava - Kennedy



ORIENTACIÓN ESCOLAR JORNADA TARDE

MUCHAS GRACIAS BENDICIONES.

