

La asertividad

Observe el video con atención:



1. Arrastre las palabras del recuadro para completar la definición de asertividad.

conflicto - sentimientos - objetivo

La asertividad es una forma de expresión consciente cuyo _____ es comunicar ideas y _____ de manera auténtica, clara, directa y equilibrada, sin causar _____ y cuidando sus derechos.

2. Une las formas de conducta con sus características:

Pasiva

Defiende siempre sus derechos, pero de una manera incorrecta ya que piensa que siempre tiene la razón y lo hace sin respetar a los demás.

Agresiva

Se respeta a sí misma y a los demás y actúa en consecuencia para no ofender a nadie, pero tampoco para que nadie se aproveche de ella de manera directa y equilibrada.

Asertiva

No quiere molestar a los demás, no defiende sus derechos y deja que otros se aprovechen de ella.

3. Seleccione ¿Cuáles son consejos para una comunicación asertiva?

Identifica lo que no te gusta y descríbela de forma objetiva.

Defiende tus derechos a toda costa de forma agresiva si es

necesario. Explica tus sentimientos de forma sincera, clara y objetiva.

Quédate callado y deja que otros tomen decisiones por ti para no ofender a

nadie. Expresa de forma concreta como quieres que cambie esa situación

Refuerza las consecuencias positivas de manera amable.

4. Observe el siguiente video:



5. Seleccione la opción correcta

¿Cuál de los personajes del cuento aprendió a ser asertivo?

¿Por qué Pepincho regaló todos sus espinos?

¿Qué personaje le enseñó a Pepincho a ser asertivo?

¿Con quién actuó de forma asertiva Pepincho?

¿Qué respondió Pepincho a Sapito de forma asertiva para no regalar sus pinchos otra vez?

**"NI SUMISIÓN, NI AGRESIVIDAD,
EL EQUILIBRIO
ES LA ASERTIVIDAD"**

Riso Coma Walter