



I.E. COLEGIO SANTO DOMINGO SAVIO  
TEMA: Comunicación asertiva  
GRADO: 6° a 11°  
GUÍA:  
DOCENTE ORIENTADORA: Valentina Velásquez B.  
2020

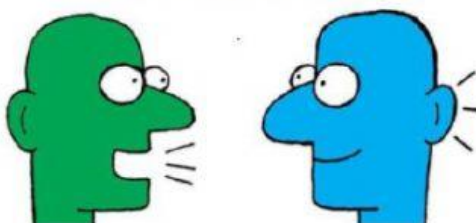
## PROPÓSITO DEL APRENDIZAJE:

Continuar el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y las habilidades para la vida con estudiantes del Colegio Santo Domingo Savio, mediante actividades reflexivas y de conciencia plena que aporten a su desarrollo personal.

**DURACIÓN:** 31 AGOSTO

## VIVENCIA

### COMUNICACIÓN ASERTIVA



1. Consulta con tus familiares o un amigo-a sobre qué es la comunicación y la asertividad y escribe las respuestas:

2. Responde, para qué te sirve la comunicación:

Nuestro peor problema  
de comunicación  
es que no escuchamos  
para entender.  
Escuchamos para contestar.



# FUNDAMENTACIÓN

**Hablemos de comunicación asertiva, para ello te invito a leer este texto y observar el video.**

La comunicación es el proceso humano más importante para relacionarnos; nos permite crear el mundo, es una de las formas para sacar a flote nuestro mundo interior haciendo uso de los códigos, símbolos y representaciones que se han instalada desde la cultura y el contexto que habitamos; sumando a ello, la comunicación a lo largo de la vida se ha ido trasformando y hoy en día usamos muchos medios para comunicarnos; incluso la ciencia y la tecnología permitieron un desarrollo y avance en esta área, pero también se ha necesitado de los proceso educativos para reflexionar sobre estos aspectos y añadirle la asertividad como componente para un uso efectivo y eficaz en este proceso, pues cada vez más las sociedades requieren de seres humanos competentes, con habilidades para vivir y con un equipaje socio-emocionalmente nutrido para enfrentar los desafíos del presente siglo.

Desde este panorama, y buscando en los asuntos teóricos, me he encontrado con esta definición de comunicación asertiva, la cual afirma lo siguiente: *"La comunicación asertiva incluye una comunicación verbal, no verbal y paraverbal, por lo que la persona que es asertiva al momento de expresarse es capaz de comunicar claramente lo que desea. Bishop (2000) menciona que no es solamente encontrar las palabras adecuadas para decir lo que se quiere decir, también incluye una comunicación adecuada en el tono y volumen de voz, las expresiones faciales, el contacto visual y el lenguaje corporal; cuando una persona que no es asertiva aun cuando logre encontrar las palabras adecuadas para decir lo que desea, si su comunicación no verbal y paraverbal no es asertiva, su mensaje será confuso y no logrará la intención de expresar claramente lo*

*que desea, al ser incongruente con lo que dice".* (Pág. 42 Felipe de Jesús Torres Valle recuperado de

<https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/5170/+Taller+de+habilidades+de+comunicaci%F3n+asertiva+para+l%EDderes.pdf?sequence=2>)

Estas afirmaciones me llevan a concluir, es pertinente encontrar lo adecuado tanto en lo verbal como lo no verbal, ser coherente entre lo que se dice, lo que expreso y cómo actuó; por ello te invito a ver el siguiente video que facilitará una comprensión amplia y visual del tema haciendo énfasis en los dilemas de la comunicación; aclarando que muchos han hablado del tema y se ha construido literatura alrededor del mismo, por lo que reflexionamos en la presente guía, tal vez sea un fragmento de lo dicho durante muchos años por teóricos, filósofos y demás personajes.



# EJERCITACIÓN Y APLICACIÓN



De acuerdo con la fundamentación parte B, responde:



1. Define cómo comprendes la comunicación asertiva:
2. Piensa cómo te comunicas con tu familia, amigos y compañeros, escribe si consideras que eres asertivo o no, y por qué:
3. Qué te gusto del video, y escribe si te identificaste con algún problema de comunicación visto en el video.
4. Escribe una frase que te haya impactado sobre comunicación asertiva.
5. Busca la dedición de comunicación paraverbal y coloca la respuesta de tú consulta:



# PROFUNDIZACIÓN



Es valioso que continúes explorando sobre el tema; una comunicación asertiva te permite buenas relaciones con los demás, reducir los conflictos que generalmente se presentan por una comunicación poco eficaz y sensación de bienestar, más ahora en tiempos donde la pandemia nos pide reinventarnos, esto incluye la forma de comunicarnos. lee las siguientes recomendaciones y practica en tu vida cotidiana, veras que tu vida cambiará:

## LAS 7 CS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

Comunica eficazmente y mejora tus relaciones personales

|                        |                                     |
|------------------------|-------------------------------------|
| 1 SÉ <b>C</b> LARO     | evita ambigüedades                  |
| 2 SÉ <b>C</b> ONCISO   | evita decorar la información        |
| 3 SÉ <b>C</b> ONCRETO  | evita abstracciones                 |
| 4 SÉ <b>C</b> ORRECTO  | evita errores o inexactitudes       |
| 5 SÉ <b>C</b> OHERENTE | evita desorden o disonancias        |
| 6 SÉ <b>C</b> OMPLETO  | evita prescindir de algo esencial   |
| 7 SÉ <b>C</b> ORTÉS    | evita agresividad o dobles sentidos |

Recuerda colocar tu nombre, grado y enviar las respuestas en línea a tu profesora valentina al correo [orientacionescolarsd@gmail.com](mailto:orientacionescolarsd@gmail.com), les das enviar, mil gracias.