

ESCUELA PARA PADRES DE FAMILIA TEMA 4/4 Ciclo B

“Asertividad”

Cualquiera puede enojarse, pero enojarse con la persona correcta, en el momento correcto y por la razón correcta, no es nada sencillo...

Tomado del taller “Familias más fuertes” del Dr. Armando Duarte.

Recuerda que primero tienes que ver el video que aparece en el siguiente link:

https://youtu.be/9A_HwT5nt_A

Es común sentir frustración de querer decir algo y no poder, pero también nos pasa que hablamos de más y en seguida nos arrepentimos ¿por qué dije eso?

Decir lo que sentimos y pensamos en el momento adecuado con las palabras apropiadas, sin lastimar a los demás, se llama asertividad

En este video vamos a reflexionar sobre los estilos pasivo y agresivo en las formas de comunicación con el fin de encaminarnos hacia un estilo más asertivo en nuestra comunicación.

“Una familia fuerte no naces, se hace ¿Cómo? A través de la comunicación asertiva.”

Una vez revisado el video hay que acceder al siguiente cuestionario y responder con base en lo revisado durante el video (recuerda que puedes repetirlo cuantas veces consideres necesario).

<https://forms.gle/nyJLRzBTxJ4eK4ir7>

Gracias por tu participación, recuerda que entre todos aprendemos más y logramos más.