

## Semana 13: Técnicas de comunicación

---

### Logro de aprendizaje

Reconoce la importancia de la comunicación asertiva y su influencia en las relaciones sociales.

### Contenidos

- Profundizar en Técnicas de comunicación.
- Comunicación asertiva.
- Profundización del tema.



## Observamos y respondemos

---

- ¿Qué opinas de este video?
- ¿Qué estilo de comunicación crees que tiene cada personaje?



<https://youtu.be/Z1bnZMLrMR8>



# Observamos y respondemos

---

Desarrollar  
nuestra  
comunicación  
asertiva y  
empática nos  
permite  
establecer  
relaciones más  
duraderas y  
genuinas.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Disco rayado

- Úsalo cuando te encuentras con alguien muy persistente, que no quiere cambiar su postura.
- Consiste en repetir lo mismo una y otra vez.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Aserción negativa

- Úsalo cuando has cometido un error y deseas realizar una autocrítica.
- Indica tu error sin dar muchas justificaciones.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Aserción positiva

- Úsalo para felicitar a los demás por su rendimiento.
- A través de gestos o palabras hacer llegar nuestro halago.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Interrogación negativa

- Cuando necesitemos conocer más sobre algún aspecto o conducta negativa que hayamos realizado.
- A través de una pregunta sobre la crítica constructiva que nos han realizado.





## Profundización de técnicas de comunicación

**Repetir lo que  
siente la otra  
persona**

- Va a generar empatía, sin embargo, no se trata de compartir lo que se siente ni aceptarlo.
- Se repite lo que dijo la otra persona y luego se da la propia opinión.



## Profundización de técnicas de comunicación

Solicitar un cambio de comportamiento molesto

- Si el comportamiento de alguien te molesta y no es constructivo, pide que lo cambie.
- Indicar qué no te gusta y brindarle una opción.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Discrepar de los demás

- Úsalo cuando sientas que debes dejar en claro tu opinión.
- Utiliza el "YO" y brinda tus argumentos.



## Profundización de técnicas de comunicación

### Respetar turnos en la conversación

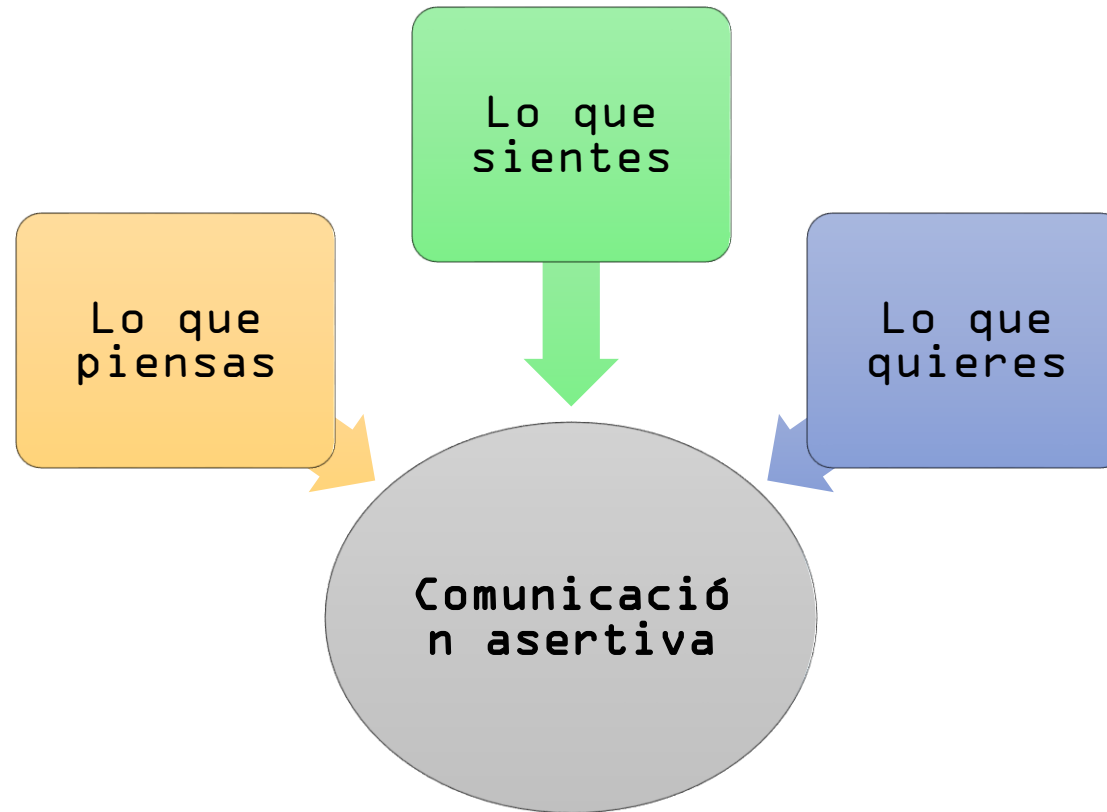
- Úsalo cuando desees finalizar de exponer tus argumentos y la otra persona acapara la conversación.
- Puedes hacerlo a través de gestos o frases directas.



# Aprendemos

---

## Comunicación Asertiva



# Aprendemos

---

## Comunicación Asertiva

Escucha  
activa

Al dar una  
crítica,  
que sea a  
la acción

Discutir  
temas uno a  
uno

No acumules  
emociones  
negativas

No hablar  
del pasado

Ser  
específico

Evita las  
generalizac  
iones

Ser breve

Cuidar la  
comunicació  
n no verbal

Elegir bien  
el lugar y  
momento



## Aplicamos lo aprendido

---

### Comunicación asertiva

1. En parejas, elaboren un guion con una situación complicada.
2. Describan dos formas de solución:
  - a. Una donde existe una comunicación asertiva.
  - b. Una segunda, donde no exista comunicación asertiva.



## Verificamos lo aprendido

---

- ¿Cuáles son las técnicas asertivas que hemos visto?
- ¿Cómo aplicarías cada una de ellas?
- ¿Cómo se da una comunicación asertiva





## Actividad Virtual: Foro 13

---

1. Observa el video.
2. Responde:
  - a. ¿Con cuál de las técnicas de ser asertivo practicarías y porque?
3. Comenta la intervención de al menos 2 compañeros.
4. Recuerda que tu comentario debe ser mínimo de 3 líneas.



<https://www.youtube.com/watch?v=As7WSb1q4D4>

Imagen de CheckList. Recopilado de: <http://www.diferencia.com/listas-de-control-b-ejemplos-reales/>





¡ Gracias por la atención !

