HABILIDADES SOCIALES: LA ASERTIVIDAD

REALICE EL SIGUIENTE EJERCICIO:

1. Una persona va a un hotel. En la habitación de al lado hay un ruido tremendo que le impide descansar y a la mañana siguiente tiene una importante reunión de trabajo. Identifica las siguientes reacciones con el estilo de persona:
2. No decir nada y no dormir en toda la noche.
3. Armar un gran escándalo en recepción y amenazar entre insultos con no volver al hotel.
4. **Llamar a recepción y solicitar que controlen el ruido de la otra habitación y solucionen el problema.**

De forma individual, escribir en papelitos situaciones complicadas a las que te hayas enfrentado o que te puedas enfrentar alguna vez, por ejemplo:

* En un bar te dan un vaso con los labios marcados
* Alguien se te cuela en la fila que estás haciendo hace 45 minutos:

**RTA:** Le pido al Señor (a) acomedidamente que por favor haga la fila respectiva porque nosotros o por lo menos yo ya la he estado haciendo desde hace vario tiempo y es necesario que aprenda a respetar así como nosotros cultamente nos acomedimos a hacerla.

2- identifica los elementos verbales y no verbales que se presentan en las siguientes situaciones:

1. Susana siempre está pidiendo a Ricardo que termine parte del trabajo que le correspondería realizar a ella. Hoy, Susana, con una sonrisa continuada, le ha pedido a Ricardo que recoja una documentación para clasificarlas en el archivo (tarea que le corresponde hacer a ella) y Ricardo a decidido terminar con la situación. Ricardo le dice con un tono de voz amenazante a Susana: comprendo que estés desbordada con el trabajo, pero yo no puedo terminártelo todos los días, entiende que estamos en plena campaña de ventas y todos tenemos mucho trabajo. Susana mordiéndose las uñas y mirando hacia el piso, le responde: lo siento Ricardo tienes razón.
2. En una reunión del grupo, Javier quiere que sea Carlos quien lleve los avisos de llamadas telefónicas a los trabajadores de la empresa que estaban ausentes cuando estas se produjeron. Carlos, que no está de acuerdo con tener que realizar a esta tarea, quiere indicárselo a su compañero Javier. Carlos asiente ante los argumentos que su compañero le expone. Luego le sostiene la mirada y le dice: yo creo que muchos de los argumentos que has utilizado para justificar que yo debo entregar los mensajes telefónicos son acertados, sin embargo, no has tenido en cuenta que si yo estoy entregando a mis compañeros las notas con esos mensajes, en mi ausencia, aceptando su punto de vista pero oponiéndose al mismo y le contesta razonando su respuesta: yo acepto lo que tu opinas, pero entiende que tú eres la persona que mejor puede responder a las preguntas sobre lo que quieren decir las notas telefónicas, pues eres quien las ha redactado.