# TUTORÍA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Sesión 3

2nd SECONDARY

A veces es bueno decir NO





#### NORMAS DE CONVIVENCIA



Guardar silencio mientras el docente esta realizando la explicación



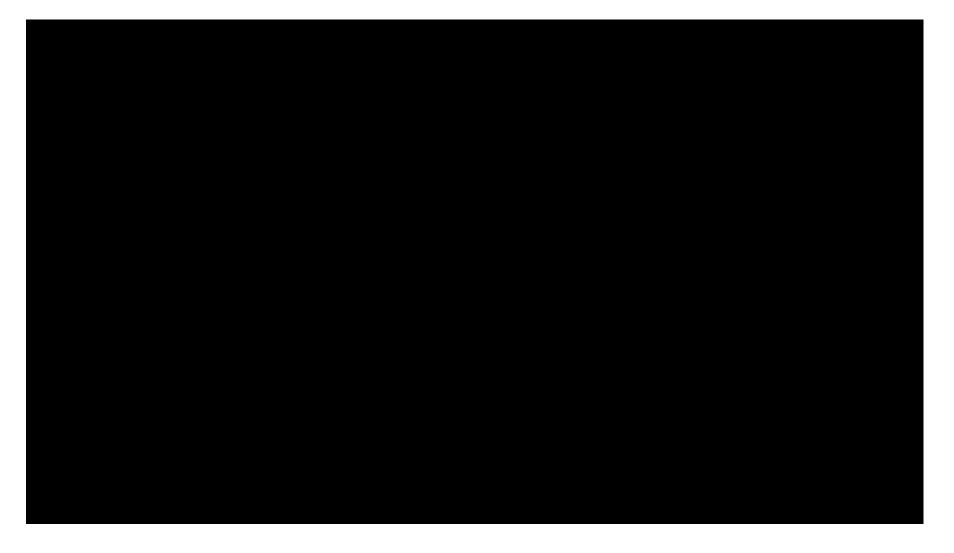
Levantar la mano para participar o preguntar



Respetar la opinión de los compañeros.



# Observemos el siguiente video



## Responde y participa

- ¿Cómo fue la forma de comunicarse de la señora cuando pensó que se estaban comiendo sus galletas?
- ¿Qué hubieras hecho tú si te pasara lo mismo?

• ¿Qué reflexión te deja esta historia?



## La comunicación

Proceso por el cual se transmite información



Sentimientos



Permite intercambiar



Opiniones

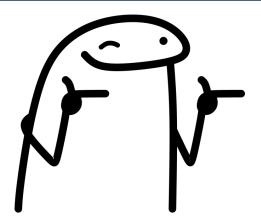
#### **ASERTIVIDAD**

Es la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera:

Amable

Honesta

Sin agredir a los demás



Clara



#### **ASERTIVIDAD**

#### **BENEFICIOS:**

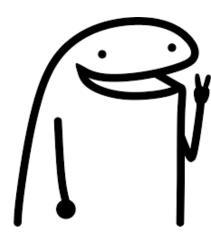
Expreso lo que pienso y siento

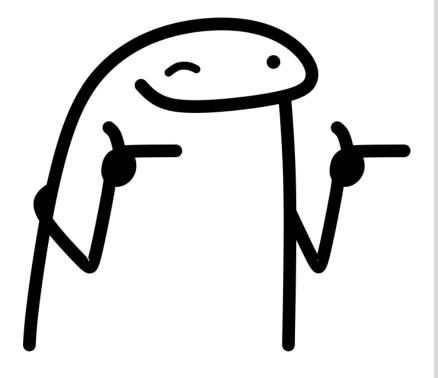
Respeto mis derechos



Soy capaz de poner limites y decir NO

Respeto las opiniones de los demás



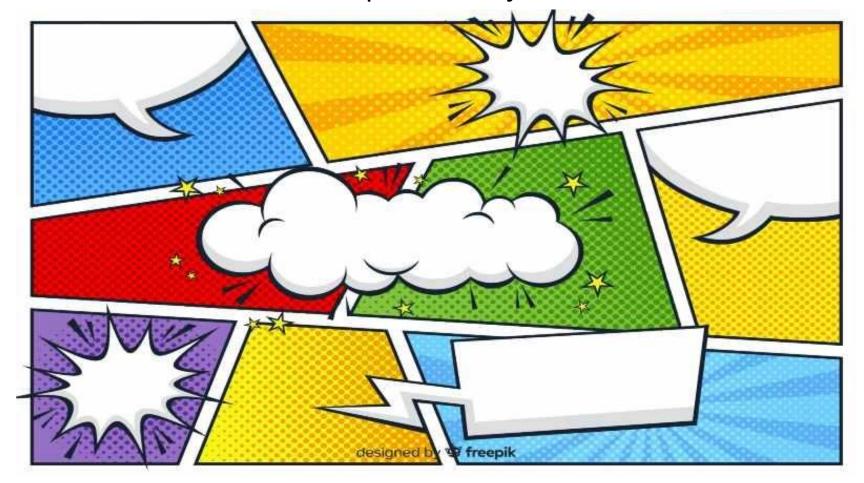


#### **SER ASERTIVO ES DECIR...** En este momento Lo que acabas de decirme me ha prefiero no hablar herido/ molestado. sobre esto. Me gustaría que no me interrumpas. Me **AGRESIVO ASERTIVO PASIVO** gustaría... Necesito ayuda. No me interesa, gracias. No estás Entiendo lo que dices comprendiendo ni pero yo no comparto validando lo que estoy tu idea.

sintiendo.

#### **Actividad Práctica**

• Elabora un comic con 6 viñetas en la que se refleje una comunicación asertiva



### **Actividad Práctica**

• Escribe respuestas asertivas frente a estas situaciones

Situación	Respuesta
Hay una fiesta que organizan tus amigos, sin embargo aun no has realizado tus tareas, tus compañeros te dicen que no puedes faltar	<b>Ejemplo:</b> Me gustaría ir a la fiesta sin embargo tengo que cumplir con mis responsabilidades.
Un compañero toma sin permiso uno de tus útiles escolares. (No es la primera vez que tiene ese comportamiento)	
Escuchas que un grupo de tus compañeros hablan mal de ti a tus espaldas	
Tus amigos te ponen un sobrenombre	

#### REFLEXIONANDO



✓ ¿Crees que es importante decir que No frente algunas situaciones? ¿Por qué?

✓ ¿Utilizas la asertividad en tu vida diaria?