25-2-2023

Importancia de la comunicación asertiva

Harold Yulian Sanchez Alcantar Diana Catalina Chavez Martinez

Tabla de contenido

[Introducción 2](#_Toc127804184)

[Comunicación asertiva 3](#_Toc127804185)

[Beneficios de ser asertivo 3](#_Toc127804186)

[Mejorar mi comunicación asertiva 4](#_Toc127804187)

[¿Cuál es la importancia de la comunicación asertiva en el desarrollo de sus funciones dentro de una organización? 4](#_Toc127804188)

[Conclusiones 6](#_Toc127804189)

# Introducción

En este documento abordaremos el tema de la comunicación asertiva, en el cual le mostraremos una breve descripción de que es la comunicación asertiva, también sus ventajas a nivel personal y también las ventajas a nivel profesional, en que cosiste, resolveremos la pregunta planteada por este taller la cual es:

¿Cuál es la importancia de la comunicación asertiva en el desarrollo de sus funciones dentro de una organización? Con estos temas tratados esperamos que soluciones las dudas que tengas referente a la comunicación asertiva

Pero no nos quedaremos solo con la solución de esta pregunta, se dará una conclusión de todo lo que se ha hablado en este ensayo para que lo puedas aplicar a tu vida diaria, entorno de trabajo y hasta se lo podrías enseñar a más personas que tengan dudas.

# Comunicación asertiva

Según el diccionario de la real academia de la lengua española, la comunicación asertiva es aquella que expresa su opinión de manera firme, clara y de manera respetuosa. Para ser asertivos no quiere decir que debamos estar de acuerdo con los argumentos que nos presentan, nosotros podemos disentir sin que sea motivo de discusión. La comunicación asertiva significa decir lo que uno quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás.

## Beneficios de ser asertivo

* Proporciona una mayor sensación de control: Tener el control permite que te sientas más seguro de ti mismo, no es necesario depender de los demás. Si eres una persona que le importa mucho que dirán los demás entornos, es necesario que aprendas a decir que no ya que si aprendes a cambiar ese hábito podrás recuperar el control de tu vida de a poco.
* Mejora en tu autoestima: Si no mejoras este aspecto de tu vida, tu autoestima se verá muy afectado ya que de esta manera te reprimes y te pones límites y eso se transforma en inseguridades que con el tiempo serán más difíciles de superar. Cuando uno se permite decir lo que piensa o expresa con libertad, esta alimentado la autoestima.
* Mejora la comunicación con las personas: Si siempre dices lo que las demás personas quieren escuchar no estas mejorando tu comunicación asertiva, recuerda que cada persona es diferente y por ende tiene pensamientos totalmente diferentes a ti, por lo que tener diferencia de pensamientos no está mal siempre y cuando se comparta de la mejor manera.

## Mejorar mi comunicación asertiva

Con estos consejos podrías empezar a mejorar tu comunicación asertiva para mejorar tu entorno laboral, personal y saludable:

* Utiliza lenguaje corporal positivo y confinado
* Comparte mensajes claros
* Aprende a decir no
* Utiliza un tono de voz firme
* Enfócate y no divagues
* Valida los sentimientos y pensamientos de otras personas

Con estos puntos puedes mejorar esta habilidad blanda, es recomendable que lo hagas de a poco hasta que se vuelva un habito y de esta manera puedas tener una mejor confianza en ti mismo al expresar tus ideas a otras personas.

# ¿Cuál es la importancia de la comunicación asertiva en el desarrollo de sus funciones dentro de una organización?

La comunicación asertiva es fundamental en la efectividad dentro de una organización y sus funciones, ya que nos ayuda a establecer una comunicación amable, clara y directa entre los miembros del equipo.

Algunas de las razones por las que la comunicación asertiva en los miembros de una organización es importante son las siguientes:

1. Mejora de la toma de decisiones: Una comunicación asertiva permite que las ideas de todos los integrantes y perspectivas se compartan de manera clara buscando un bien común o estrategia para un fin, por ello es más efectiva, precisa y afectiva la toma de decisiones.
2. Fomenta el trabajo en equipo: Una comunicación asertiva fomenta un ambiente de trabajo colaborativo y armonioso en donde los miembros del equipo se sienten cómodos expresando sus ideas y perspectivas sin temor a ser criticados o rechazados, siempre y cuando se realicen de manera respetuosa.
3. Ayuda a resolver conflictos: La comunicación asertiva es una herramienta muy importante y efectiva para la resolución de conflictos, pues permite que las partes involucradas expresen sus puntos de vista de manera clara y respetuosa, dando espacio para entender los diferentes puntos de vista y trabajen juntos para encontrar una solución.
4. Mejora la productividad: es importante la comunicación clara y efectiva la cual permite que los miembros del equipo comprendan claramente lo que se espera de ellos, con el fin de que cada uno contribuya eficientemente en la mejora de productividad y el rendimiento.
5. Promueve el liderazgo efectivo: Los lideres que se comunican de manera asertiva son capaces de inspirar y motivar a su equipo, fomentar un ambiente de trabajo positivo y mantener una comunicación abierta y honesta.

En resumen, la comunicación asertiva es primordial para el eficiente desarrollo y efectivo de las funciones dentro de una organización, pues permite establecer una comunicación clara, precisa y respetuosa entre los miembros del equipo, lo que conduce a una mayor productividad, resolución efectiva y armoniosa de conflictos y un ambiente de trabajo colaborativo y propositivo.

# Conclusiones

Con este ensayo tendremos más claridad sobre la importancia de la comunicación asertiva, no solo a nivel social, si no también personal, ya que muchas personas carecen de esta habilidad blanda (soft skill), por ello es importante capacitarnos cada día para ello, identificando nuestras debilidades o errores que comentemos generalmente sin darnos cuenta.

Los riesgos de no mejorar esta habilidad blanda tienden a no expresar sus ideas de manera clara y respetuosa, causa que se repriman, no hablen o lo hagan de manera agresiva o irrespetando a los demás, las habilidades comunicativas se ven afectadas y por ende sus relaciones interpersonales son bajas a tal punto de ser nulas, por ello es muy recomendable que no pasar por alto esta habilidad tan importante para dar a conocer tus ideas.

Al responder la pregunta planteada, notamos la importancia de la comunicación asertiva dentro de una organización, en este tema encontramos las ventajas de expresarse de manera correcta y todos los campos donde es requerida, tanto a nivel personal, en equipo y como en la solución de conflictos laborales.

Si esta habilidad es mejorada a largo plazo, podrás pasar de no hablar con nadie y nunca expresar tus ideas, a poder liderar proyectos y escuchar a todo tu equipo de trabajo, también podrás encontrar soluciones que antes ni podías imaginar solucionar haciéndolo en solitario.Referencias

Comunicación asertiva:

<https://www.ucentral.edu.co/noticentral/comunicacion-asertiva#:~:text=Noticentral-,La%20comunicación%20asertiva%2C%20una%20habilidad%20fundamental%20para%20el%20convivir,sentimientos%20de%20las%20otras%20personas>

Beneficios de ser asertivo:

<https://mejorconsalud.as.com/5-beneficios-de-ser-asertivo/>

Consejos:

<https://www.galileo.edu/trends-innovation/7-consejos-para-fortalecer-la-comunicacion-asertiva/>