

UNIVERSIDAD DEL QUINDÍO  
INGENIERÍA DE SISTEMAS Y COMPUTACIÓN  
ELECTIVA HUMANÍSTICA  
COMUNICACIÓN ASERTIVA

CRISTIAN MARCELO MUÑOZ VALENCIA  
1094935947

- Aprender a desarrollar la inteligencia emocional: vivencia

A veces por cosas de la vida nos toca enfrentarnos con otras personas, por cualquier malentendido. Un día estaba sacando a mi perro para que hiciera sus necesidades, yo siempre cargo la respectiva bolsa en el bolsillo para recoger lo que hace y tránsito por la calle (NO POR EL ANDÉN), pues para evitar cualquier problema con un vecino.

De repente mi perro le dan ganas de hacer sus necesidades en la calle, pero justo al frente de una casa, en donde el respectivo dueño salía para comenzar sus labores. Con voz muy altanera e imponente me reclamo, por lo que estaba haciendo mi perro y me decía “Porque no se lleva su ... perro para que haga popo en su casa, mire como me tienen el andén y siempre me toca limpiar....”. La verdad a mi me dio mucha rabia, puesto que mi perro estaba haciendo sus necesidades en la mitad de la calle, pero muy calmadamente le exprese que no estaba de acuerdo con su reclamo y más aún por el tono en que se expresó, por tal motivo, el vecino comenzó a calmarse y al ver que yo si llevaba la bolsa de basura, procedió bajar la cabeza, reconociendo que había actuado de manera equivocada. Al fin de despedi muy formalmente y me aleje.

- Auto control.

Decir que uno gobierna perfectamente todas las situaciones, sería una mentira, ya que existen situaciones muy fuertes, donde nos afectan demasiado y sin querer no dejamos llevar por esto. Pero si existen situaciones mucho más manejables en donde se puede tener una tranquilidad emocional y de esa forma tener amplia claridad de lo que ocurre, tristemente cuando existe una situación complicada, después de perder el control, llega el momento de tranquilidad y claridad, en donde uno aprende de los errores.