

POTENCIANDO LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

La comunicación es buena cuando yo transmito, digo y/o comunico de manera simple y clara lo que quiero decir , sin “ruidos” ni interferencias.



JUGUEMOS AL TELÉFONO

- ▶ Todas las personas de la casa pueden participar, mientras más mejor.
- ▶ Se ubican en un círculo y el primero crea una frase, la que quiera, por ejemplo : “todas las mañanas cuando sale el sol me levanto a trabajar”.
- ▶ Se la dice en el oído, como un secreto a quien está a su lado, y éste al otro, y así sucesivamente.
- ▶ El último en el círculo dirá la frase al resto.



¿CUÁL SERÁ LA REFLEXIÓN?



Comunicarnos no siempre es fácil, a veces se interponen muchas cosas que hacen que el mensaje se pierda, por eso siempre es mejor transmitir mensajes claros y directos, no enredarnos.

Una comunicación simple, directa y respetuosa nos permitirá tener una mejor convivencia y nos mantendrá unidos como familia.