



Nombre del alumno(a): Blanca Araceli Hernández Aguilar

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Román

Nombre del trabajo: Súper Nota

Materia: Proyección Profesional

Grado: 8º Cuatrimestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez, Chiapas a 12 de febrero de 2022

UNIDAD 3

3.1. ASERTIVIDAD



SE REFIERE A

Habilidad personal que permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás



- *Ser directa
- *Honesta
- *Expresiva



CONSECUENCIAS DE ADOPTAR UNA CONDUCTA ASERTIVA



CARACTERISTICAS DE LA PERSONA ASERTIVA

- *Facilita la comunicación y minimiza malinterpretaciones
- *Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias
- *Aumenta la posibilidad de conseguir lo que queremos
- *Mejora la autoestima
- *Favorece las emociones positivas



- *Define intereses propios
- *Expresa opiniones libremente
- *Sabe manejar situaciones difíciles
- *Capaz de decir lo que quiere
- *Satisfechos con los resultados
- *No generaliza
- *Gane o pierda conserva su propio respeto



LA PERSONA ASERTIVA SABE

- *Hacer y recibir cumplidos
- *Rechazar peticiones
- *Realizar peticiones
- *Expresar desagrado
- *Afrontar críticas



UNIDAD 4

