



Nombre del alumno:

Luis Esteban Cabrera Sánchez

Nombre del profesor:

Lic. Luis Miguel Sánchez

Licenciatura:

Arquitectura

Materia:

Proyección Profesional

Nombre del trabajo:

Ensayo

Ocosingo, Chiapas a 25 de febrero de 2022.

Introducción.

La asertividad es una habilidad personal la cual nos permite expresar nuestras emociones libremente, nuestros pensamientos y opiniones, sin alterarnos y al mismo tiempo defender nuestros derechos, gustos e intereses de una manera sencilla y adecuada sin agredir a otras personas. Para poder ser una persona asertiva es necesario conocer el estilo de la comunicación y tener en cuenta nuestros estados emocionales, ser asertivo es una habilidad muy importante y que muy pocas personas tienen, ya que las personas asertivas pueden mantener una conversación coherente e interesante en diferentes áreas puede ser en el trabajo, en algún negocio o presentaciones en eventos muy importantes en el cual llega mucha gente.

Desarrollo.

Asertividad es una habilidad personal que nos permite expresar lo que sentimos o lo que estamos pensando, las personas que tienen esta habilidad cuentan con muchas ventajas en ellos ya que facilitan la comunicación y reducen los malos entendidos, han pasado varios casos donde las personas no se expresan de una manera correcta y existen los malos entendidos y pueden llegar a tener problemas un poco más fuertes, otra de las ventajas que tienen las personas asertivas es el autoestima ya que son seguros de sí mismos sus emociones son positivas y en algunos casos pueden llegar a sentirse respetados. ¿Cómo podemos identificar a una persona asertiva? Es muy fácil poder identificar a una persona asertiva ya que existen características con las cuales será aún más fácil poderlas identificar. Una de ellas es que puede expresar sus opiniones, pensamientos y emociones muy fácilmente, también sabe manejar situaciones difíciles diciendo palabras oportunas en el momento oportuno y de manera oportuna, y gane o pierda siempre mantendrá su estilo es decir no se alterara y respetara a las demás personas. Como podemos analizar la asertividad es una habilidad y sirve para comunicar o transmitir un mensaje de manera clara, precisa y directa. En el mundo laboral ser asertivo se ha convertido en una necesidad ya que todos los profesionales tienen que relacionarse con más personas de su misma área o de otra área pero tienen que hablar con coherencia, de manera clara para que no tengan malos entendidos, con mucha seguridad y sobre todo con respeto. La imagen personal también es un factor muy importante en el tema de asertividad ya que la imagen habla mucho de una persona digamos que es la herramienta para dominar y reflejar una actitud asertiva. Una persona asertiva siempre será criticada puede ser por sus pensamientos, la manera de hablar ya que es claro y directo y eso en ocasiones las personas pueden llegar a molestarse pero tiene que lidiar con las críticas y aceptarlas, saber manejar la situación.

Conclusión.

Podemos darnos cuenta de que el comportamiento asertivo es muy importante porque les permite a las personas sentirse mejor consigo mismas y con los demás, ya que se expresan de una manera correcta sin llegar a faltarle al respeto a las demás personas, la asertividad incluye varios componentes; autoestima, valores, derechos, identidad propia. La asertividad facilita la expresión adecuada de pensamientos y sentimientos sin causar agresión, esta habilidad puede desarrollarse para mejorar la calidad de las relaciones ya sea de manera personal, en el trabajo o con la sociedad.

Bibliografía.

UDS Mi Universidad

Libro de octavo cuatrimestre - Proyección profesional

<file:///D:/OneDrive/Escritorio/UDS/Libros%208vo/proyeccion%20profesional.pdf>