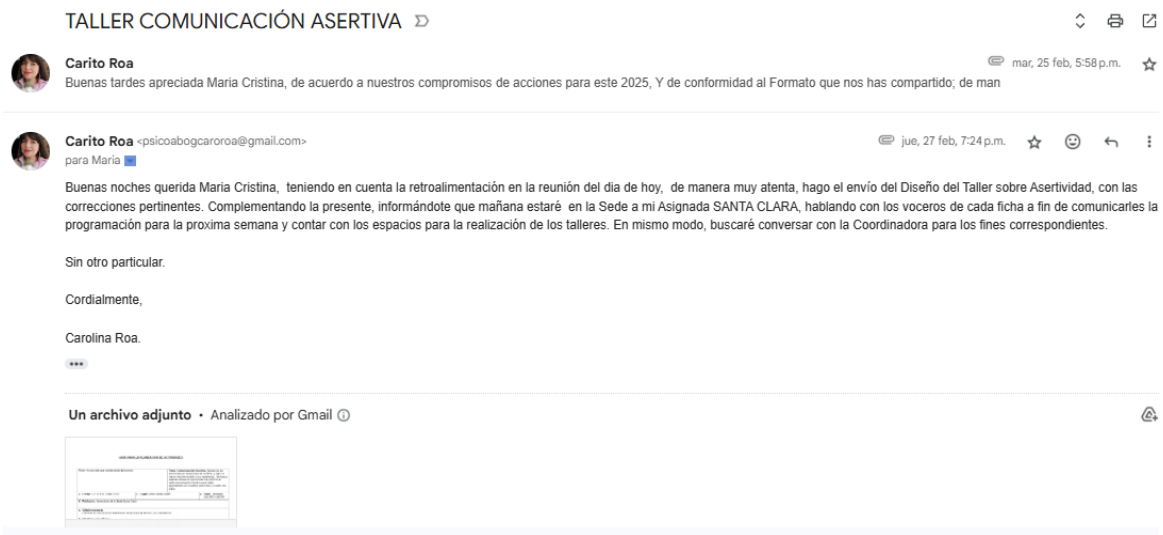
**Anexo 1.** Captura de Pantalla de Correo de envío de taller “Comunicación Asertiva” a Líder de Bienestar al Aprendiz.



TALLER COMUNICACIÓN ASERTIVA

**Carito Roa** mar, 25 feb, 5:58 p.m.
Buenas tardes apreciada Maria Cristina, de acuerdo a nuestros compromisos de acciones para este 2025, Y de conformidad al Formato que nos has compartido; de man

**Carito Roa** <psicoabogcararoa@gmail.com> jue, 27 feb, 7:24 p.m.
para Maria

Buenas noches querida Maria Cristina, teniendo en cuenta la retroalimentación en la reunión del dia de hoy, de manera muy atenta, hago el envío del Diseño del Taller sobre Asertividad, con las correcciones pertinentes. Complementando la presente, informándote que mañana estaré en la Sede a mi Asignada SANTA CLARA, hablando con los voceros de cada ficha a fin de comunicarles la programación para la proxima semana y contar con los espacios para la realización de los talleres. En mismo modo, buscaré conversar con la Coordinadora para los fines correspondientes.

Sin otro particular.

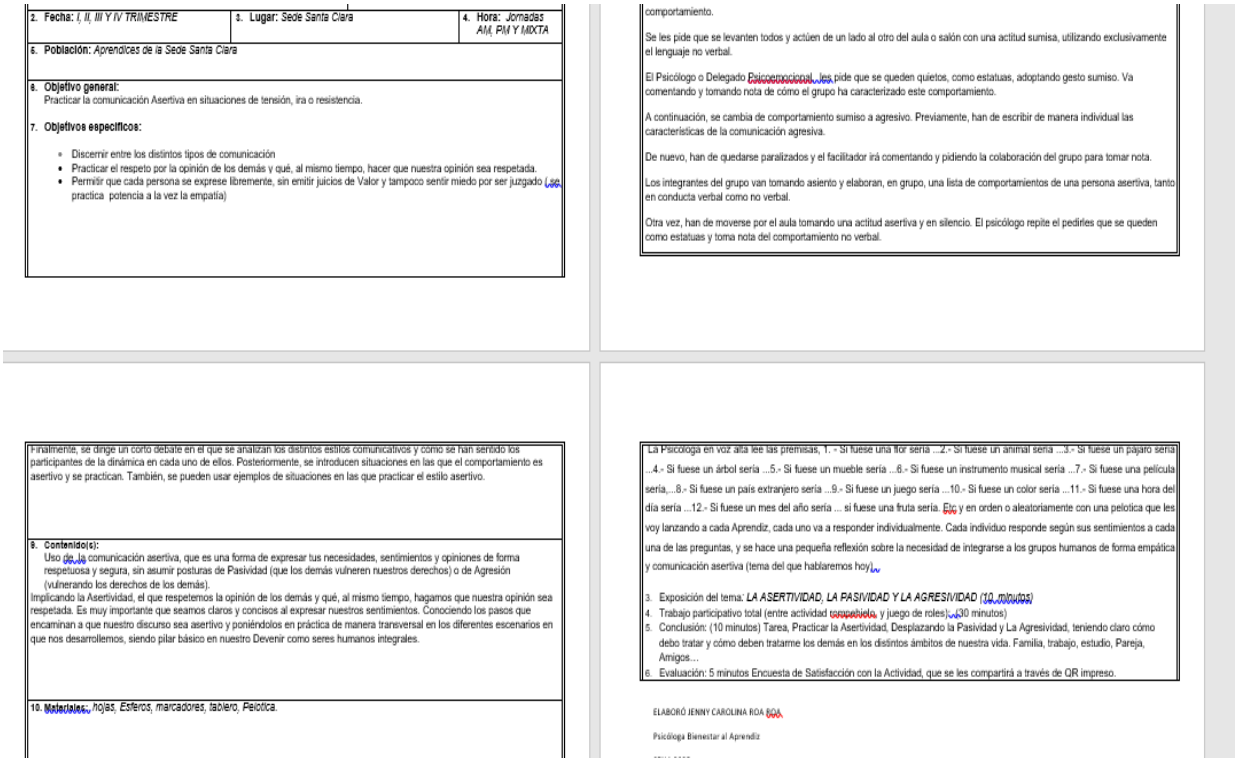
Cordialmente,

Carolina Roa.

•••

**Un archivo adjunto** • Analizado por Gmail

**Anexo 2.** Pantallazo diseño de Taller a escala 40%



2. **Fecha:** *I, II, III Y IV TRIMESTRE* | 3. **Lugar:** *Sede Santa Clara* | 4. **Hora:** *Jornadas AM, PM Y MIXTA*

5. **Población:** *Aprendices de la Sede Santa Clara*

8. **Objetivo general:**
Practicar la comunicación Asertiva en situaciones de tensión, ira o resistencia.

7. **Objetivos específicos:**

- Discernir entre los distintos tipos de comunicación
- Practicar el respeto por la opinión de los demás y qué, al mismo tiempo, hacer que nuestra opinión sea respetada.
- Permitir que cada persona se exprese libremente, sin emitir juicios de Valor y tampoco sentir miedo por ser juzgado (se practica potencia a la vez la empatía)

comportamiento.

Se les pide que se levanten todos y actúen de un lado al otro del aula o salón con una actitud sumisa, utilizando exclusivamente el lenguaje no verbal.

El Psicólogo o Delegado Psicoemocional, les pide que se queden quietos, como estatuas, adoptando gesto sumiso. Va comentando y tomando nota de cómo el grupo ha caracterizado este comportamiento.

A continuación, se cambia de comportamiento sumiso a agresivo. Previamente, han de escribir de manera individual las características de la comunicación agresiva.

De nuevo, han de quedarse paralizados y el facilitador irá comentando y pidiendo la colaboración del grupo para tomar nota.

Los integrantes del grupo van tomando asiento y elaboran, en grupo, una lista de comportamientos de una persona asertiva, tanto en conducta verbal como no verbal.

Otra vez, han de moverse por el aula tomando una actitud asertiva y en silencio. El psicólogo repite el pedirles que se queden como estatuas y toma nota del comportamiento no verbal.

Finalmente, se dirige un corto debate en el que se analizan los distintos estilos comunicativos y como se han sentido los participantes de la dinámica en cada uno de ellos. Posteriormente, se introducen situaciones en las que el comportamiento es asertivo y se practican. También, se pueden usar ejemplos de situaciones en las que practicar el estilo asertivo.

9. **Contenido(s):**
Uso de la comunicación asertiva, que es una forma de expresar tus necesidades, sentimientos y opiniones de forma respetuosa y segura, sin asumir posturas de Pasividad (que los demás vulneren nuestros derechos) o de Agresión (vulnerando los derechos de los demás).
Implicando la Asertividad, el que respetemos la opinión de los demás y qué, al mismo tiempo, hagamos que nuestra opinión sea respetada. Es muy importante que seamos claros y concisos al expresar nuestros sentimientos. Conociendo los pasos que encaminan a que nuestro discurso sea asertivo y poniéndolos en práctica de manera transversal en los diferentes escenarios en que nos desarrollemos, siendo pilar básico en nuestro Devenir como seres humanos integrales.

10. **Materiales:** *hojas, Esferos, marcadores, tablero, Pelotica.*

La Psicologa en voz alta lee las premisas; 1.- Si fuese una flor sería ...2.- Si fuese un animal sería ...3.- Si fuese un pajaro sería ...4.- Si fuese un árbol sería ...5.- Si fuese un mueble sería ...6.- Si fuese un instrumento musical sería ...7.- Si fuese una película sería,...8.- Si fuese un país extranjero sería ...9.- Si fuese un juego sería ...10.- Si fuese un color sería ...11.- Si fuese una hora del día sería ...12.- Si fuese un mes del año sería ... si fuese una fruta sería. Etc y en orden o aleatoriamente con una pelotica que les voy lanzando a cada Aprendiz, cada uno va a responder individualmente. Cada individuo responde según sus sentimientos a cada una de las preguntas, y se hace una pequeña reflexión sobre la necesidad de integrarse a los grupos humanos de forma empática y comunicación asertiva (tema del que hablaremos hoy).

3. Exposición del tema: *LA ASERTIVIDAD, LA PASIVIDAD Y LA AGRESIVIDAD (10 minutos)*
4. Trabajo participativo total (entre actividad corporativa, y juego de roles) (30 minutos)
5. Conclusión: (10 minutos) Tarea, Practicar la Asertividad, Desplazando la Pasividad y La Agresividad, teniendo claro cómo debo tratar y cómo deben tratarme los demás en los distintos ámbitos de nuestra vida. Familia, trabajo, estudio, Pareja, Amigos...
6. Evaluación: 5 minutos Encuesta de Satisfacción con la Actividad, que se les compartirá a través de QR impreso.

ELABORÓ JENNY CAROLINA ROA ROA

Psicóloga Bienestar al Aprendiz