Comunicación Asertiva

Como Comunicación Asertiva denominamos aquella mediante la cual logramos manifestar a los otros de forma simple, clara y oportuna, lo que sentimos, queremos o pensamos.

La comunicacion Asertiva es una habilidad social de gran valor, que está (sociedad) Asociada a la inteligencia emocional y a la capacidad para comunicarse de manera armoniosa y eficaz con los demás. Este tipo de comunicación no es necesario recurrir a la agresividad para comunicar nestra ideas, pero tampoco implica que nos retraigamos o nos encerremos en una actitud Pasiva o dócil que nos impida comunicar lo que sentimos.

En este sentido, la comunicación asertiva trata de evitar errores frecuentes en la comunicación, como los ataque personales, los reproches o las ofensas, que no hacen si no dificultar la comunicación hacerla inefectiva o, simplemente, invalidara.

Por ejemplo: en una situación incómoda, como pedirle a un amigo que le devuelva el dinero que le Prestaste, podría procederse de tres maneras distintas.

- Agresiva Se le exige que pague el dinero lo antes posible sin escuchar o admitir excusas o justificaciones, incluso se puede echar mano de insultos o de males desagradables.
- Pasiva se le dice que no importa si no puede pagar todavia, y se le insiste en que no se preocupe
- Asertiva Se le recuerda que aún no ha pagado el dinero, se escuchan sus razones, y se busca redefinir una fecha en que sea posible el Pago.

Otro aspecto muy importante en la comunicación asertiva es la interlocución constante y la voluntad de negociar en algunas cuestiones o ceder en ciertas posturas y, sobre todo, de cooperar con el fin de poder llegar siempre a una Solución.

La comunicación asertiva influye positivamente en nuestra relación con los otros tanto a nivel personal, con nuestra familia, Pareja y amigos, como laboral, con nuestros compañeros de trabajo.

Powered by CamScanner

nuestro jefe, o con nuestros clientes o proveedores. Se trata en general, de mantener una comunicación positiva, respetuosa, armoniosa, productiva y eficaz con los demas.

Comunicación efectiva: Una comunicación efectiva cumple con los objetivos intencionados en el mensaje logrando el efecto deseado.

Caracteristicas de una comunicación efectiva: La comunicación efectiva se caracteriza por transmitir un mensaje de manera que cumpla con los objetivos esperados por el emisor hacia el receptor. Tambien se caracteriza por resolver el Problema de la interpretación que le dan los interlocutores a/ mensaje.

Qué es Asertividad?

La Asertividad es una habilidad social que poseen ciertos individuos de comunicar y defender sus propios derechos e ideas de manera adecuada y respetando los de los demás.
La Asertividad es una aptitud que le permite a la persona comunicar su punto de vista desde el equilibrio entre un estilo agresivo y un estilo pasivo de comunicación.

Comunicación Asertiva

Es una forma de expresar lo que se piensa o quiere de manera clara y respetuosa, considerando la existencia de otros puntes de vista y sin ser agresivo o pasivo

La comunicación con Asertividad es clara, objetiva, transparente y honesta, este tipo de comunicación posee varias ventajas entre las que destacan:

- Mejora la capacidad de expresión e imagen social.
- fomenta el respeto por las otras personas
- facilita la comunicación
- Mejora la capacidad de negociación
- Ayuda a resolver las controversias

Asertividad y Empatía

La empatía implica ponerse en el lugar del otro para entender sus razonamientos y conductas, algo que es requisito indispensable para poner en práctica la asertividad. Por lo tanto, no es posible ser asertivo si no existe un interés genuino por el Otro.

Powered by CamScanner