



POLIFONÍA de los territorios

MELODÍAS EN ACCIÓN COMUNICARSE ASERTIVAMENTE PARA LA GESTIÓN

01

EXPLORANDO LAS CONSONANCIAS



La comunicación es un juego de reconocimiento de intenciones por parte del hablante y oyente, en donde lo más importante es explorar la finalidad que tiene el mensaje, es un proceso centrado en el objetivo.

02

GENERADOR DE ARMONÍA



Ser un buen comunicador es clave en las relaciones personales, en el éxito de la carrera personal y en la salud emocional. Los buenos comunicadores se caracterizan por habilidades de: **escucha activa, empatía, lenguaje no verbal, validación emocional y respeto.**

03

NOTAS SINFÓNICAS



Destrezas de la comunicación

PARAFRASEAR:

repite con palabras propias lo que expresó tu interlocutor

INTERROGACIÓN NEGATIVA:

no hay crítica hacia el interlocutor, no le señalas con el dedo y solicitas una aclaración a su declaración

COMPROMISO VIABLE:

busca acuerdos que puedan interesar a ambas partes

EL BANCO DE NIEBLA:

reconoce la postura de la otra persona, sin dejar de lado la tuya

04

ARMONIZANDO EN TU PRÓXIMA REUNIÓN:



Parafrasea, valida los compromisos y se concreto al expresar tus ideas

05

EN CASO DE DISONANCIA



APLAZAMIENTO ASERTIVO:

aplaza la respuesta o la conversación a otro momento en que puedas manejar las emociones y/o dar tiempo a reflexionar sobre las respuestas.

TÉCNICA DE LA PREGUNTA ASERTIVA:

convierte el mensaje o una pregunta buscando contar con argumentos concretos antes de responder.