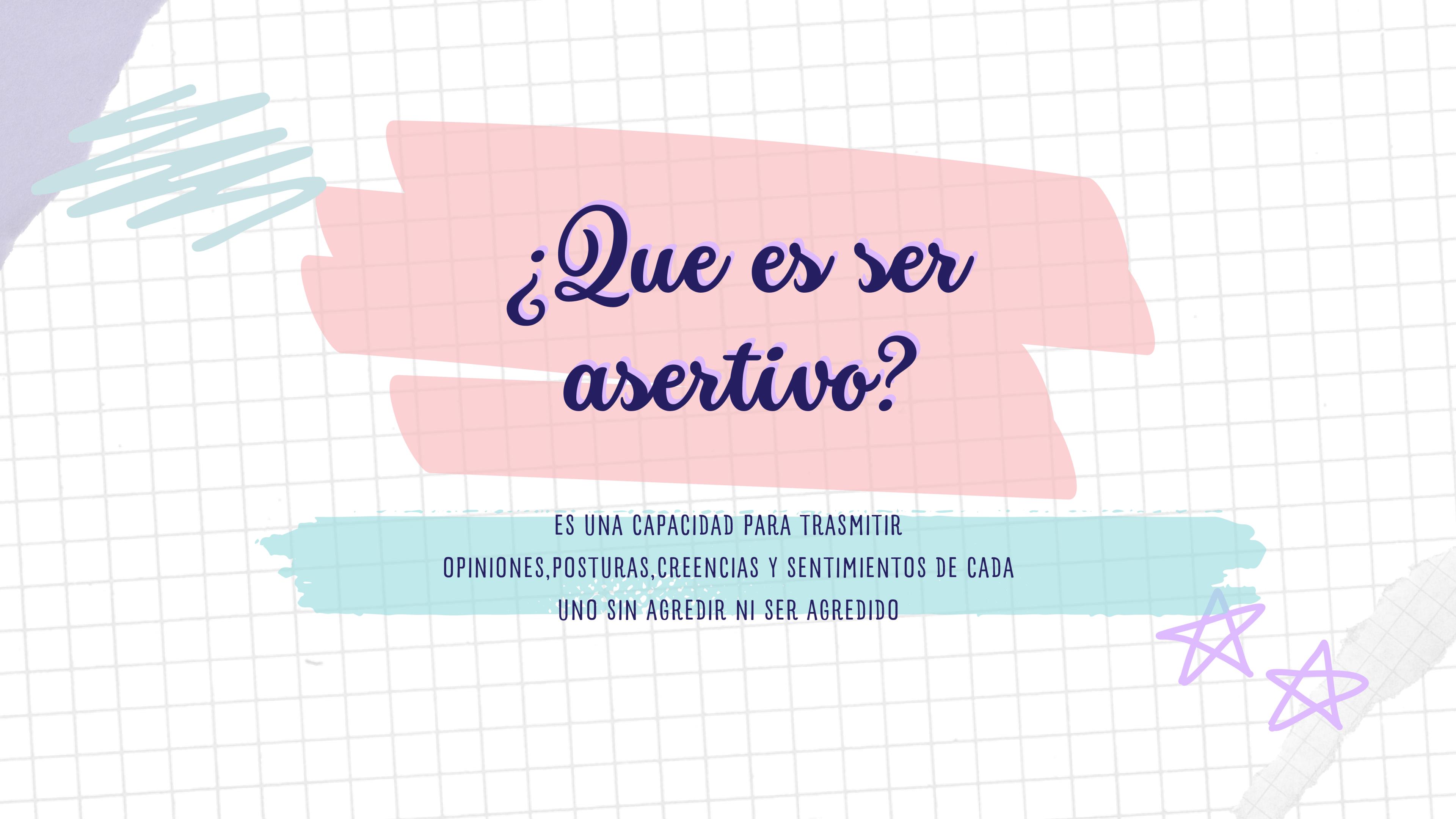




UDEG
SECUNDARIA Y PREPARATORIO

SER ASERTIVO

PROFESOR SERGIO VELARDE

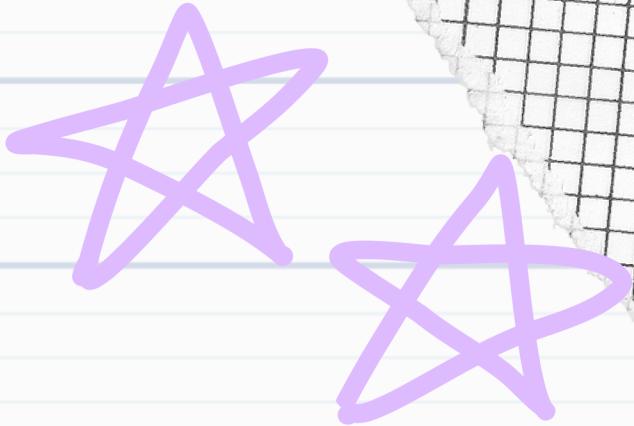


¿Qué es ser asertivo?

ES UNA CAPACIDAD PARA TRASMITIR
OPINIONES, POSTURAS, CREENCIAS Y SENTIMIENTOS DE CADA
UNO SIN AGREDIR NI SER AGREDIDO



¿Como puedes ser asertivo?



- Evalúa tu estilo
- usa frases en primera persona
- Practica decir que no
- Práctica lo que quieras decir
- Usa el lenguaje corporal
- Mantén las emociones bajo control
- Comienza de a poco

Cosas buenas y malas de ser asertivo

VENTAJAS

- Te permite expresarte de forma eficaz
- Puedes defender tu punto de vista

DESVENTAJAS

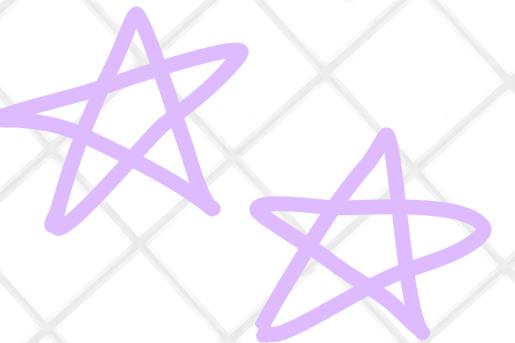
- los demás se aprovechan
- Se acumula resentimiento

Características de este

- confías en ti
- Respetan tu punto de vista
- Inspiran confianza en los demás
- poseer inteligencia emocional



Gracias por
escuchar 





**Escribe el tema
o la idea**



AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.



Escribe el tema o la idea

AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

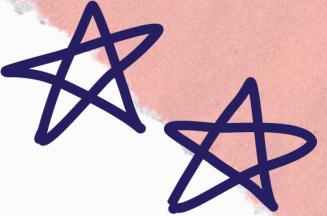
AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

AGREGA UNA IDEA PRINCIPAL

Describe en pocas palabras lo que vas a presentar.

Escribe el tema o la idea



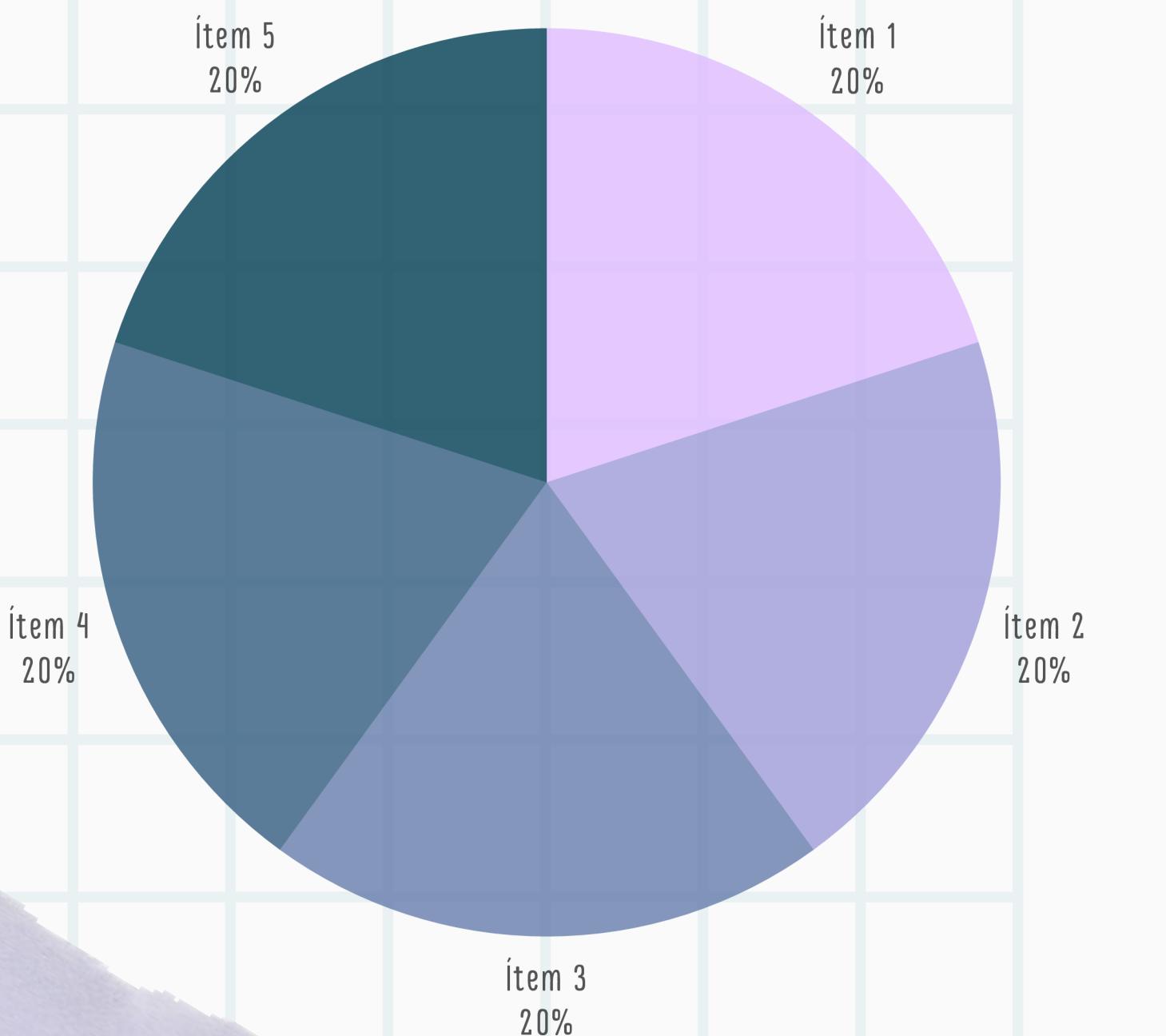
DESCRIBE EN POCAS PALABRAS LO QUE VAS A PRESENTAR.

Vive el presente.

VIVE TU OBJETIVO.

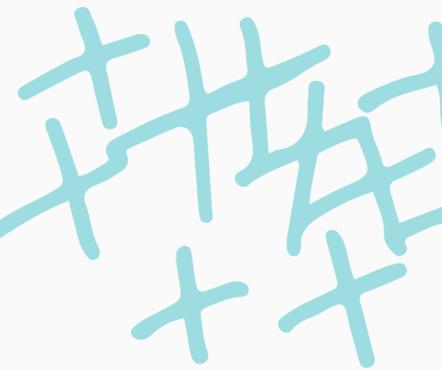
Haz de cada día una aventura.

DESCRIBE EN POCAS PALABRAS LO QUE VAS A PRESENTAR.



*Escribe
el tema o la idea*

DESCRIBE EN POCAS PALABRAS LO QUE VAS A PRESENTAR.



Página de recursos gratuitos

USA ESTOS ELEMENTOS EN TU PRESENTACIÓN.

