



Los 10 mandamientos para comunicarnos

Taller de Intervención psicopedagógico a padres y madres de familia del nivel primario de la I.E. Parroquial Madre de Cristo – La Esperanza

Autores:
Aliaga Ruiz, Mina Angelica
Cáceda Ríos, Audrey Ivonne
Castillo García, Rocío del Pilar

Maestría en Psicología Educativa
Docente: Roger Daniel Liy Lion
Curso: Coaching Profesional

LOS 10 MANDAMIENTOS

10 Sea flexible, adapte su expresión y estilos a la situación que se genere en el diálogo

1 EMPATÍA

Piense con la cabeza, antes de hablar con la boca

2 LOGRO DE OBJETIVOS

Precise los objetivos que quiere lograr y las mejores estrategias para lograrlo.

9 ASERTIVIDAD

Muéstrele al otro que tiene interés en lo que diga.

3 ASERTIVIDAD Y EMPATÍA

Adapte lo que quiere decir al receptor y a la situación.

8 EMPATÍA

Mantenga una actitud de "Escucha activa" (Empático)

4 ASERTIVIDAD

Seleccione el momento, el lugar y el canal oportuno y adecuado.

7 EMPATÍA

Obtenga retroalimentación del receptor, para cerciorarse de que el mensaje ha sido entendido.

6 ASERTIVIDAD Y EMPATÍA

Evite expresiones que puedan dificultar el razonamiento y generar posiciones defensivas.

5 ASERTIVIDAD

Recuerde que la forma en que diga algo es tan importante como lo que se dice.

TÉCNICAS

EMPATÍA



ASERTIVIDAD



INSTRUMENTO
ÍNDICE DE REACTIVIDAD INTERPERSONAL - IRI (DAVIS, 1980)

TIPO LIKERT
MIDEN 4 DIMENSIONES:
- TOMA DE PERSPECTIVA
- FANTASÍA
- PREOCUPACIÓN EMPÁTICA
- MALESTAR PERSONAL.

TÉCNICAS

1. Disco rayado:

-Te entiendo, pero yo no lo hago.
-Te entiendo, pero yo no lo hago

2

Adapte lo que quiere decir al receptor y a la situación. (Asertividad y Empatía)

2. Procesamiento del cambio:

-Por tu culpa...
-Mira, estamos muy cansados los dos y estamos empezando a sacar trapos sucios. Quizás, esto no tiene tanta importancia como para hacernos daño mutuamente, ¿no crees?

5

Evite expresiones que puedan dificultar el razonamiento y generar posiciones defensivas

3. Acuerdo asertivo:

-Por tu egoísmo...
-Mira, éste es un tema problemático entre nosotros. Si te parece, lo tratamos en profundidad mañana.

9

Sea flexible, adapte su expresión y estilos a la situación que se genere en el diálogo