

Nombre: _____ Fecha: _____

Escenarios de tipos de comunicación

Existen tres tipos de estilos de comunicación.

Instrucciones: Usa los descriptores de cada tipo de estilo de comunicación para recibir una respuesta a cada escenario.

	Comunicador pasivo	Comunicador agresivo	Comunicador asertivo
	<i>No ofrece oposición cuando se le desafía o presiona</i>	<i>Agresivo, hostil y poco amigable</i>	<i>Comunica de manera directa y respetuosa</i>
Tu mejor amigo le cuenta a alguien uno de tus secretos.			
Tu compañero te dice que no puedes salir con uno de tus amigos.			

Identificación de sentimientos de alerta

Instrucciones

Para el ejemplo que se te asignó, escribe qué *sentimiento de alerta* podrías tener si esa situación ocurriera. Posteriormente, trabaja con tu compañero para completar las otras columnas y discutan con la clase.

Cuando esto pasa...	ve más despacio, haz una pausa y recuerda Sentir, Identificar, Reflexionar y Actuar			
	<u>Sentir.</u> Haz un balance de tus emociones. <i>¿Te sientes triste, ansioso, celoso, excluido o incómodo? Si no, ¿qué emoción define cómo te sientes?</i>	<u>Identificar.</u> Piensa en lo que te hizo tener este sentimiento. <i>¿Qué pasó? ¿Fue algo que tú o alguien más dijo o hizo?</i>	<u>Reflexionar.</u> Considera las posibles respuestas. <i>¿Qué opciones de acción tienes disponibles? ¿Cuáles son los beneficios o desventajas —para ti y para los demás— de cada paso que podrías dar?</i>	<u>Actuar.</u> Toma medidas para actuar. <i>¿Cómo puedes avanzar para abordar la situación de una manera que sea positiva y productiva para ti y para los demás?</i>
1. Revisé mi teléfono cinco veces en los últimos 15 minutos para asegurarme de que no me haya perdido ninguna novedad de mis amigos.				
2. No he terminado mi tarea porque he estado enviando mensajes de texto y hablando con mis amigos.				



NOMBRE _____

FECHA _____

Identificación de sentimientos de alerta

3. Veo una publicación de mis amigos divirtiéndose sin mí y me siento excluido.				
4. Borré varias de mis publicaciones porque no tenían suficientes “me gusta” o no se habían compartido lo suficiente.				
5. Publiqué tantos videos y fotos de mi viaje al parque de diversiones que después me avergoncé de ello.				

Boleto de salida

Escribe tus repuestas aquí.





Redes sociales: ¿Buenas? ¿Malas? ¿Las dos cosas?

NOMBRE _____

FECHA _____

Instrucciones

Lee el enunciado que se te ha asignado sobre las redes sociales. Piensa en si estás de acuerdo o no. Comparte tus pensamientos con tu grupo. Posteriormente escucha lo que los otros grupos dicen acerca de los otros enunciados. Toma notas. Piensa en si estás de acuerdo o no con lo que se ha dicho.

Enunciado	¿Estás de acuerdo? ¿Estás en desacuerdo? ¿Por qué?	Enunciado	¿Estás de acuerdo? ¿Estás en desacuerdo? ¿Por qué?
1. La mayoría de las publicaciones en Instagram no son verdaderas. La gente elige publicar lo que cree que gustará más o lo que recibirá más comentarios.		4. Construir relaciones reales con las personas es mucho más fácil cara a cara. Dichas relaciones son más fuertes y duran más tiempo.	
2. Publicar en las redes sociales me permite conectar con personas que tienen los mismos intereses que yo.		5. Sin las redes sociales, la gente no podría publicar cosas nuevas y creativas tan fácilmente. Los artistas tienen una salida para su trabajo gracias a las redes sociales.	
3. Si tienes un mal día, las redes sociales lo empeoran. Navegas y ves lo genial que parece la vida de los demás. Es deprimente.		6. Las redes sociales no son realmente para conectarse con otras personas; solo se trata de mostrar quién quieres que la gente piense que eres.	

