

En esta práctica **HABLANDO DE MISMO IDIOMA** en lo personal dedicar unos minutos antes de comenzar las actividades, es muy buena en mi punto de vista, ya que estamos en el aquí y ahora consientes, hay mayor claridad de lo que deseo hacer al igual que mejora mis emociones y las regula.

La importancia de educar a nuestros alumnos y a nuestra persona en emociones es de gran avance porque nos enseñamos mutuamente a expresar nuestras emociones de manera saludable. Por ejemplo, a reconocer la frustración, tristeza, decepción, angustia, desesperanza etc. Son algunos ejemplos que si ellos logran identificarlos y manejarlos serán adultos plenos y felices al igual que todo su alrededor se alinea para un bien común.

Con las actividades sugeridas que nos dan en este curso maravilloso, los alumnos reconocen la importancia de regularlas y mostrar el respeto, empatía, solidaridad, cooperación.

Identificaron las tres comunicaciones y se hicieron consientes en cual se encuentran y cual es la correcta para ellos y su entorno.

Mariana Pantoja Mtz 01/06/2024

La expresion directa de pensamiento y Sentimiento.

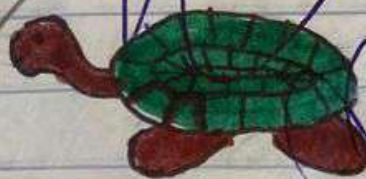
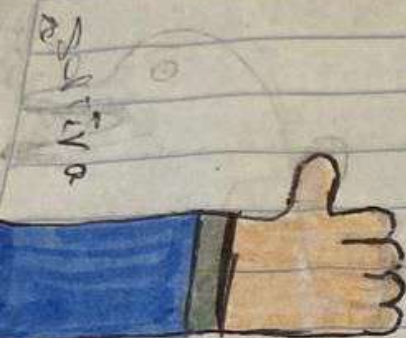
manteniendo un respeto tanto asia uno mismo como a los demas.

Al igual resolviendo conflictos de manera constructiva como platicando con voz baja y sin agredir al igual sin erir los Sentimientos

Comunicacion pasiva

Esta comunicacion se referencia a aquellas que las personas realizan cuando evitan mostrar su sentimientos o por sentir que son rechazados o incomprendidos

Esta comunicacion se caracteriza por ser abierta y dar sus opiniones y se sienten aceptados comprendidos evitando conflictos y llegar a ser empaticos



Argue así



Aug 8

H202
Saxa

01 07

wa

Monera

Dragon

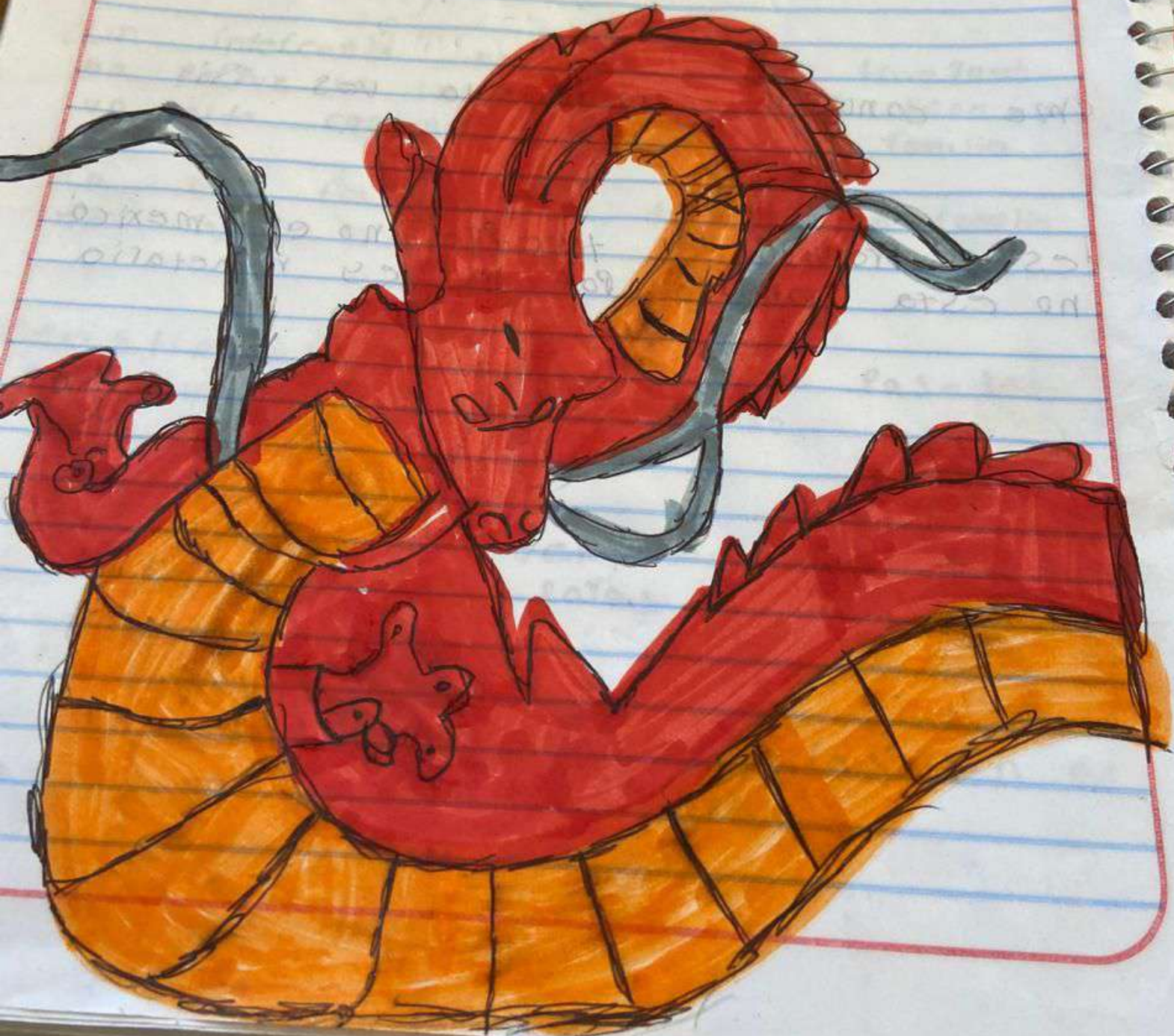


Nombre: Leonardo Torres Ramirez

Día Mes Año
01 06 24

Folio

la expresión directa del pensamiento y
Sentimientos manteniendo un respeto tanto así
uno mismo como los demás al igual
que resolviendo conflictos de manera constructiva
como platicando con vos fada y sin agredir
al igual sin irir los sentimientos de los demás



Mariana Portales Metz 02/07/2024

¿Que entiendes por comunicación agresiva?
es en que las personas hacen una sobre
valoración en las opiniones

¿Como niño de 11 y 12 años que podríamos
hacer para regular ya que contestamos como
tenemos nuestras emociones? respirar no alteramos
para regularlas

¿es importante estar en la comunicación
pasiva? para mí sí es importante

¿Que podemos hacer para trabajar la comuni-
cación pasiva? ocultar como te sientes

¿es importante tener la comunicación asertiva?
sí es importante

¿Yo trabajo la comunicación asertiva en el
mayor tiempo del día? a veces

¿Cual es mas importante para ti?
la asertiva y la pasiva

Porque?

porque casi es lo que mayor del tiempo
go