

	COLEGIO BOSQUES DE SHERWOOD	GRADO 9
	TAREA EN CASA 3 MAYO 2022	CÁTEDRA

TEMAS:

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS Y ACEPTACIÓN Y CONVIVENCIA EN LA DIFERENCIA

ACTIVIDAD: PRUEBA TU FIRMEZA

OBJETIVO

Reflexionar sobre cómo reaccionamos en situaciones en las que se sienten presionados por los demás.

DURACIÓN

Tarea en casa

“Prueba tu firmeza” (Reflexionamos sobre la asertividad)

A) Piensa en una situación en que te hayas sentido presionado a hacer algo que no querías hacer. Debes reflexionar sobre cómo reaccionaste y cómo podrías haberlo hecho siguiendo los siguientes pasos:

1. Describe de forma detallada qué ocurrió, cómo te sentiste y qué querías hacer tú?.

2. ¿Cómo reaccionaste? ¿Qué dijiste?

3. ¿Tu reacción fue pasiva, asertiva o agresiva?

4. ¿Cómo te sentiste? ¿Cómo imaginas que se sintió la otra persona?

5. ¿Lograste tu objetivo o sólo el del otro? ¿Llegaste a un objetivo común?

6. ¿Qué otras alternativas tenías? ¿Qué consecuencias conlleva cada alternativa?