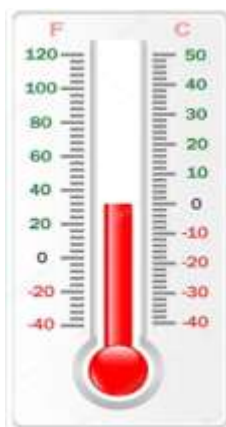
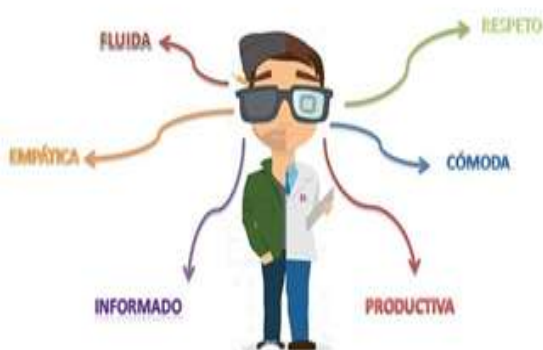




BOLETIN 07 JULIO DE 2026

COMUNICACIÓN ASERTIVA



HOSPITAL DEL



CAMPOALEGRE - HUILA

Diego Darío Aragonéz Quiroga
Asesor de Control Interno

ASERTIVIDAD

La asertividad es una **forma de comunicar equilibradamente** e implica un alto desarrollo emocional. Las personas asertivas expresan lo que piensan, sienten y actúan sin imponerse ni perjudicar a nadie.

La asertividad es aceptar o tolerar el derecho de los demás a pensar, opinar, actuar. Esta cualidad se encuentra relacionada con el respeto al otro.

La persona asertiva mantiene una relación transparente, auténtica con los otros, actúa con firmeza, sin agresividad, superioridad o prepotencia. Esta postura **le permite aceptar sus propios errores y los de los demás.**

LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

Un **requisito de la comunicación interpersonal es la asertividad** como función de la autoestima, porque permite actuar a la persona según como piensa y en defensa de sus derechos, intereses, sin ser manipulados, ni manipular al interlocutor. Se basa en el respeto tanto de sí mismo como de las otras personas, conservando los límites y los valores.

La asertividad es un proceso de comunicación continuo, positivo, constructivo y estimulante.

Se caracteriza por:

- Manifestación de sus ideas y sentimientos, sin hacer menos los de los demás. Respeta a los demás como así mismo.
- Receptivo a las opiniones ajenas, dándoles la misma importancia que a las propias.
- Expresar de forma directa, abierta y honesta sus ideas ante los demás.
- Evita conflictos aceptando que no todas las ideas se comparten pero que tiene un valor para quien las expresa.



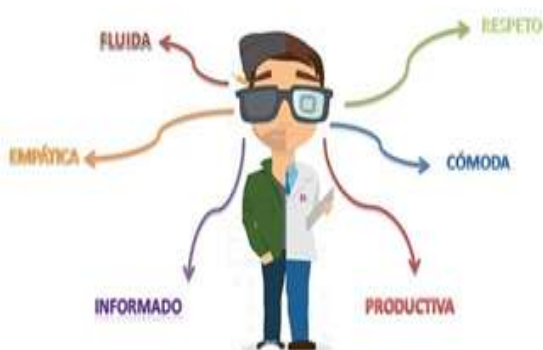


Pasividad o Falta de Asertividad



- La falta de manifestar sentimientos o pensamientos.
- Infravalorar sus propias opiniones.
- Temor a ser rechazados.
- Dar un valor superior a las opiniones de los demás.

COMUNICACIÓN ASERTIVA



Agresividad



- Desprecio o falta de aceptación a las ideas de los demás.
- Sobrevalorar las opiniones y sentimientos propios.
- Falta de comunicación con las personas; al imponer sus propias ideas.

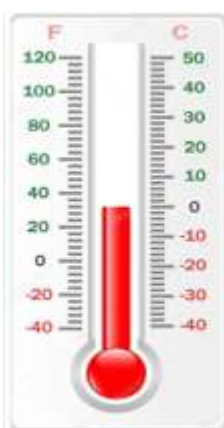
ACTIVIDAD - ¿TÚ CÓMO REACCIONAS?

Has estado esperando tú turno para llegar al servicio de facturación un buen rato. Una persona llega y sin respetar los turnos, se pone delante de ti. Y le dices:



Yo - mis derechos, mis valores, mis creencias, mis opiniones, mis pensamientos, mis emociones...

Los demás - sus derechos - sus valores, sus creencias, sus opiniones, sus pensamientos, sus emociones...



HOSPITAL DEL



CAMPOALEGRE - HUILA

