

PERSONAJES DE LA COMUNICACIÓN



Padre



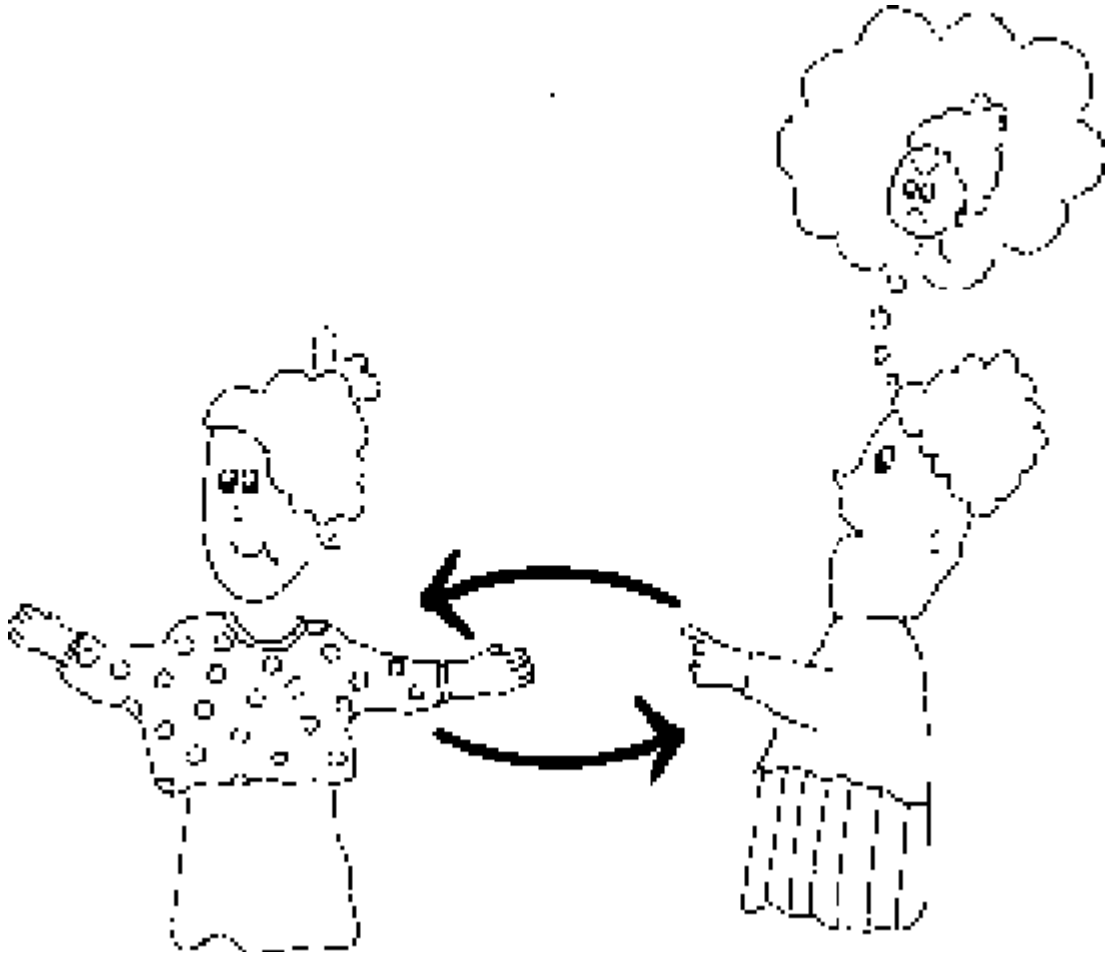
Adulto



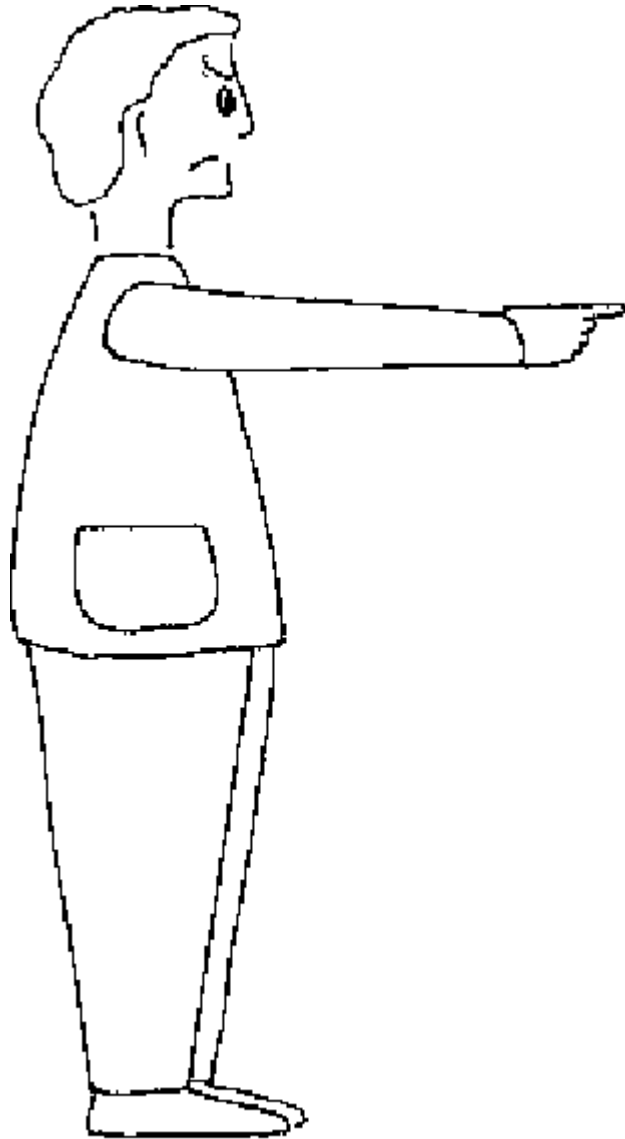
Niño

PARA COMUNICARNOS CON LAS DEMÁS PERSONAS UTILIZAMOS TRES PERSONAJES, TOMADOS DE LA INFORMACIÓN QUE TENEMOS DE NUESTRA VIDA PASADA.

¿INFLUYEN LOS RECUERDOS EN NUESTRA COMUNICACIÓN ACTUAL?



EL PADRE



"YO ESTOY BIEN, TÚ ESTAS MAL"

Ayuda

EL PADRE

HABLA DESDE "EL DEBER SER"

MENSAJE

"YO ESTOY BIEN, TÚ ESTAS MAL"

ASPECTO

INTIMIDANTE, INVASIVO, DOMINANTE

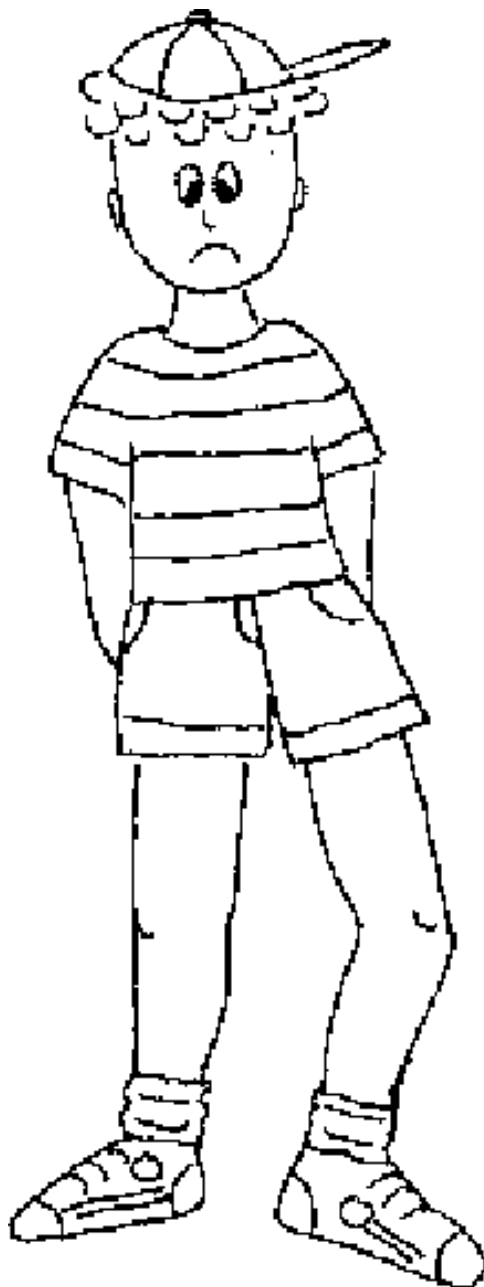
RESPONSABILIDAD

CULPA A LOS DEMÁS

FRASES

**"DEBERÍAS" "COMO DIOS MANDA"
"NUNCA" "SIEMPRE" "TENIAS QUE SER"**

EL NIÑO



"YO ESTOY MAL, TÚ ESTAS BIEN"

EL NIÑO

HABLA DESDE "YO QUIERO"

MENSAJE

"YO ESTOY MAL, TÚ ESTAS BIEN"

ASPECTO

FRÁGIL, DUDOSO, INSEGURO

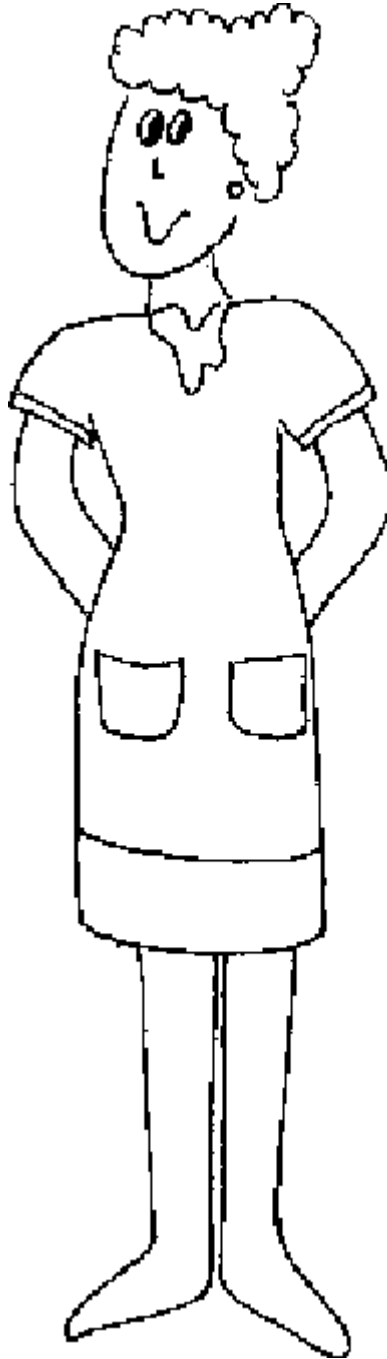
RESPONSABILIDAD

EVADE LA RESPONSABILIDAD

FRASES

**"NO PUEDO" "NO SE" "NO SABRÍA"
"TAL VEZ MAÑANA"**

EL ADULTO



"YO ESTOY BIEN, TÚ ESTAS BIEN"

EL ADULTO

HABLA DESDE EL "CONVIENE"

MENSAJE

"YO ESTOY BIEN, TÚ ESTAS BIEN"

ASPECTO

FIRME, CLARO, REALISTA

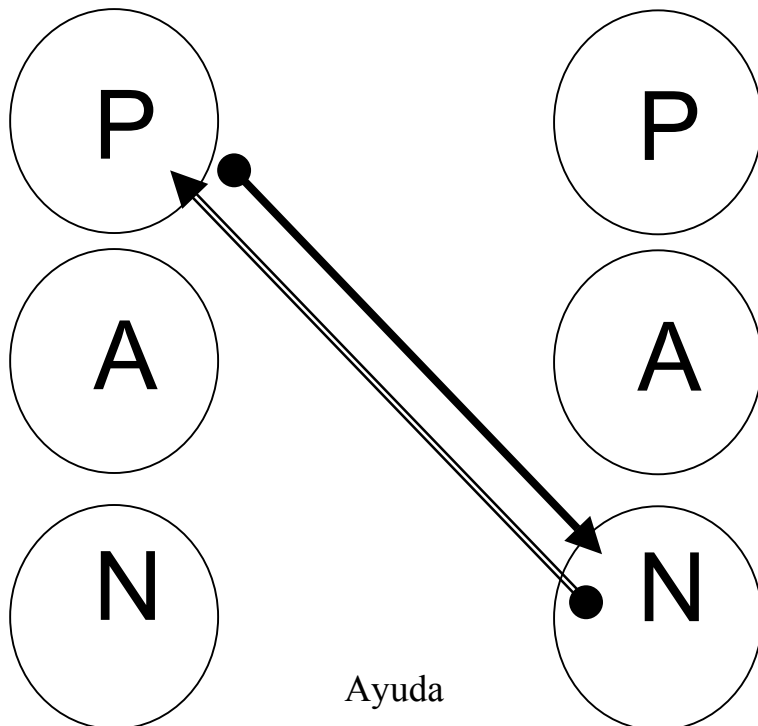
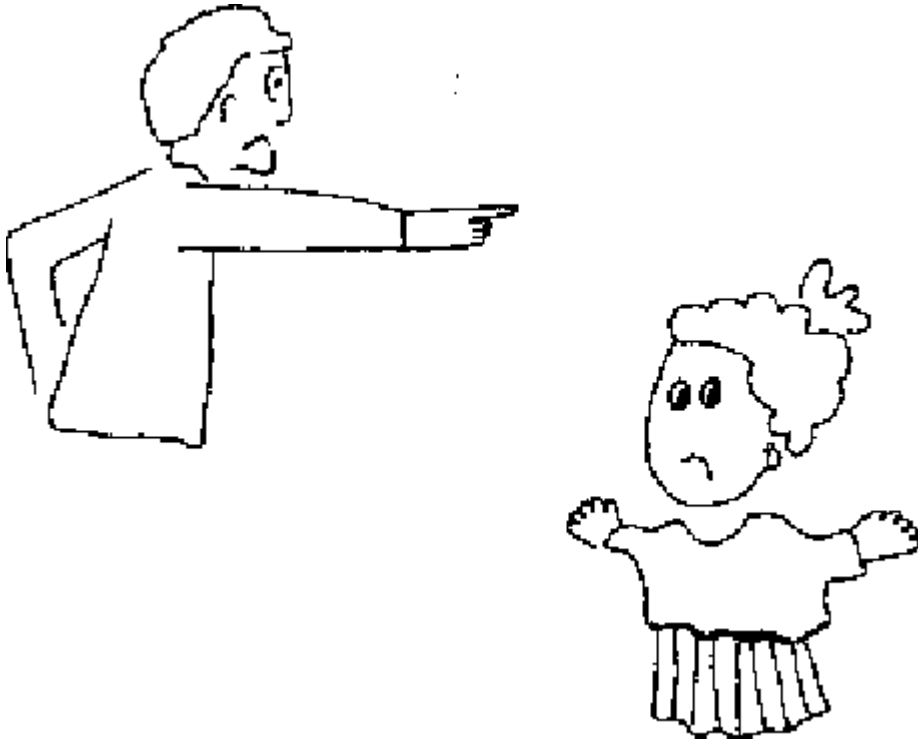
RESPONSABILIDAD

ASUME SU RESPONSABILIDAD

FRASES

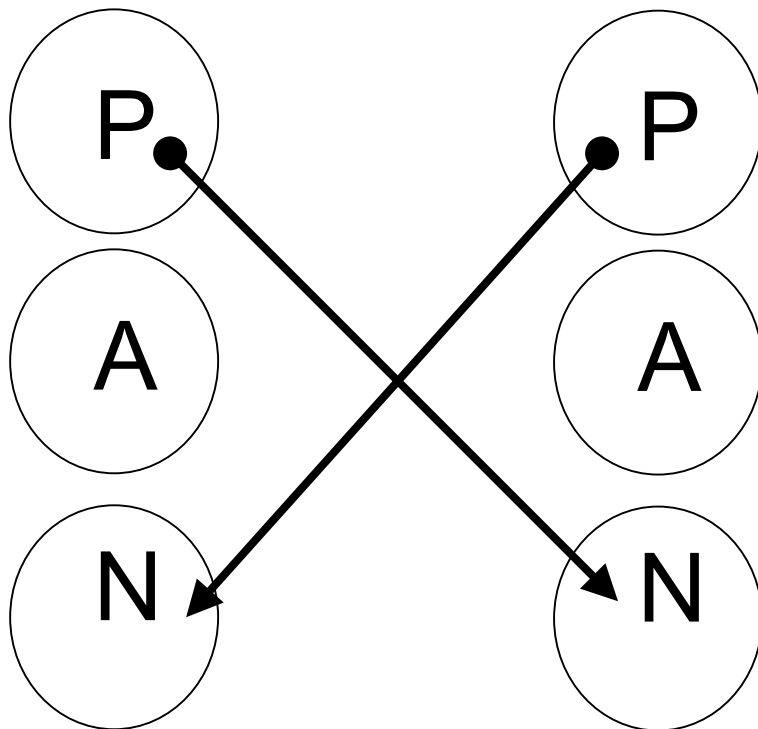
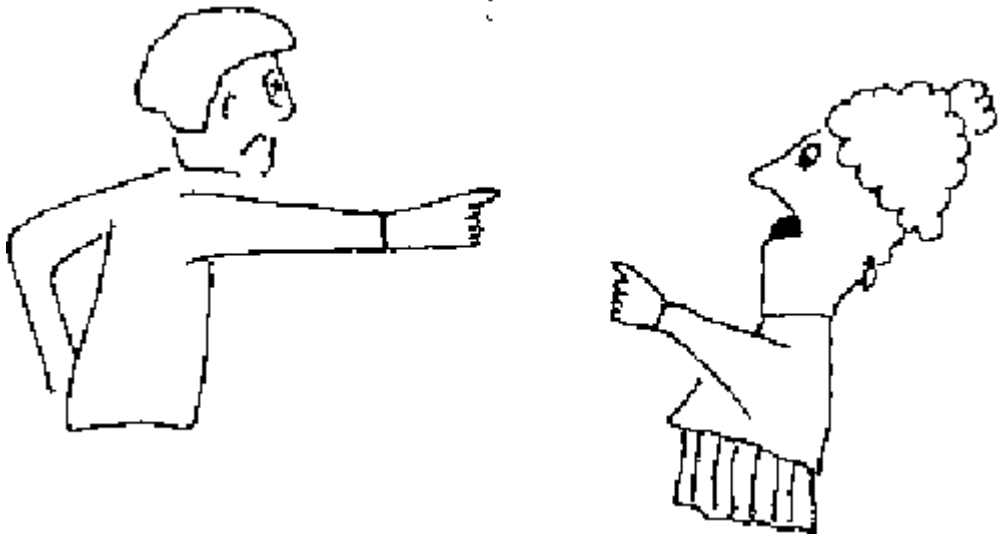
**"YO OPINO" "A MÍ ME PARECE QUE"
"DE ACUERDO A LO QUE CONVENIMOS"**

INTERACCIÓN LIMITANTE

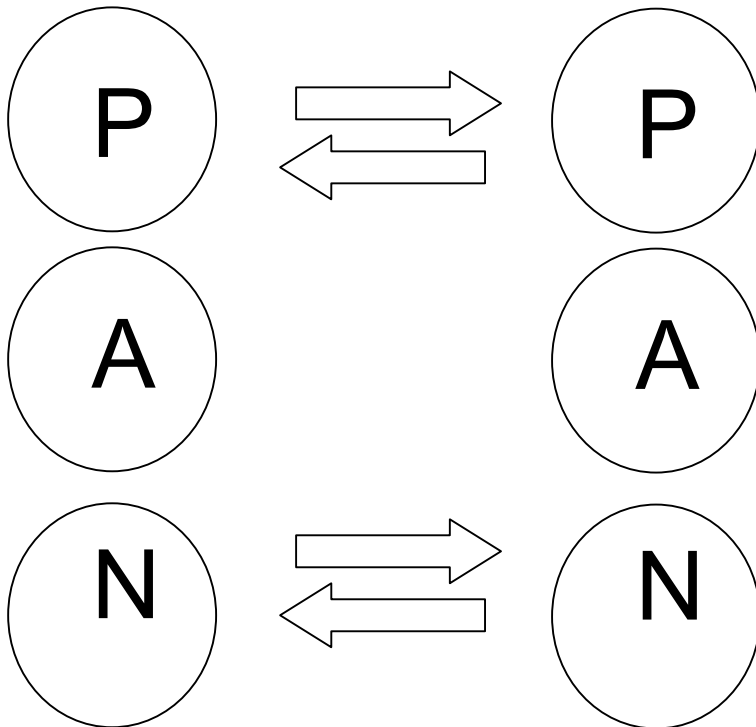


Ayuda

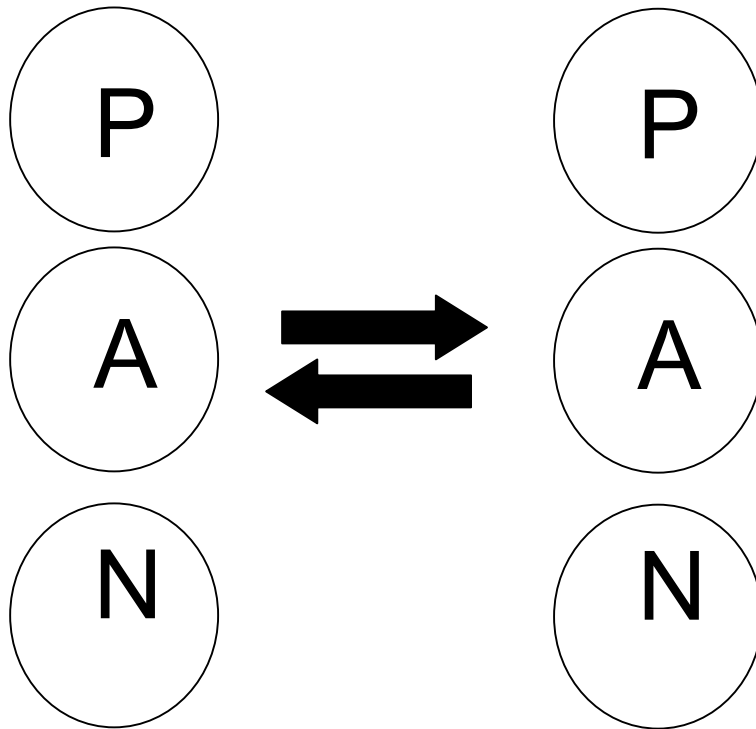
INTERACCIÓN CONFLICTIVA



INTERACCIONES ESTÉRILES



RELACIÓN ADULTO-ADULTO



ES LA ÚNICA FORMA DE RELACIÓN ENTRE PERSONAS MADURAS, QUE PERMITE LA SOLUCIÓN CONSTRUCTIVA DE PROBLEMAS.

HERRAMIENTAS DEL ADULTO

1. **TONO DE VOZ CÁLIDO Y COOPERATIVO**
2. **"YO HARÉ QUE"** nunca use:
"YO TRATARÉ DE..."
3. **"PODRÍA USTED"POR FAVOR**
en lugar de ordenar
4. **"USTED PUEDE"**
en lugar de usar "no"

PASOS EN EL PROCESO DE CAMBIO DE HÁBITO

1. INCOMPETENCIA INCONCIENTE

2. INCOMPETENCIA CONCIENTE

3. COMPETENCIA CONCIENTE

4. COMPETENCIA INCONCIENTE