

Integrantes

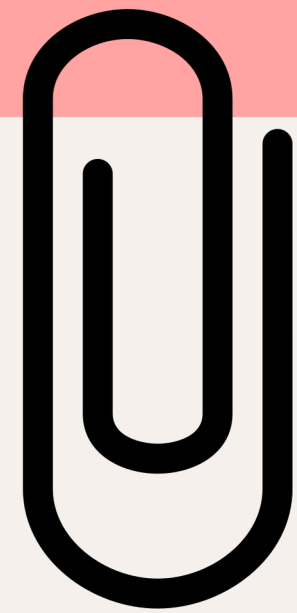
Eduardo López Méndez

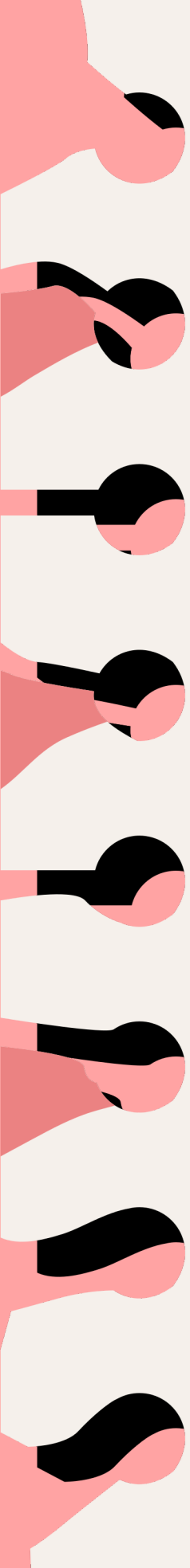
Sofia Ramos López

Natividad Landero Rodriguez

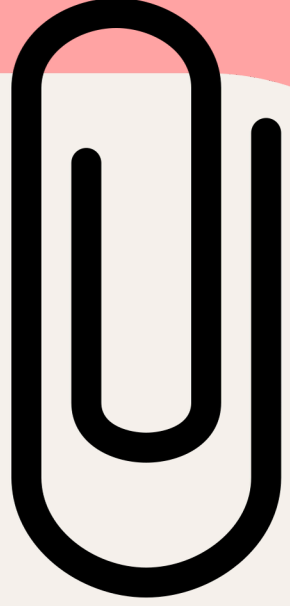
José Guillermo Vázquez Sánchez

Esthefania Méndez Cerino





Principal concepto para el equipo, el mas importante y por que Comunicación intrapersonal



La comunicación intrapersonal es importante porque, en pocas palabras, es el diálogo que tenemos con nosotros mismos, y ese diálogo marca la forma en que actuamos, decidimos y nos relacionamos con los demás.

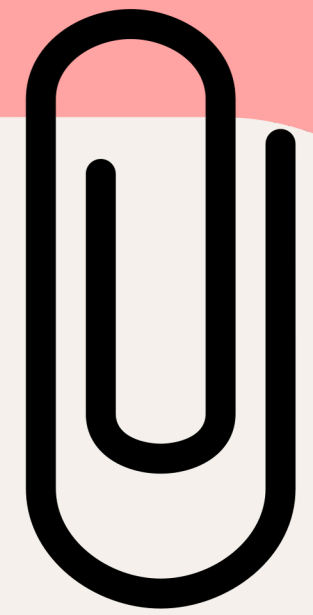
**Principal concepto para el equipo,
el mas importante y por que**

Comunicación intrapersonal

Si lo piensas, todo el tiempo estamos hablando internamente: cuando analizamos algo que nos pasó, cuando nos preparamos para decirle algo a alguien, o incluso cuando nos regañamos o nos damos ánimos. Esa voz interna puede ser tanto un motor que nos impulsa como un freno que nos limita, dependiendo de cómo la manejemos.



¿Qué aprendimos?



Al realizar esta tarea aprendimos que la comunicación intrapersonal es fundamental porque es el punto de partida para todo lo que hacemos y decimos.

Descubrimos que este diálogo interno nos ayuda a reflexionar, a tomar decisiones más conscientes y a regular nuestro comportamiento según lo que creemos correcto.



¿Qué podemos mejorar?



Como equipo podemos mejorar siendo más organizados, repartiéndonos mejor las tareas y comunicándonos más seguido para que el trabajo salga parejo y más rápido.

