



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Programa de intervención para el desarrollo de la asertividad
en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa
de **Chimbote, 2020****

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Intervención Psicológica

AUTORA:

Rodríguez Zelada, Loly Ximena (ORCID: 0000-0002-4817-4523)

ASESOR:

Dr. Rodríguez Vega, Juan Luis (ORCID: 0000-0002-2639-7339)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Modelos de Intervención Psicológica

TRUJILLO – PERÚ

2021

Dedicatoria

A Dios por otorgarme salud, sabiduría y fortaleza para caminar hacia el logro de mis metas. A mis padres por todo su amor, apoyo y comprensión. Ustedes me motivan a querer ser una mejor versión de mi cada día, gracias por escucharme, orientarme y ser mi soporte siempre que los necesito.

Agradecimiento

A mis asesores de tesis, Dr. Juan Luis Rodríguez Vega, Mg. Lourdes Zhuleim Ágreda Romero y Dra. Carmen Cristina Campos Maza, por su dedicación, paciencia y profesionalismo al brindarme sus conocimientos con el fin de preservar la calidad en el desarrollo de las investigaciones de la Escuela de Posgrado de la Universidad.

A la directora de la Institución Educativa “La Libertad”, Mg. María Ordoñez, por su colaboración al brindarme las facilidades para que el presente trabajo de investigación se lleve a cabo en la mencionada institución; asimismo, a los estudiantes que participaron, gracias por su tiempo y colaboración.

A todos los docentes, que han impartido sus conocimientos conmigo durante la maestría, gracias por su dedicación y desprendimiento a la hora de enseñarnos información valiosa que contribuye a nuestra formación profesional.

A mis amigos, por su amistad y apoyo, por darme ánimos y estar junto a mi cuando los necesito. A mis compañeros, por el tiempo, las experiencias compartidas y el compañerismo demostrado durante la maestría

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA	18
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	18
3.2. Variables y operacionalización.....	18
3.3. Población, muestra y muestreo.....	20
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	20
3.5. Procedimientos.....	22
3.6. Método de análisis de datos.....	22
3.7. Aspectos éticos.....	23
IV. RESULTADOS.....	24
V. DISCUSIÓN	28
VI. CONCLUSIONES.....	32
VII. RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS.....	34
ANEXOS	

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1: Nivel de Asertividad general en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.....	27
Tabla 2: Nivel de Auto Asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.....	28
Tabla 3: Nivel de Hetero Asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.....	29
Tabla 4: Nivel de Asertividad general según el sexo en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.....	30

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo conocer los niveles de asertividad en los estudiantes del nivel secundaria y como es que se puede fomentar el desarrollo de la misma a través de un programa de intervención. Para este fin, se realizó una investigación de tipo aplicada, de diseño descriptiva – propositiva, no experimental. La población estuvo conformada por 60 estudiantes del quinto grado de secundaria, varones y mujeres cuyas edades fluctúan entre los 15 y 17 años. La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y se empleó el Autoinforme de la Conducta Asertiva (ADCA-1), elaborado por García y Magaz (2003). Se diseñó un programa de intervención “Aprendiendo a ser asertivos” de 10 sesiones. Los resultados reportaron que el 72% de los estudiantes presenta un nivel bajo de asertividad general; mientras que el 8% presenta un nivel alto. En cuanto a la auto asertividad, un 80% presenta un nivel bajo y un 3% presenta un nivel alto. Según la hetero asertividad, un 50% presenta un nivel bajo mientras que un 13% se encuentra en el nivel alto.

Palabras claves: asertividad, auto asertividad, hetero asertividad, programa, intervención.

Abstract

The objective of this research was to know the levels of assertiveness in high school students and how it is possible to promote its development through an intervention program. For this purpose, an applied research was carried out, with a descriptive-propositional design, not experimental. The sample consisted of 60 fifth-grade students, male and female, whose ages fluctuate between 15 and 17. The technique used for data collection was the survey and the Assertive Behavior Self-Report (ADCA-1), prepared by García and Magaz (2003), was used. An intervention program "Learning to be assertive" of 10 sessions was designed. The results reported that 72% of the students present a low level of general assertiveness; while 8% present a high level. Regarding self-assertiveness, 80% present a low level and 3% present a high level. According to hetero assertiveness, 50% present a low level while 13% are at the high level.

Keywords: assertiveness, self assertiveness, hetero assertiveness, program, intervention.

I. INTRODUCCIÓN

En medio de la pandemia por COVID-19, la forma en la que interactuamos con los demás se ha visto afectada debido al cambio inesperado al cual nos ha sometido este virus. Si bien ahora vivimos en una era digitalizada, trabajando remotamente o estudiando a través de plataformas virtuales, muchas personas no han tenido más opción que permanecer juntas en confinamiento durante meses, presentándose una serie de conflictos entre miembros de familia, parejas y grupo de pares.

Los seres humanos somos seres sociales que nos comunicamos haciendo uso del lenguaje y esta acción a su vez es base para conocer y establecer vínculos con los demás; de hecho, este es un factor que nos diferencia de otras especies. Caballo (2007) refiere que, muchos de los problemas que tienen las personas se reducen en términos de déficit de habilidades sociales; y que la interacción persona – situación en el análisis funcional de la conducta es de gran importancia y como tal, considerando que el ser humano es un ser social, serán muy pocos los trastornos psicológicos en los cuales no intervenga el medio que lo rodea.

Dentro del grupo de las habilidades sociales se encuentra la asertividad, que es un medio de comunicación de conductas sociales que, suponen el respetarnos a nosotros mismos y a las personas con las cuales interactuamos (García y Magaz, 2003). La asertividad es un componente de suma importancia, pues influye positivamente en las relaciones interpersonales, que finalmente son beneficiosas para el ser humano, pues según De la Plaza (2008), los hombres y mujeres que se conducen con asertividad adquieren una calidad de vida mucho más óptima, interactúan mejor con los demás e incluso transmiten las buenas conductas a sus seres queridos; son individuos respetuosos, seguros de sí mismos, aceptándose sin prejuicios.

La oficina de Tutoría y Prevención Integral (OTUPI) del Ministerio de Educación del Perú (2003), realizó una investigación en escolares

adolescentes, la cual concluyó que 31 de cada 100 escolares evidenciaba deficiencias en sus habilidades sociales; quiere decir que el 31.3% no presentaba esta habilidad. Asimismo, el estudio en mención demostró que las escolares mujeres presentaban mayor habilidad social respecto a los sentimientos y los escolares varones una mayor habilidad social en cuanto a la auto afirmación personal.

El desarrollar una conducta asertiva trae consigo beneficios como la facilidad en la comunicación y reducción de malas interpretaciones, relaciones interpersonales satisfactorias, desarrollo de una autoestima saludable y emociones positivas hacia uno mismo y los demás (Roca, 2014). Asimismo, manifiesta que, la comunicación asertiva es un componente importante dentro de la salud mental, ya que las personas con bajos niveles de asertividad pueden experimentar sentimientos de retraimiento, baja autoestima, depresión, miedo y ansiedad en situaciones de interacción social.

En el ámbito educativo, el entrenamiento en asertividad puede generar un impacto positivo en los estudiantes, ya que la escuela es el espacio en donde no solo se adquieren conocimientos teóricos o académicos, sino también valores y actitudes positivas ante la vida. Una etapa muy interesante e importante para el desarrollo de las habilidades sociales es la adolescencia, debido a que esta es una etapa de formación en la que se suscitan diversos cambios tanto físicos como psicológicos y es ahí donde estos tópicos cobran especial relevancia (Ayvar, 2016). Un adolescente que posee un vasto compilado de habilidades sociales estará capacitado para entender y regular sus emociones, relacionarse y hacerle frente a cualquier situación que le demande su entorno (Sartori y López, 2015).

Ante la realidad descrita, se formula el siguiente enunciado: ¿Cómo sería un programa de intervención para el desarrollo de la asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de Chimbote, en el marco de la pandemia por COVID-19?

La presente investigación responde al interés por conocer los niveles de asertividad en los estudiantes y como se puede fomentar el desarrollo de la misma a través de un programa de intervención. Teniendo como justificación a nivel teórico, el generar conocimiento científico acerca de la variable asertividad en la ciudad de Chimbote. De la misma manera, a nivel social se busca contribuir positivamente al desarrollo de la conducta asertiva en los estudiantes adolescentes. Y a nivel práctico, se espera que los resultados se puedan replicar en otros contextos, para que se diseñen diversos programas en beneficio de las personas, ya que la asertividad es un factor de gran relevancia dentro de una adecuada interacción intra e interpersonal. Finalmente, la información que se espera obtener será punto de partida para futuras investigaciones que tengan la misma variable o línea de investigación; a su vez, permitirá el desarrollo de acciones de prevención o intervención en beneficio de la población en diferentes contextos.

De esta manera, se logró establecer como objetivo general el diseñar un programa de intervención para el desarrollo de la asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de Chimbote; y como objetivos específicos el conocer el nivel de asertividad, auto asertividad y hetero asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de Chimbote y fundamentar la importancia del programa de intervención para el desarrollo de la asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de Chimbote. Por último, la hipótesis es implícita por tratarse de una investigación descriptiva-propositiva.

II. MARCO TEÓRICO

La presente investigación posee antecedentes previos, a nivel internacional, Lobato (2020) en Argentina, desarrolló una investigación que tuvo por objetivo estudiar la relación entre los rasgos de personalidad y la asertividad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología, cuyas edades fluctuaban entre los 18 y 36 años. El estudio fue no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional. Se utilizó una muestra no probabilística incidental de 40 estudiantes, del cual el 71.8% fueron mujeres. Se aplicó el Inventario de Personalidad NEO-FFI y el Autoinforme de Conducta Asertiva ADCA-1. Los resultados señalaron la existencia de una correlación positiva entre el rasgo extraversión y el rasgo amabilidad en relación a las dimensiones autoasertividad y heteroasertividad. Asimismo, se descubrió una correlación negativa entre el rasgo neuroticismo y las dimensiones autoasertividad y heteroasertividad. A su vez, se pudo observar diferencias importantes entre los rasgos de personalidad y asertividad en relación al sexo, edad y nivel académico.

Burbano et al (2019) en Ecuador, realizaron un estudio para evaluar el impacto de un programa de intervención didáctico en la mejora de la conducta asertiva en estudiantes adolescentes de dos institutos preuniversitarios. La muestra estuvo constituida por 142 estudiantes entre 15 y 18 años y los instrumentos utilizados fueron el ADCA-1 y la Escala de Asertividad (EA). Como resultados, el programa tuvo un efecto positivo en los estudiantes, modificando la conducta de los mismos y promoviendo la asertividad.

Berrío y Toro (2018), en Colombia, llevaron a cabo un estudio cuyo objetivo fue el describir los niveles de auto y hetero-asertividad en 113 practicantes de psicología, para lo cual se utilizó el cuestionario ADCA-1. El estudio fue descriptivo, no experimental de tipo transversal. Los resultados obtenidos revelaron que todos los evaluados alcanzaron un puntaje alto en las dos variables de estudio, deduciéndose así, que tienden a ser asertivos. Sin

embargo, al comparar ambos niveles en estudio, se encontró que los practicantes son más heteroasertivos que autoasertivos.

González et al (2017), en México, realizaron una investigación que buscaba conocer la relación entre el nivel de asertividad, rendimiento académico y la ansiedad en 535 estudiantes de secundaria con un promedio de edad de 13 años. El estudio fue descriptivo y correlacional; se utilizaron la Escala de Conducta Asertiva para Niños y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños, ambas adaptadas para población infanto-juvenil. Los resultados indicaron diferencias por sexo en las variables de estudio y correlaciones significativas entre asertividad y ansiedad, entre asertividad y rendimiento académico y entre el rendimiento académico y el componente preocupaciones sociales de la escala de ansiedad.

Corrales et al (2016), en México, investigaron sobre la empatía, la comunicación asertiva y el seguimiento de normas, sumado a esto propusieron alternativas de convivencia a través de un programa para desarrollar habilidades para la vida. Los sujetos de estudio fueron 37 adolescente de entre 13 y 16 años del segundo año de secundaria. El estudio tuvo un diseño pre-post para evaluar el programa. Para medir los estilos de comunicación (pasiva, agresiva, asertiva), se utilizó un registro de frecuencia conductual, el cual se hizo durante el horario escolar. Como resultados, el estilo pasivo obtuvo un 15.3%, porcentaje, después de la intervención disminuyó a un 14%. Igualmente, la comunicación asertiva alcanzó un 53.4% que también disminuyó a un 32.3%. Finalmente, la comunicación agresiva hizo un 69.3% que también disminuyó a un 52.5%.

A nivel nacional, Mollinedo (2018) en Lima, realizó un estudio cuyo propósito fue describir la variable asertividad en los estudiantes del curso de inglés de los niveles básico, intermedio y avanzado, del centro de idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Para la recolección de datos se utilizó el Autoinforme de Conducta Asertiva (ADCA-1). La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo-descriptivo, de tipo no

experimental y de corte transversal. Los datos analizados arrojaron como resultados que el 76% evidenció un nivel bajo de asertividad, el 11% un nivel medio de asertividad y el 13% un nivel alto de asertividad. En cuanto a las dimensiones que forman parte de la prueba, se observó que el 74% presenta un nivel bajo de autoasertividad, el 15% un nivel medio y el 11% un nivel alto en la misma dimensión. Además, en la heteroasertividad se observó que el 53% de los estudiantes mostró un nivel bajo, el 31% un nivel medio y el 16% un nivel alto en la misma dimensión.

Tataje (2018), en Lima, realizó un estudio cuyo objetivo fue analizar la variable asertividad en estudiantes adolescentes del Colegio Privado BF Skinner. La muestra la conformaron 21 estudiantes entre el primero y quinto grado de secundaria. Para la recolección de datos se utilizó el instrumento Autoinforme de Conducta Asertiva ADCA-1. El estudio es descriptivo, cuantitativo, no experimental y de corte transversal. Los resultados evidenciaron que el 52.4% de los estudiantes presenta un nivel alto de asertividad y un 47.6% presenta un nivel medio de asertividad. En cuanto a la dimensión Autoasertividad, un 61.9% de los estudiantes obtuvieron un nivel alto y en la dimensión Heteroasertividad, un 46.7% de los estudiantes presentaron un nivel medio. Se concluye que, los estudiantes adolescentes mostraron un mayor nivel de asertividad, lo cual evidencia que se conserva el respeto por las cualidades personales y ajenas; asimismo, se expresan los sentimientos y pensamientos sin ofender a los demás.

Palacios (2017), en Lima, realizó un estudio sobre asertividad y agresividad en estudiantes de dos instituciones educativas públicas del distrito de Puente Piedra. La investigación fue de tipo descriptivo-correlacional, con diseño no experimental y de corte transversal. La muestra la conformaron 260 estudiantes del cuarto y quinto año de secundaria. El instrumento empleado para la recolección de datos fue el ADCA 1 y el cuestionario de agresividad de Buss y Perry. Los resultados indicaron que solo el 31.2% de los evaluados presentan una asertividad adecuada, mientras que el 31.9% presenta un nivel promedio de asertividad. Por último, el 36.9% presenta bajo nivel de

asertividad. Se concluyó que existe una correlación significativa entre asertividad y agresividad en los estudiantes investigados.

Mathews (2017), en Piura, desarrolló un estudio que tuvo por finalidad el analizar la relación entre la asertividad y los valores interpersonales en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa pública. El estudio posee un diseño de tipo descriptivo-correlacional. Se trabajó con una muestra de 206 estudiantes varones y mujeres del cuarto y quinto año de secundaria. Para la evaluación, se empleó el Autoinforme de la Conducta Asertiva (ADCA-1) y el Cuestionario de Valores Interpersonales (SIV). Los resultados concluyeron que, entre los participantes prevalece un nivel medio en los indicadores heteroasertividad y autoasertividad. De igual manera, se encontró una correlación positiva significativa y en grado medio entre la asertividad y los valores interpersonales; una correlación positiva significativa y en grado medio entre la asertividad y el indicador conformidad; una correlación muy significativa negativa y en grado medio entre autoasertividad y Reconocimiento. Por último, se determinó que existe una correlación muy significativa positiva y en grado medio entre la heteroasertividad y los indicadores soporte y liderazgo de los valores interpersonales; y una correlación muy significativa negativa y en grado medio entre heteroasertividad y Reconocimiento.

Ayvar (2016), en Lima, llevó a cabo una investigación que tuvo por objetivo determinar la relación entre autoestima y asertividad en adolescentes de educación secundaria de una escuela pública y una particular en el distrito de Santa Anita. La muestra estuvo constituida por 220 estudiantes de ambos colegios, de los cuales 106 era varones y 114 mujeres, entre 11 y 15 años de edad, del primero al cuarto de secundaria. Se utilizó el Inventario de Stanley Coopersmith forma escolar y el Autoinforme de Conducta Asertiva de García y Magaz. Los resultados revelaron que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y la asertividad en los estudiantes participantes.

A nivel local, Rodríguez y Noé (2017) en Chimbote, investigaron sobre la relación que existe entre el acoso escolar y la asertividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional. La muestra estuvo conformada por 273 estudiantes varones y mujeres del primero al quinto año de secundaria. Para la evaluación, se empleó el Auto-Test de Cisneros de acoso escolar y el ADCA-1 para la asertividad. Como resultado, se encontró que existe correlación entre la autoasertividad y las escalas de acoso escolar. A su vez, se evidenciaron correlaciones entre la heteroasertividad y las escalas de acoso escolar. De igual forma, se halló que en la autoasertividad obtuvieron un nivel medio de 44.0% y un nivel alto de 29.3%; y en cuanto a la heteroasertividad, existe también un predominio de nivel medio con 42.1% y el nivel alto con 29.7%

En cuanto a las bases teóricas son necesarias para empezar a entender el origen de la asertividad, por lo tanto se hará un recorrido por los antecedentes históricos de la misma, encontrando que este término proviene de la palabra “aserción”, que no es más que el afirmar la certeza de algo (RAE, 2014). Asimismo, la asertividad nace en Estados Unidos dentro de la terapia de conducta, pues de acuerdo a Caballo (1983), es Joseph Wolpe quien en 1958, fue el primero en utilizar la palabra “aserción” en su obra “Psicoterapia por inhibición recíproca”. Luego, años más tarde Wolpe y Lazarus (1966), señalan al “entrenamiento asertivo” como una técnica conductual en su libro denominado “Técnicas de terapia de conducta”. Pero es a partir de la década de los setenta que el concepto de la asertividad alcanza mayor notoriedad, debido a que Alberti y Emmons (1978) publican el primer libro que aborda únicamente a la asertividad; asimismo, se llegó a considerar al entrenamiento asertivo como el método más idóneo para tratar las dificultades que puedan darse dentro de las relaciones interpersonales.

Ahora bien, pasemos a definirla. Según Alberti y Emmons (1978), quienes fueron pioneros en el tema, la asertividad es una conducta que nos permite dar a conocer nuestros sentimientos, expresar mensajes de forma calmada con la intención de hacer valer nuestros intereses o ejecutar acciones siempre

respetando los derechos de los demás. En la opinión de Riso (1988), la conducta asertiva es aquella que, sin ansiedad ni distorsiones cognitivas, nos permite expresar afecto, aprobación, recibir y emitir elogios; a su vez, expresar desacuerdo, poder decir no, defendiendo nuestros intereses y respetando los derechos de los demás. Del mismo modo, Güell y Muñoz (2000) consideran a la asertividad una conducta por la cual expresamos adecuadamente nuestras emociones dentro de las relaciones, dejando de lado las conductas ansiosas o agresivas. A su vez, García y Magaz (2011) describen a la asertividad como la característica que engloba la “clase de conductas sociales” que suponen el respetarnos a nosotros mismos y a las personas con las cuales interactuamos.

De esta manera, podemos observar que los autores antes mencionados, describen a la asertividad como una conducta. Al respecto, Caballo (2007) plantea que una persona puede comportarse de forma asertiva o no asertiva en diferentes situaciones, por lo cual no se puede decir que alguien es o no asertivo; por lo tanto la asertividad no es un “rasgo” de las personas. De modo similar, Naranjo (2008) señala que la asertividad forma parte de las habilidades sociales, puesto que no es un aspecto de la personalidad del individuo, sino una conducta; por ende, es posible entrenar a las personas con el fin de mejorar sus habilidades sociales.

A continuación, es pertinente revisar las teorías que giran en torno a la asertividad y que sirvieron para dar vida y forma a este constructo. Dentro de la teoría conductual, Gaeta y Galvanovskis (2009), indican que el aprendizaje de la asertividad encuentra respaldo en los aportes de Iván Pávlov, quien se encargó de estudiar el proceso por el cual las personas y animales se adaptan a su medio ambiente. En cuanto a las personas, si predominan fuerzas excitatorias se verán enfocadas a la acción y afectivamente libres; sin embargo, si predominan fuerzas inhibitorias se verán confundidas y atemorizadas, sus emociones serán reprimidas y habrá una tendencia por realizar acciones en contra de su voluntad.

De acuerdo con Samanez y Alva (2016), para el enfoque conductual son las relaciones interpersonales las que forman a la asertividad, puesto que son constantes y pueden variar a consecuencia de un determinado comportamiento; teniendo como objetivo el entrenamiento en resolución de conflictos en pro de desarrollar habilidades sociales. A su vez, Naranjo (2008) plantea que dentro de la asertividad existen técnicas propuestas por la teoría conductual, cuyo fundamento es que cuando un individuo cambia su accionar, también cambian su actitud y su forma de sentir. Dicho esto, podemos decir que la asertividad puede situarse dentro de la psicología conductual.

Por otro lado, el enfoque conductual desde la óptica del aprendizaje social de Bandura (1969), sugiere que la conducta asertiva o no asertiva se adquiere a través del observar a modelos que resulten significativos; por lo tanto, refiere Flores (2002), el individuo adquiere el comportamiento que observa en los demás, logra diferenciar lo bueno de lo malo y se apropia de lo que considera suma valor a su vida. Por consiguiente, Zaldívar (1994) sugiere que estos planteamientos permiten concebir a la asertividad como una conducta dinámica, cuya presencia y adquisición están sujetas al medio en el cual se desenvuelve una persona.

Ahora bien, respecto al enfoque cognitivo, teniendo en cuenta a Swenson (1984); citado en Tataje (2018), considera que el origen de la conducta asertiva se ubica dentro de las estructuras mentales del individuo, en lo referente a lo que cree de sí mismo y la relación que posee con el medio que lo rodea. Asimismo, se toma en cuenta la forma en como el individuo se percibe, ya que si es positiva habrá más posibilidad de ser respetuoso con su entorno y por ende actuar asertivamente; por el contrario, si es negativa habrá la tendencia de modificar las creencias de miedo y devaluación por unas más acorde al contexto en el cual se encuentre. De modo similar, Lange y Jakubowski (1976) sostienen que para el entrenamiento asertivo es fundamental agregar cuatro métodos básicos: tener clara la diferencia entre ser asertivo y agresivo; ayudar a reconocer y aceptar los propios derechos y de los demás; disminuir las barreras emocionales y cognitivas con el fin de

actuar asertivamente y disminuir los pensamientos erróneos, ansiedad, sentimiento de culpa y asimismo generar habilidades asertivas por medio de la práctica de estos procedimientos.

Desde otra perspectiva, según Flores (2002) la corriente humanista considera al constructo asertividad como un método para lograr la autorealización de un individuo. Además, este enfoque guarda relación con la pirámide de las necesidades humanas de Maslow (1982) en la cual propone que, para llegar a la autorealización una persona debe realizar las actividades que la lleven a satisfacer sus necesidades primarias; no obstante, para alcanzar esa meta debe dejar de lado acciones limitantes que la alejen de dicho propósito.

Es necesario conocer cómo son las personas asertivas y qué las caracteriza. Desde el punto de vista de Riso (2002), las personas más transparentes, expresivas en la comunicación y seguras de sí mismas son aquellas que se conducen bajo una conducta asertiva; y no necesitan pedir perdón con frecuencia, puesto que al ser honestas y directas evitan que aflore el resentimiento. De igual forma, Neidharet et al (1989), afirman que la sinceridad es el rasgo más característico de las personas asertivas; asimismo, pueden identificar cuáles son sus necesidades a fin de poder comunicárselas a los demás con claridad y firmeza; incluso entienden y aceptan que las otras personas tienen el mismo derecho de expresar y hacer válidas sus necesidades, por lo cual hacen sus reclamos con educación y escuchan las demandas del resto con respeto.

Según Güell y Muñoz (2000), una persona asertiva impide que la manipulen, pues demuestra autonomía en sus interacciones interpersonales, es dueña de una autoestima alta, tiene la capacidad de regular sus emociones y se muestra respetuosa hacia el resto. Estos autores señalan que a conducta asertiva puede ser difícil de poner en práctica, pues en el proceso de interacción se puede aprender el ser pasivo; así como también, los medios de comunicación o una educación competitiva pueden promover una conducta agresiva. Por lo tanto, comportarse asertivamente puede significar nadar contra la corriente,

pues se va en contra de lo que comúnmente se practica en el día a día. Por este motivo, Castanyer (2006) argumenta que todo individuo posee un compilado de conductas agresivas, pasivas y asertivas; por lo cual la aparición de una de estas se encuentra sujeta a la situación en la que se encuentre la persona.

Riso (2002), plantea que existen indicadores de expresión verbal y no verbal dentro de la asertividad; y los explica de la siguiente manera:

Mirar a los ojos: Una mirada escurridiza es propia de las personas poco asertivas. La persona asertiva no huye su mirada, más bien la sostiene el tiempo necesario para generar un contacto adecuado. Cuando se evade la mirada, el interlocutor puede sentir desconfianza, ya que asume que algo no anda bien con la otra persona, que está intentando ocultar algo o que no lo respeta como tal.

El volumen de la voz: Las personas que se cohíben ante figuras de autoridad suelen bajar el tono de su voz, ya que de esa forma consideran que el receptor no se ofenderá por el mensaje que desean transmitir. Quienes son poco asertivos usan un tono de voz demasiado bajo, lo cual hace que se vean ante los demás como retraídas o inseguras.

Modulación y entonación de la voz: Una buena entonación comunica y genera interés. Si el interlocutor es apático, la persona se sentirá poco valorada. Cuando al hablar se carece de entonación y modulación, se genera aburrimiento, indiferencia e incluso pereza de hacer réplica.

Fluidez verbal: Esto demanda ser espontáneo y seguro de sí mismo, pues si se toma mucho tiempo para responder o si se piensa demasiado, el oyente se angustia por la espera. Las personas poco asertivas creen que cada interrogante es un problema a resolver, por lo cual hacen uso de muletillas, silencios entre frases, repeticiones, explicaciones innecesarias y disculparse

varias veces. El dialogar con alguien que no posee fluidez, causa desesperación e impaciencia.

La postura: Transmite actitudes y la persona no asertiva, a través de su postura, comunica que no desea molestar. Acercarse emocionalmente a alguien que no se acepta tal y como es resulta complicado, Por lo general, ser sumiso/a genera rechazo.

Los gestos: El gesto es la modulación del cuerpo. Va de la mano con el lenguaje (no verbal), lo complementa y da sentido. El rostro es la parte del cuerpo que más información nos revela, puesto que cuando observamos a alguien no solo nos fijamos en los ojos sino en otros rasgos como las cejas, la boca, etc. En las personas no asertivas los gestos suelen no ir acorde con el lenguaje hablado, ya que se presenta cierta ambigüedad en el mensaje; por ejemplo, verbalmente pueden decir que sienten alegría, pero su rostro denota tristeza. Cuando se dialoga con una persona de carente expresión gestual se siente desconcierto y desconfianza.

El contenido verbal del mensaje: Es poner en palabras lo que se desea transmitir. El mensaje debe ser directo, claro y respetuoso de los derechos de los demás. Existen personas que, por temor o inseguridad, dicen cosas opuestas a lo que realmente sienten o piensan. Se dice que cuando una persona no dice lo que piensa, se genera indignación.

Por su parte, Roca (2014) sugiere que las personas asertivas poseen una serie de emociones, pensamientos y conductas que las caracterizan, las cuales son:

Se conoce a sí mismo/a, y tiende a ser consciente de lo que siente y desea en cada momento.

Se acepta sin condiciones, independientemente de sus logros o de lo que piensen los demás. Es por eso que cuando pierde o gana, cuando tiene un éxito o cuando no alcanza sus objetivos, mantiene siempre el respeto hacia su persona.

Se hace responsable de su vida y sus emociones y se mantiene fiel a sí mismo sin importa la circunstancia. Por ende, posee una actitud positiva y se esfuerza en lograr sus objetivos.

Maneja y comprende sus sentimientos y los de los demás de forma adecuada. Por eso, no siente más ansiedad de la necesaria, es capaz de lidiar con los conflictos, fracasos o éxitos de una forma calmada.

No es exigente con lo que quiere, pero tampoco se engaña a sí mismo/a pensando que no le interesan.

Acepta todas sus limitaciones, pero a la vez lucha pone todo su esfuerzo por realizar lo que está en sus posibilidades.

Se valora y respeta así mismo/a y a los demás. Tiene la capacidad de dar a conocer sus derechos, al mismo tiempo respeta el derecho de los demás.

Tiende a mantener una comunicación fluida, abierta, directa y sincera con todos los niveles, amigos, familiares y extraños.

En lo posible elige a las personas que lo rodean y amable, pero con firmeza, define quiénes son sus amigos y quiénes no.

Un elemento fundamental que nos brinda soporte al momento de actuar asertivamente, son los derechos asertivos. Sosa (2011), afirma que existe una

relación entre la presencia de la asertividad y el grado de respeto que una persona tiene para sí misma y para los demás, por lo cual debe utilizar los derechos asertivos. Asimismo, García y Magaz (2011) plantean que el fundamento de la conducta asertiva está en un conjunto de valores obtenidos a través del aprendizaje social, los cuales respaldan las actitudes con las cuales actuamos en determinados contextos. Estos autores proponen que todos los seres humanos, por su naturaleza, puede: actuar de modo distinto a como los demás esperarían que actuara; realizar las cosas de forma imperfecta.

Cometer errores; olvidar algo; pensar de forma autónoma y distinta; modificar su punto de vista; admitir críticas o quejas con fundamento; refutar críticas o quejas que sean injustas; decidir qué cosas son o no importantes; no prestarle atención a algo; no comprender algo; elaborar peticiones; negar peticiones; dar a conocer sus sentimientos; dar y recibir elogios.

Ahora bien, para tener una idea más clara de los componentes de la asertividad, es necesario conocer sus dimensiones. Sobre este punto, García y Magaz (2003) proponen dos constructos como dimensiones de la asertividad, los cuales son:

La Auto-Asertividad: considerada la clase de comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los propios sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de uno mismo/a.

La Hetero-Asertividad: considerada la clase de comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de las demás personas.

Dicho esto, según García y Magaz (2003), la conducta asertiva se diferencia y caracteriza por reunir ambas cualidades, pudiendo así, clasificar los estilos de interacción social en cuatro tipos:

Pasivo: Estilo que se caracteriza por la presencia de un escaso nivel de autoasertividad y un elevado nivel de heteroasertividad. Este estilo se ajusta a las personas con autoestima baja, inseguras, las cuales no se consideran dignas de respeto o consideración; sin embargo, sí tienen respeto hacia los demás.

Agresivo: Estilo que se caracteriza por la presencia de un elevado nivel de autoasertividad y un escaso nivel de heteroasertividad. Este estilo se ajusta a las personas que se creen superiores o que están por encima de los demás, a quienes suelen desestimar.

Asertivo: Estilo que se caracteriza por la presencia de un equilibrio entre los niveles medio o alto de la auto y hetero-asertividad. Este estilo se ajusta a las personas con adecuada autoestima, seguras, que se estiman así mismas y a los demás, las cuales se consideran dignas de respeto y consideración.

Pasivo-Agresivo: Estilo que se caracteriza por la presencia de un escaso nivel de auto y heteroasertividad. Este estilo se ajusta a las personas con autoestima baja, inseguras, que no se respetan así mismas ni a los demás; de esta forma, acumulan rabia producto de las constantes frustraciones y agresiones que experimentan por parte de los demás.

Algo semejante ocurre con Riso (2002), quien nos brinda su concepción acerca de estos estilos de interacción social; no sin antes, sostiene que la existencia de tres principios importantes que rigen a las personas asertivas, los cuales son la tolerancia, la prudencia y la responsabilidad. En cuanto al principio de la tolerancia, este autor refiere que la persona asertiva es

tolerante, excepto cuando sus intereses personales se ven amenazados; su propósito es equilibrar deberes y derechos. Por el contrario, la persona agresiva es intolerante y autoritaria, considera que sus derechos son superiores y desestima los ajenos. Por otro lado, la persona sumisa ejerce una exagerada e indiscriminada tolerancia, maximiza sus deberes y desestima sus propios derechos. En cuanto a la prudencia, considera que si esta se encuentra ausente no es posible que una persona sea asertiva, puesto que la prudencia exige el pensar antes de actuar; es saber prevenir y anticiparse de forma responsable; permite el evaluar el antes de algo, con el fin de no tener que lamentarse luego, ya que la asertividad sin prudencia corre el riesgo de convertirse en agresión. Respecto al principio de la responsabilidad, señala que se da a nivel interpersonal, ya que no es posible conducirse de forma asertiva sin contar con una ética de la responsabilidad; en otras palabras, debemos tomar en cuenta los derechos de los demás, porque ser asertivo implica defender nuestros intereses sin lastimar o lastimar lo menos posible a los demás.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

La presente investigación es de tipo aplicada, ya que su objetivo principal, según Salas (2000), es la búsqueda de soluciones a problemas prácticos. Asimismo, tiene un diseño descriptivo – propositivo, pues está orientada a determinar cómo es o cómo está el contexto en el que se encuentran las variables de estudio (Pineda y Alvarado, 2008); además busca conocer el nivel de asertividad en los estudiantes con el fin de generar una línea base que asista al diseño de un programa para desarrollar la asertividad con miras a aplicarse en el futuro. Por último, es un estudio no experimental, porque las variables no se manipulan intencionalmente, sino que se observan los fenómenos tal y como ocurren en su ambiente natural (Hernández et al, 2014).

3.2. Variables y operacionalización

Variable independiente: Programa de intervención

Definición conceptual: Programa de intervención psicológica orientado al desarrollo de la asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.

Definición operacional: Programa de intervención conformado por 10 sesiones grupales de 60 minutos cada una, dirigido a los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.

Dimensiones: Programa de 10 sesiones para el desarrollo de la asertividad.

Indicadores: Planificación, Ejecución y Evaluación

Variable dependiente: Asertividad

Definición conceptual: García y Magaz (2011) describen a la asertividad como la característica que engloba la “clase de conductas sociales” que suponen el respetarnos a nosotros mismos y a las personas con las cuales interactuamos.

Definición operacional: La evaluación de la variable en estudio se realizará a través de la aplicación del Autoinforme de Asertividad ADCA-1 de García y Magaz (2003), a estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.

Dimensiones: Auto-Asertividad; considerada la clase de comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los propios sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de uno mismo/a. Y la Hetero-Asertividad; considerada la clase comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de las demás personas.

Indicadores: Auto-asertividad, para García y Magaz (2011), está considerada como la clase de comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los propios sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de uno mismo/a. Por otro lado, la Hetero-Asertividad es considerada la clase comportamientos que tienen que ver con la expresión sincera y amable de los sentimientos y con el respeto a los valores, gustos, preferencias o deseos de las demás personas (García y Magaz, 2011).

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Conjunto de sujetos o hechos a los cuales se pretende estudiar en general (Salas, 2000). La población está constituida por 60 estudiantes del quinto grado de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, de ambos sexos, cuyas edades fluctúan entre los 15 y 17 años.

Muestra: Es la parte de la población elegida cuidadosamente como representante de todo el conjunto, para que con ella los datos encontrados puedan ser generalizados a todo el grupo. (Salas, 2000). En este caso, la muestra está conformada por la totalidad de la población.

Muestreo: No aplica en el presente estudio.

Criterios de inclusión: Todos los estudiantes que accedieron a participar y que se encuentren en el quinto grado de secundaria.

Criterios de exclusión: Estudiantes que no se presentan a la evaluación, no completan el instrumento o no cumplen con el rango de edad o nivel académico.

Unidad de análisis: 60 estudiantes del quinto grado de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, cuya finalidad es la obtención de información de los sujetos de estudio brindadas por ellos mismos (Pineda y Alvarado, 2008). Para la presente investigación, se empleó el Autoinforme de la Conducta Asertiva (ADCA-1), elaborado por García y Magaz (2003), de procedencia española. La

cual es aplicable a partir de los 12 años en adelante; su administración es individual o colectiva; la duración es de 20 minutos aproximadamente. Está compuesto por 35 ítems; de los cuales 20 evalúan la Autoasertividad (grado en que la persona es capaz de hacer valer y otorgarse los derechos asertivos básicos) y 15 están relacionados a la Heteroasertividad (respeto que tiene la persona por los derechos asertivos básicos de los demás); y consta de una escala de Likert con 4 alternativas de respuesta, las cuales son “Casi Nunca (CN)”, “A veces (AV)”, “A Menudo (AM)” y “Casi Siempre (CS)”.

Validez: Lizárraga (2011), afirma que, para validar el ADCA -1 se utilizó el método de juicio de expertos, el cual estuvo conformado por seis expertos en el tema, los cuales otorgaron una puntuación de 1 a cada elemento de ser positivo y 0 en caso negativo, obteniendo, como resultado final de los expertos, un puntaje afirmativo de forma unánime. En tal sentido, con el fin de comprobar la validez del instrumento, se elaboró un análisis factorial confirmatorio, según el índice Kayser Meyer Olkin, a través del cual se obtuvo una puntuación de 0.72. Este índice señala que, es apropiado al resultado obtenido, debido a que el valor se encuentra dentro del rango de 0.5 – 1. Y en el test de esfericidad de Bartlett, el resultado fue una significación de 0.00. Se concluye que el ADCA-1, es un instrumento adecuado y válido para la investigación.

Confiabilidad: Lizárraga (2011) plantea que, las sub escalas de autoasertividad y heteroasertividad son confiables debido a los resultados de la sub escala de autoasertividad, la cual presenta una consistencia interna de Alfa de Cronbach que asciende a 0.81. Asimismo, los resultados de la sub escala de heteroasertividad muestra una consistencia interna de Alfa de Cronbach, que asciende a 0.79. Concluyendo que es confiable el instrumento de evaluación de asertividad ADCA-1. Para esta muestra se calculó la fiabilidad y el resultado total obtenido es de 0.80, el cual, significa que el valor de la consistencia interna es el más adecuado al encontrarse dentro de la

tendencia de confiabilidad de Alfa de Cronbach. Sin embargo, del resultado obtenido se afirma que la asertividad de 0.80 en el rango de aceptable con tendencia a bueno y una autoasertividad de 0.67 con tendencia a aceptable. A su vez, se obtuvo una heteroasertividad de 0.72, que nos indica que el índice obtenido también se encuentra en el rango de aceptable. Por último, los valores obtenidos tanto de asertividad como de sus dos dimensiones se hallan en el rango de los valores de consistencia indicados en las sugerencias del Alfa Cronbach.

3.5. Procedimientos

La presente investigación se inicia determinando cuál será el problema, la población, las variables de estudio y los objetivos a alcanzar, haciendo la búsqueda de la bibliografía correspondiente para la construcción del marco teórico. Luego, se solicita el permiso a la Institución Educativa para realizar la aplicación del Autoinforme de la Conducta Asertiva, a través de una carta solicitud emitida virtualmente por la Escuela de Posgrado de la universidad. Una vez aceptada la petición, la directora del colegio comunica a los padres de familia y a los profesores a cargo, que los estudiantes del nivel secundaria participarán de la presente investigación; asimismo, se les hará entrega del consentimiento informado. A continuación, se procede a elaborar un formulario de Google con las preguntas del instrumento, el mismo que se alcanzará a los estudiantes por medio de un enlace para que puedan responder y así recolectar los datos.

3.6. Método de análisis de datos

Se elaboró una base de datos en el programa Microsoft Office Excel; de igual forma, se aplicó la estadística descriptiva, la cual arrojó datos que se agruparon en tablas y gráficos estadísticos para el correspondiente análisis, interpretación y contraste con estudios previos.

3.7. Aspectos éticos

En lo concerniente a los aspectos éticos, se consideró lo sugerido por el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), cuyo artículo 24 indica que, en toda investigación se debe contar con el asentimiento informado de los participantes. Asimismo, el artículo 35 postula que no se deberá modificar la información obtenida en la investigación, con el fin de brindar conclusiones acordes al contexto real. Finalmente, los artículos 57, 58 y 59 hacen referencia a no hacer de conocimiento público los datos de los participantes, con el fin de preservar su derecho a la privacidad y nuestro secreto profesional.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de Asertividad general en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2020.

ASERTIVIDAD	N°	%
ALTO	5	8%
MEDIO	12	20%
BAJO	43	72%
TOTAL	60	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 1, se puede observar que en la muestra de estudiantes que participaron de la investigación, predomina un nivel bajo en asertividad representado en el 72%, seguido de un 20% en el nivel medio y un 8% en el nivel alto.

Tabla 2

Nivel de Auto Asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2020.

AUTO ASERTIVIDAD	N°	%
ALTO	2	3%
MEDIO	10	17%
BAJO	48	80%
TOTAL	60	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 2, se puede observar que la mayoría de estudiantes que participaron de la investigación, se encuentran en un nivel bajo de auto asertividad representado en el 80%, seguido de un 17% en el nivel medio y un 3% en el nivel alto.

Tabla 3

Nivel de Hetero Asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2020.

HETERO ASERTIVIDAD	N°	%
ALTO	8	13%
MEDIO	22	37%
BAJO	30	50%
TOTAL	60	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 3, se puede observar que en la muestra de estudiantes que participaron de la investigación, predomina un nivel bajo en hetero asertividad representado en el 50%, seguido de un 37% en el nivel medio y un 13% en el nivel alto.

Tabla 4

Nivel de Asertividad general según el sexo en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2020.

ASERTIVIDAD	N°		%		TOTAL	
	F	M	F	M		
ALTO	2	3	3%	5%	5	8%
MEDIO	9	3	15%	5%	12	20%
BAJO	23	20	38%	33%	43	72%
TOTAL	34	26	57%	43%	60	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4, se puede observar que según el sexo femenino la mayor proporción de estudiantes que participaron de la investigación, se ubica en el nivel bajo de asertividad representado en el 38%, seguido de un 15% en el nivel medio y un 3% en el nivel alto. En cuanto al sexo masculino, se aprecia que la mayoría de estudiantes se encuentra en un nivel bajo de asertividad representado en un 33%, seguido de un 5% en el nivel medio y un 5% en el nivel alto.

V. DISCUSIÓN

Para García y Magaz (2011), la asertividad es aquella cualidad que abarca todas las “conductas sociales” que suponen el guardar respeto hacia nosotros mismos y hacia las personas con las cuales interactuamos. Dicho esto, los resultados obtenidos en la presente investigación, revelan que el 72% de los estudiantes se encuentran en el nivel bajo de asertividad general, lo que significa que la mayoría de los estudiantes presentan dificultad al momento de expresar respeto hacia sí mismos y hacia los demás, lo cual según Güell y Muñoz (2000), podría llevarlos a ser manipulados debido a la falta de autonomía y regulación emocional que pueden presentar en sus relaciones interpersonales. De igual forma, se reporta que el 20% de los estudiantes se ubican en el nivel medio de asertividad general, lo que se traduce en cierta dificultad para expresar sus propias opiniones o necesidades, así como también, para tomar en consideración las opiniones y necesidades de los demás. Por otro lado, solo el 8% de los estudiantes se sitúan en el nivel alto de asertividad, lo cual quiere decir que la minoría de los evaluados, según Riso (1998), es capaz de defender sus intereses y derechos y a su vez, validar los intereses y derechos de las personas con las cuales se relacionan. En este punto, se puede observar que el nivel general de asertividad que prima en los sujetos de estudio es el nivel bajo y el nivel alto. En cuanto al nivel bajo, la realidad del presente estudio se asemeja a la investigación realizada por Mollinedo (2018), en el cual se registra que el 76% de los estudiantes se encuentran en un nivel bajo de asertividad y en lo que respecta al nivel alto de asertividad, el 13% de estudiantes representa a este nivel. Del mismo modo, esta realidad se relaciona con los resultados obtenidos por Palacios (2017), quien en su estudio encontró que el 36.9% de los estudiantes evaluados presentan un nivel bajo de asertividad y en cuanto al nivel alto, solo están representados el 31.2%.

En cuanto a la dimensión auto asertividad, el presente estudio obtuvo como resultado que el 80% de los estudiantes se ubican en el nivel bajo de auto asertividad, de lo cual se puede deducir que la mayoría de estudiantes, afirma

García y Magaz (2003), presentan dificultad para expresar de forma sincera y amable sus propios sentimientos y a su vez, existe un escaso respeto hacia los valores, gustos, preferencias o deseos de uno mismo. En esta misma línea, como resultados también se alcanzó un nivel medio de auto asertividad representado en el 17% de los estudiantes sujetos de estudio, lo cual quiere decir que para ellos existe cierta dificultad en la expresión honesta de las propias ideas, necesidades, anhelos u opiniones, según García y Magaz (2011). Del mismo modo, se informa que solo el 3% de los sujetos de estudio se sitúan en un nivel alto de auto asertividad, lo cual significa que la minoría de los estudiantes, sugiere Roca (2014), poseen la capacidad de conocerse a sí mismos, son conscientes acerca de lo que sienten y desean en cada momento; a su vez se aceptan a sí mismos de forma incondicional y se respetan sin importar los logros alcanzados o la opinión que puedan tener los demás sobre ellos. Los resultados mencionados guardan similitud con el estudio llevado a cabo por Mollinedo (2018), en donde se revela que una mayoría de estudiantes representada en el 74% se ubican en el nivel bajo de auto asertividad, así como también, solo un 11% se encuentra en el nivel alto de auto asertividad. Además, otra investigación con la que estos resultados se pueden relacionar, son los estudios de Rodríguez y Noe (2017), quienes registraron a un 44% de estudiantes ubicados en el nivel medio de auto asertividad y en el nivel alto como grupo representativo, solo se ubica un 29.3%. Sin embargo, los resultados de esta dimensión en el presente estudio, se contrastan con los hallazgos encontrados en la investigación de Tataje (2018), en donde se registra que un 61.9% de los estudiantes obtuvieron un nivel alto en auto asertividad.

Con respecto a la dimensión hetero asertividad, la presente investigación alcanzó como resultados que el 50% de los estudiantes voluntarios se encuentran en un nivel bajo de hetero asertividad, lo cual según Güell y Muñoz (2000), podría evidenciar un claro déficit para expresar las emociones, debido a que en el proceso podrían interferir conductas de tendencia ansiosa o agresiva, dificultando así, la adecuada expresión de lo que sentimos así como también, la adecuada recepción de los sentimientos de los demás. Asimismo,

se reporta que un 37% de estudiantes se sitúa en el nivel medio de hetero asertividad, lo que puede traducirse en cierta expresión sincera de los propios sentimientos y el respeto hacia los sentimientos y opiniones de los demás. Sin embargo, solo un 13% de los sujetos examinados obtuvieron un nivel alto en hetero asertividad, lo cual, según indica Riso (1998), quiere decir que este pequeño grupo posee las condiciones para expresarse adecuadamente con su grupo de pares, emitiendo elogios, recibiendo halagos, manifestando desacuerdos, diciendo no cuando sea necesario, defendiendo sus intereses y derechos con respeto y sin sentimiento de culpa. La realidad de los resultados de esta dimensión se puede comparar con lo hallado en los estudios de Mollinedo (2018), quien concluye que el 53% de los estudiantes evaluados forma parte del nivel bajo en hetero asertividad; y de igual manera, solo un 16% de los sujetos analizados presenta un nivel alto en hetero asertividad. Otros resultados con los cuales también se observan similitudes, son los obtenidos por Rodríguez y Noé (2017), quienes encontraron un existente predominio de la hetero asertividad en el nivel medio representado en un 42.1%; mientras que, un nivel alto de hetero asertividad se encuentran en el 29.7% de estudiantes. Por el contrario, a modo de contraste, se observa que en la investigación realizada por Tataje (2018), un 46.7% de estudiantes se encuentran situados en el nivel medio de la dimensión mencionada.

En referencia al nivel de asertividad general según el sexo de los participantes, el presente trabajo de investigación encuentra que, en cuanto al sexo femenino, la mayor proporción de estudiantes representado en un 38% se ubica en el nivel bajo de asertividad y según Sosa (2011), existe una relación entre la asertividad y el grado de respeto que una persona tiene hacia sí misma y hacia los demás; esta relación se encontraría ausente en este porcentaje de estudiantes. A su vez, un 15% de las estudiantes mujeres se sitúa en un nivel medio de asertividad, lo que significa según Roca (2014), que en ellas existe cierta capacidad de conocerse a sí mismas y de hacerse responsables de su propia vida y emociones sin importar las circunstancias. Asimismo, solo un pequeño porcentaje de las estudiantes se sitúan en un nivel alto de asertividad representado por el 3%, lo cual significa según De la Plaza

(2008), que esta minoría que se conduce con asertividad, podrá adquirir una calidad de vida mucho más óptima, serán capaces de interactuar mejor con sus pares e inclusive podrán transmitir las conductas saludables a sus queridos. Siguiendo la misma línea, en referencia al sexo masculino, los hallazgos encontrados comunican que la mayoría de estudiantes varones se encuentra, al igual que sus pares femeninos, en el nivel bajo de asertividad, el cual está representado por el 33%; esto quiere decir que a la mayoría de varones del quinto grado de secundaria les resulta complicado respetar sus emociones y necesidades, ser seguros de sí mismos y aceptar sin prejuicios (De la Plaza, 2008). Además, un 5% de los varones se localiza en el nivel medio; así como también, solo un 5% de los estudiantes del sexo masculino se encuentran en el nivel alto de asertividad, esto según Neidharet et al (1989), significa que este pequeño grupo tiene como rasgo característico la sinceridad, a su vez, son capaces de identificar cuales son sus necesidades con el fin de poder expresarlas a los demás con claridad; incluso comprenden y aceptan que las demás personas tienen el mismo derecho de expresar y validar sus opiniones y necesidades, para esto cuando se manifiestan lo hacen de forma educada y siempre escuchando a sus pares con respeto.

De acuerdo a los resultados encontrados y a su respectiva interpretación, se considera necesario la elaboración de una propuesta de intervención, es decir un programa para el desarrollo de la asertividad en los estudiantes del quinto grado de secundaria; puesto que la mayor parte de los estudiantes presenta un nivel bajo en asertividad, así como también un nivel bajo en sus dimensiones auto asertividad y hetero asertividad. Bajo el enfoque cognitivo conductual, se desarrollarán las sesiones siguiendo el foco del poder generar o fortalecer la asertividad, pues según Caballo (2007), la asertividad no es un rasgo característico de las personas sino una conducta que estas presentan y que se desarrolla y mantiene en el tiempo; asimismo, este autor manifiesta que los seres humanos somos seres sociales, por tanto la asertividad y la interacción social son de gran importancia, puesto que serán muy pocos los trastornos psicológicos en los cuales no intervenga el medio que nos rodea.

VI. CONCLUSIONES

- 1.** Se concluye que, en la muestra de estudiantes que participaron de la presente investigación, predomina un nivel bajo en asertividad representado en el 72%, seguido de un 20% en el nivel medio y un 8% en el nivel alto.
- 2.** Por otro lado, se logra observar que la mayoría de estudiantes que participaron de la investigación se encuentran en un nivel bajo de auto asertividad representado en el 80%, seguido de un 17% en el nivel medio y un 3% en el nivel alto.
- 3.** Se aprecia que en la muestra de estudiantes que participaron de la investigación, predomina un nivel bajo en hetero asertividad representado en el 50%, seguido de un 37% en el nivel medio y un 13% en el nivel alto.
- 4.** En referencia al nivel de asertividad según el sexo de los participantes, se perciben que la mayor proporción de estudiantes que participaron de la investigación, se ubica en el nivel bajo de asertividad representado en el 38%, seguido de un 15% en el nivel medio y un 3% en el nivel alto. En cuanto al sexo masculino, se aprecia que la mayoría de estudiantes se encuentra en un nivel bajo de asertividad representado en un 33%, seguido de un 5% en el nivel medio y un 5% en el nivel alto.
- 5.** Finalmente, es debido a la problemática encontrada en torno a la carencia de conductas asertivas en los estudiantes, que se elabora una propuesta de intervención psicológica, la cual se encuentra detallada en el Anexo 05.

VII. RECOMENDACIONES

- ❖ Aplicar el programa propuesto a fin de contribuir con el desarrollo de la asertividad en los estudiantes.
- ❖ Implementar un área de psicología dentro de la institución, el cual será un aliado en la búsqueda de la salud mental de los estudiantes, así como también, en el logro de un adecuado desarrollo psicosocial de los mismos.
- ❖ Considerar la evaluación en habilidades sociales desde temprana edad para identificar los recursos internos de los estudiantes, de esta forma se podrán trabajar las debilidades y potenciar las fortalezas.
- ❖ Fomentar la elaboración y aplicación de programas de entrenamiento en asertividad y/o habilidades para la vida en los estudiantes de todos los niveles dentro de las instituciones educativas.
- ❖ Profundizar el estudio de la asertividad a través de un análisis exhaustivo de la variable en mención a nivel local, regional y nacional dentro de las instituciones educativas.

REFERENCIAS

Alberti, R. y Emmons, M. (1978). *Your perfect right: A guide to assertive Behavior*. Impact Publishers. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712009000100005

Ayvar, H. (2016). La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita. *Revista Avances en Psicología*. http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2016_2/193.pdf

Bandura, A. (1982). *Teoría del aprendizaje social*. Espasa – Galpe.

Berrío, N. y Toro, A. (2018). Asertividad en practicantes de psicología de una institución colombiana de educación superior. *Psicoespacios Revista virtual de la Institución Universitaria de Envigado*, vol. 12, N° 21. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6801521>

Burbano, L., Pantoja, M., Sierra, J., Arias, W., y Enríquez, J. (2019). Impacto de un programa de intervención en la asertividad de estudiantes adolescentes de dos preuniversitarios. *Revista Espacios*, vol. 40 (N° 21). <https://www.revistaespacios.com/a19v40n21/19402126.html>

Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI Editores.

Caballo, V. (1983). *Asertividad: definiciones y dimensiones*. Estudios de Psicología. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65876>

Castanyer, O. (2006). *La Asertividad: expresión de una sana autoestima*. Desclée de Brouwer.

Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú*. Consejo Directivo Nacional

Corrales, A., Quijano, N. y Góngora, E. (2016). Empatía, Comunicación Asertiva y Seguimiento de Normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida.

Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 22(1).
<https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>

González, C., Guevara, Y., Jiménez, D. y Alcázar, R. (2018). Relación entre Asertividad, Rendimiento Académico y Ansiedad en una Muestra de Estudiantes Mexicanos de Secundaria. *Acta colombiana de Psicología*, 21(1), 116-127.
<http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.1.6>

Güell, M. y Muñoz, J. (2000). *Desconóctete a ti mismo: Programa de alfabetización emocional*. Paidós.

De la Plaza, J. (2008). *La inteligencia asertiva*. Zig-Zag S.A

Flores, M. (2002). Asertividad: una habilidad social necesaria en el mundo de hoy. *Revista de la Universidad Autónoma de Yucatán*.
<http://www.revistauniversitaria.uady.mx/pdf/221/ru2214.pdf>

Gaeta, L. y Galvanovskis, A. (2009). Asertividad: un análisis Teórico-Empírico. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*.
<http://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

García, M. y Magaz, A. (2003). *Escala de Evaluación de la Asertividad ADCA-1. Manual Técnico*. Departamento de Investigación y Estudio del Equipo ALBOR de Psicología.

García, M. y Magaz, A. (2011). *Autoinformes de Actitudes y Valores en las Interacciones Sociales, ADCA*. COHS, Consultores en Ciencias Humanas.
<http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/adcaMANU.pdf>

Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta Ed). McGraw Hill

Lange, A. y Jakubowski, P. (1976). *Responsible assertive behavior: cognitive/behavioral procedures for trainers*. Reserch Press.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/001100007500500406>

Lazarus. A. y Wolpe. J. (1966). *Técnicas conductuales y entrenamiento asertivo* (1era Ed). Descleé de Brouwer. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v11n1/09.pdf>

Lizárraga, C. (2011). *Nivel de asertividad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad UNMSM. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/1330/Lizarraga_cc.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lobato, M. (2020). *Relación entre Rasgos de personalidad y Asertividad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología residentes en CABA y Gran Buenos Aires*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Fundación UADE. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/10349/Lobato-TIF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Maslow, A. (1982). *La Personalidad Creadora*. Kairós.

Mathews, R. (2017). *Asertividad y valores interpersonales en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa nacional del distrito de Tambo Grande-Piura*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Privada Antenor Orrego. http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2705/1/RE_RAYZA.MATHEWS_ASERTIVIDAD.Y.VALORES_DATOS.PDF

Ministerio de Educación. (2003). *Oficina de Tutoría y Prevención Integral. Documento técnico modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú acciones a desarrollar en el eje temático habilidades para la vida*. ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/documentos/articulo_habilidades_para_la_vida.pdf

Mollinedo, F. (2018). *Asertividad en estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2357/TRAB.SUF.PR.OF.Fiorella%20Mariel%20Mollinedo%20Flores.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Naranjo, M. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44780111>

Neidhardt, J., Weinstein, M. y Conry, R. (1989). *Seis programas para prevenir y controlar el estrés*. Deusto.

Palacios, E. (2017). *Asertividad y agresividad en estudiantes de 4º y 5º año de secundaria de dos instituciones educativas públicas en el distrito de Puente Piedra*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad César Vallejo. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11329/Palacios_REL.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Pineda E. y Alvarado E. (2008). *Metodología de la Investigación* (3ra Ed). Organización Panamericana de la Salud

Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23ava Ed). <https://dle.rae.es/aserc%C3%B3n?m=form>

Riso, W. (2002). *Cuestión de dignidad: Aprenda a decir no y gane autoestima siendo asertivo*. Norma.

Riso, W. (1988). *Entrenamiento asertivo*. Rayuela.

Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional* (4ta Ed). ACDE. <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>

Rodríguez, D. y Noé, H. (2018). *Acoso escolar y asertividad en institución educativa nacional de secundaria de Chimbote Perú*. Rev. Investig. Altoandín, vol 19 N° 2: 179 – 186. <http://dx.doi.org/10.18271/ria.2017.276>

Salas, E. (2000). *Una introducción a la investigación científica*. Asociación Gráfica Educativa.

Samanez, A. y Alva, S. (2016). *Bienestar psicológico y asertividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima este*. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/121/Andrea_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sartori, M. y López, M. (2015). Habilidades sociales: Su importancia en mujeres con diagnóstico de Síndrome de Turner. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n2/v14n2a13.pdf>

Sosa, M. (2011). *Influencia de la asertividad en el estilo comunicacional de los miembros de parejas de entre uno y cinco años de convivencia en la ciudad de Rosario*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Abierta Interamericana. <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111883.pdf>

Tataje, M. (2019). *Asertividad en adolescentes del colegio privado BF Skinner La Molina*. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2357/TRAB.SUF.PR.OF.Fiorella%20Marel%20Mollinedo%20Flores.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Zaldívar, D. (2004). Asertividad y Autoestima Saludable. *Revista Salud vida*. Recuperado de: <http://www.sld.cu/saludvida/psicologia/temas.php?idv=6082>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN	Programa de intervención orientado al desarrollo de la asertividad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.	Programa de intervención conformado por 10 sesiones grupales de 60 minutos cada una, dirigido a los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa de Chimbote.	Planificación	Planificar y coordinar con los directivos de la institución sobre la propuesta del programa.	Valoraciones y progresos
			Ejecución	Verificar si es viable la aplicación el programa en mención.	
			Evaluación	Administrar el instrumento de evaluación a la muestra.	

ASERTIVIDAD	García y Magaz (2011) describen a la asertividad como la característica que engloba la “clase de conductas sociales” que suponen el respetarnos a nosotros mismos y a las personas con las cuales interactuamos.	La evaluación de la variable en estudio se realizará a través de la aplicación del Autoinforme de la Conducta Asertiva ADCA-1 de García y Magaz (2003), a estudiantes de una Institución Educativa de Chimbote.	Auto asertividad	<ul style="list-style-type: none"> • Respeto por sí mismo. • Respeto por las propias ideas y sentimientos. 	Ordinal
			Hetero asertividad	<ul style="list-style-type: none"> • Respeto a la expresión de sentimientos. • Respeto a la expresión de valores, gustos, preferencias. 	

ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

AUTOINFORME DE LA CONDUCTA ASERTIVA ADCA-1

Edad:

Sexo: F () M ()

Grado:

A continuación, verás algunas afirmaciones sobre cómo piensan, sienten o actúan las personas. En cada frase, señala con una "X" en el recuadro que mejor indica tu forma de reacción en cada situación.

CN = Nunca o casi nunca

AV = A veces

AM = A menudo, con cierta frecuencia

CS = Siempre o casi siempre

Por favor **contesta todas las frases**. Ten en cuenta que no hay respuestas **buenas ni malas**.

Nº	AFIRMACIONES	CN	AV	AM	CS
1	Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nervioso/a tener que exponer mi propia opinión				
2	Cuando estoy enfadado, me molesta que los demás se den cuenta				
3	Cuando hago algo que creo que no gusta a otros, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí				
4	Me disgusta que los demás me vean, cuando estoy nervioso/a				
5	Cuando me equivoco, me cuesta reconocerlo ante los demás				
6	Si se me olvida algo, me enfado conmigo mismo/a				
7	Me enfado, si no consigo hacer las cosas				

	perfectamente				
8	Me siento mal cuando tengo que cambiar de opinión				
9	Me pongo nervioso/a o tenso/a cuando quiero hacer un elogio a alguien				
10	Cuando me preguntan algo que ignoro, procuro justificarme por no saberlo				
11	Cuando estoy triste, me disgusta que los demás se den cuenta				
12	Me siento mal conmigo mismo/a, si no entiendo algo que me están explicando				
13	Me cuesta trabajo aceptar las críticas que me hacen, aunque comprenda que son justas				
14	Cuando, me critican sin razón me enfada o me pongo nervioso/a tener que defenderme				
15	Cuando creo haber, cometido un error busco excusas que me justifiquen				
16	Cuando compruebo que, no sé algo me siento mal conmigo mismo/a				
17	Me cuesta hacer preguntas				
18	Me cuesta pedir favores				
19	Me cuesta, decir que NO cuando me piden que haga algo que yo no quiero hacer				
20	Cuando, me hacen algún elogio me pongo nervioso/a y no sé qué hacer o decir				
AFIRMACIONES		CN	AV	AM	CS
21	Me molesta que, no me entiendan cuando explico algo				
22	Me irrita mucho que me lleven la contraria				
23	Me molesta que los demás no comprendan mis razones o mis sentimientos				

24	Me enfado, cuando veo que alguien cambia de opinión con el paso del tiempo				
25	Me molesta que, me pidan ciertas cosas, aunque lo hagan de buenas maneras				
26	Me molesta que me hagan preguntas				
27	Me desagrada comprobar que las personas no se esfuercen en hacer las cosas de la mejor manera posible				
28	Me enfado, cuando compruebo la ignorancia de algunas personas				
29	Me siento o me sentiría mal, si compruebo que una persona que aprecio toma una decisión que yo considero equivocada				
30	Me enfado, si veo a alguien comportándose de un modo que no me gusta				
31	Me disgusta que me critiquen				
32	Siento malestar hacia la persona que me niega algo razonable, que le pido de buenas maneras				
33	Me altera, ver a personas que no controlan sus sentimientos: lloran, gritan, se muestran excesivamente contentas				
34	Me desagrada que no se dé a las cosas la importancia que tienen				
35	Me molesta que alguien no acepte una crítica justa				

ANEXO 3: ADCA-1 EN FORMULARIO DE GOOGLE

AUTOINFORME DE LA CONDUCTA ASERTIVA

Obligatorio

¡Empecemos!

A continuación, verás algunas afirmaciones sobre cómo piensas, sienten o actúan las personas. En cada frase, señala con una "X" en el recuadro que mejor indica tu forma de reacción en cada situación.

1 = Nunca o casi nunca 2 = A veces
3 = A menudo, con cierta frecuencia 4 = Siempre o casi siempre

Por favor contesta todas las frases. No hay respuestas buenas ni malas.

1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo me pone nervioso/a tener que exponer mi propia opinión *

	1	2	3	4	
Nunca o casi nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre o casi siempre

AUTOINFORME DE LA CONDUCTA ASERTIVA

Ya no se aceptan más respuestas en el formulario AUTOINFORME DE LA CONDUCTA ASERTIVA.

Prueba a ponerle en contacto con el propietario del formulario si crees que se trata de un error.

[Seguir recopilando respuestas \(solo los editores de formularios pueden ver este enlace\).](#)

ANEXO 4: AUTORIZACIÓN PARA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "LA LIBERTAD"
Av.28 de Julio 650 – Urb. La Libertad Teléfono Nº 505300 - CHIMBOTE – PERÚ



"Año de la Universalización de la Salud"

Chimbote, 02 de octubre del 2020.

DR. CARLOS ENRIQUE VÁSQUEZ LLAMO.
Jefe de la Escuela de Posgrado Universidad César Vallejo.
Trujillo,

Presente.-

**ASUNTO : ACEPTACIÓN DE AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS
PARA EL DESARROLLO DE TESIS.**

Es grato dirigirme a su persona para expresarle cordiales saludos y la vez para hacer de su conocimiento de la aceptación Carta Nº 034-V-2020/3EPGT-UCV, para que la estudiante LOLY XIMENA RODRIGUEZ ZELADA, del programa de MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, aplique los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada "PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA ASERTIVIDAD EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHIMBOTE, 2020", en esta institución.

La aplicación de los instrumentos debe desarrollarse de manera remota, teniendo en cuenta la situación en la que se está desarrollando las clases en el presente año, comunicar con anticipación la fecha de aplicación a fin de coordinar con los estudiantes.

Sin otro particular, es propicia la oportunidad para valorar y reconocer su labor educativa, promotora de la investigación.

Atentamente,




María Pilar Ordóñez Flores
DIRECTORA
C.Nº 1022730047

ANEXO 5: PROGRAMA PARA EL DESARROLLO DE LA ASERTIVIDAD

Programa de Intervención “Aprendiendo a ser asertivos”

El presente programa tiene como objetivo general fomentar el desarrollo de la asertividad en los estudiantes del quinto año de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote. Asimismo, tiene como objetivos específicos el promover el respeto y la validación hacia las ideas, derechos y sentimientos propios (auto asertividad) y el potenciar el respeto y validación hacia las ideas, derechos y sentimientos de los demás (hetero asertividad).

El programa en mención encuentra su justificación en los resultados encontrados a través de esta investigación, los cuales indican que los estudiantes presentan un nivel bajo de asertividad, así como también, un nivel bajo en la dimensión auto asertividad y hetero asertividad; por lo que se considera de gran importancia la elaboración de un programa que sirva de soporte en el desarrollo y entrenamiento de la conducta asertiva, el mismo que utilizará el modelo cognitivo conductual como base para la elaboración de las sesiones. Al respecto, Lange y Jakubowski (1976) sostienen que para el entrenamiento asertivo es fundamental agregar cuatro métodos básicos: tener clara la diferencia entre ser asertivo y agresivo; ayudar a reconocer y aceptar los propios derechos y de los demás; disminuir las barreras emocionales y cognitivas con el fin de actuar asertivamente y reducir los pensamientos erróneos, ansiedad y el sentimiento de culpa.

El programa contará con diez sesiones, a través de las cuales se brindará información acerca de la asertividad y las técnicas necesarias para desarrollarla y ponerla en práctica, así como también, se identificarán los diferentes estilos de interacción social y se buscará modificar patrones cognitivos y conductuales erróneos, con el fin de promover una conducta adaptativa que permita a los estudiantes convivir en armonía con sus pares y desenvolverse en los distintos contextos sociales a los que se enfrentarán durante la vida.

N°	SESIONES	OBJETIVO
1	¿Qué es la asertividad?	Conocer el concepto de asertividad, sus componentes y su importancia como habilidad para la vida.
2	Los 4 estilos de interacción social	Identificar los estilos de interacción: pasivo, agresivo, asertivo y pasivo-agresivo.
3	Identificando mis recursos	Reconocer nuestros recursos personales para fortalecer nuestras habilidades sociales.
4	Estableciendo límites	Aprender a establecer límites a través del auto conocimiento.
5	Validando mis emociones	Reconocer la importancia de nuestras emociones y las de los demás a través de la validación emocional.
6	Aprendiendo a decir NO	Aplicar técnicas asertivas para decir No de forma respetuosa y sin culpa.
7	Convivencia en armonía	Aprender a convivir en forma respetuosa siendo asertivos.
8	Regulando mis emociones	Gestionar las emociones para una conducta más adaptativa.
9	Tolerancia a la frustración	Aprender a tolerar la frustración e identificar qué cosas están dentro y fuera de nuestro control.
10	Manejo de conflictos	Utilizar la comunicación efectiva para sortear los conflictos y lograr el consenso.

ANEXO 6: SESIONES DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN “APRENDIENDO A SER ASERTIVOS”

SESIÓN N°01: ¿Qué es Asertividad?

Objetivo: Conocer el concepto de asertividad, sus componentes y su importancia como habilidad para la vida.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida al programa de intervención y se presenta el taller, sus objetivos, el número de sesiones y en qué consiste cada una.	6 minutos
Dinámica “El anuncio”	Cada estudiante elabora un anuncio sobre sí mismo/a con la intención de presentarse y venderse ante el resto. Después cada estudiante elegirá a quien compraría y por qué.	10 minutos
Exposición del tema	Se proyecta un video sobre la asertividad. Luego, se explica acerca de la definición, importancia y los elementos que la componen y como impacta en nuestras relaciones interpersonales. https://www.youtube.com/watch?v=dzKVIccoIYc	20 minutos
Práctica	Se forman grupos y se les solicita a los estudiantes que creen situaciones en las cuales podrían aplicar la asertividad.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°02: Los 4 estilos de interacción social

Objetivo: Identificar los estilos de interacción: pasivo, agresivo, asertivo y pasivo-agresivo.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Describe el paisaje”	Los participantes empiezan a dar tres características básicas de un paisaje que están visualizando. El siguiente estudiante deberá hacer lo mismo, pero repitiendo lo que ha dicho el primero, y así sucesivamente. Deben estar atentos para realizar con éxito la dinámica.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre los cuatro estilos de interacción social, luego se define y ejemplifica el estilo pasivo, agresivo, asertivo y pasivo-agresivo y se identifica cuál de ellos es el más apropiado	20 minutos
Práctica	Se muestran unas tarjetas con situaciones y respuestas, ante las cuales los participantes deben identificar cual sería la mejor respuesta (según el tipo de interacción social) para cada situación.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°03: Identificando mis recursos

Objetivo: Reconocer nuestros recursos personales para fortalecer nuestras habilidades sociales.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Ráfaga de emociones”	Se solicita a los estudiantes tener una hoja en la cual escribirán todas las situaciones, emociones o ideas negativas que se hayan presentado durante la semana. Se realizará una mesa de diálogo en la cual se comentará lo escrito por cada estudiante, con el fin de que entre todos se pueda reflexionar acerca de cómo estos pensamientos o sentimientos influyen en la conducta, así como también estrategias de solución.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de conocerse, valorarse y apoyarse a uno mismo de forma incondicional. Luego, se invita a la reflexión sobre lo expuesto.	20 minutos
Práctica	Los estudiantes realizan una lista de las fortalezas que poseen, las cosas por las cuales se sienten orgullosos y, por último, las debilidades que consideran deben trabajar.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°04: Estableciendo límites

Objetivo: Aprender a establecer límites a través del auto conocimiento.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “El objeto que me representa”	Se brinda la indicación de que cada estudiante debe mencionar un objeto que se encuentre a su alrededor y con el cual se identifique, asimismo, debe señalar la razón o el por qué se identifica con este objeto.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de conocernos a nosotros mismos y gozar de una adecuada autoestima para poder establecer límites sanos dentro de nuestro círculo tanto familiar, escolar y amical. Los límites son importantes pues nos permiten crear espacios seguros y respetuosos con nosotros mismos y los demás.	20 minutos
Práctica	Los estudiantes realizan una lista de los valores y principios que los caracterizan. En otra lista, deberían escribir qué cosas pueden tolerar y cuáles otras consideran no negociables en su vida. Al final, se comparten las ideas con el resto de la clase.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°05: Validando mis emociones

Objetivo: Reconocer la importancia de nuestras emociones y las de los demás a través de la validación emocional.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Mis emociones son válidas”	Los estudiantes recuerdan una situación que se haya presentado anteriormente en su vida y que les haya generado algún tipo de emoción. Anotan las emociones elegidas en un pedazo de papel y lo reservan hasta la siguiente actividad.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de validar nuestras emociones, el aprender a no juzgar lo que sentimos, sino tratar de entenderlas para reflexionar sobre su origen y el cómo podemos trabajar en ellas. Resaltar el tratarnos con respeto, cuidar la forma en la que nos hablamos y no ser tan duros con nosotros mismos.	20 minutos
Práctica	Se muestran los papeles que se habían reservado. Se comparte con la clase sobre las emociones escritas, asimismo, cada estudiante comentará si alguna vez se ha juzgado así mismo por las emociones que sintió en aquella situación.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°06: Aprendiendo a decir NO

Objetivo: Aplicar técnicas asertivas para decir No de forma respetuosa y sin culpa.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica "Pantallas de protección"	Se presenta ante los estudiantes una serie de imágenes y se invita a que cada una escoja dos de ellas. Cada alumno por turnos, tiene que describir para los demás el significado que tiene cada imagen escogida, en relación a qué valores o ideas les sugieren estas. Por último, debe señalar el motivo de su elección.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de decir que NO ante situaciones que nos desagradan, incomodan o perjudican. Asu vez, se explica lo relación que existe entre la autoestima, el establecer limites y el decir No con una adecuada salud mental.	20 minutos
Práctica	Se realizan grupos de dos en los cuales los estudiantes realizan una pequeña dramatización sobre una situación a elección en la cual uno de ellos debe solicitar algo y el otro deberá decir que No.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°07: Convivencia en armonía

Objetivo: Aprender a convivir en forma respetuosa siendo asertivos.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Lluvia de ideas”	Los estudiantes participan dando a conocer las ideas que tienen acerca de lo que significa convivir en armonía. Luego se reúnen las ideas que mas se repiten para obtener conclusiones.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de convivir en armonía, respetándonos los unos a los otros y como la conducta asertiva se vuelve en una aliada en la practica de una sana convivencia, debido a que esta promueve el respeto por nuestros derechos y el de los demás.	20 minutos
Práctica	Los alumnos en conjunto arman un decálogo de valores en común, en relación con la asertividad, que deben existir en el salón de clase, el cual todos deben seguir y respetar para garantizar la interacción o convivencia saludable entre compañeros.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°08: Regulando mis emociones

Objetivo: Gestionar las emociones para una conducta más adaptativa.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Responder ante una situación”	Se presenta una breve historia a los estudiantes, en ella se narra una situación en la que el protagonista se ve envuelto en un malentendido. Luego de la narración, se pregunta a los alumnos qué habrían hecho ellos o como habrían respondido de estar en dicha situación, haciendo uso de los estilos de interacción aprendidos anteriormente.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de regular nuestras emociones y se brindan técnicas que nos permitan regularlas o canalizarlas a través de acciones positivas.	20 minutos
Práctica	Se solicita a los estudiantes que en grupos de dos realizan una breve actuación sobre una situación en la cual tengan que utilizar las técnicas de regulación emocional y los estilos de interacción social.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°09: Tolerancia a la frustración

Objetivo: Aprender a tolerar la frustración e identificar qué cosas están dentro y fuera de nuestro control.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Aprendiendo a respirar”	Se pone en práctica la técnica de la respiración diafragmática. Los estudiantes que cierran los ojos e inhalen profundamente durante cuatro segundos, luego deben retener la respiración durante dos segundos; finalmente deben exhalar durante seis segundos. Repetir cuatro veces.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia de identificar las cosas o situaciones que están dentro y fuera de nuestro control, con el fin de evitar frustrarnos por eventualidades que no dependen de nosotros, y así poner nuestra atención y esfuerzo en aquello que nos pertenece.	20 minutos
Práctica	Los estudiantes dibujan un círculo en un papel, en donde deben dibujar todas las cosas que están dentro de su control y en el exterior del círculo dibujarán aquello que escapa de su responsabilidad. Por último, compartirán sus ideas con los demás compañeros.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos

SESIÓN N°10: Manejo de conflictos

Objetivo: Utilizar la comunicación efectiva para sortear los conflictos y lograr el consenso.

ACTIVIDADES	DESAROLLO	TIEMPO
Bienvenida y presentación	Se da la bienvenida, se explica el objetivo y finalidad de la sesión correspondiente.	6 minutos
Dinámica “Lluvia de ideas”	Los estudiantes realizan una ronda de lluvia de ideas en la cual tiene que opinar sobre las diferentes formas de manejar los conflictos, asimismo, comparten sus ideas con la clase.	10 minutos
Exposición del tema	Se expone sobre la importancia del manejo de los conflictos la búsqueda del consenso, a través de una comunicación efectiva utilizando el estilo asertivo de interacción social.	20 minutos
Práctica	Se muestra a los estudiantes una serie de tarjetas con diferentes situaciones en forma de breves historias inconclusas, las cuales deberán ser concluidas por los alumnos de forma que ellos decidirán cómo los conflictos ocurridos en la historia llegan a una solución adecuada.	15 minutos
Cierre	Se cierra la sesión reforzando la idea y realizando unas cuantas preguntas: ¿Qué te ha parecido?, ¿Piensas que el trabajo que hemos realizado te ha servido de algo?, ¿A qué conclusiones has podido llegar?	8 minutos