

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Asertividad en estudiantes del segundo grado de educación secundaria

Trabajo académico

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional en Psicopedagogía

Autor.

Yuli Cesibel Ynfante Marchan

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Asertividad en estudiantes del segundo grado de educación secundaria

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Asertividad en estudiantes del segundo grado de educación secundaria

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma

Yuli Cesibel Ynfante Marchan (Autor)

.....

Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

.....

Piura – Perú

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Piura, a quince días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Pontificio, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *"Asertividad en estudiantes del segundo grado de educación secundaria"*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía (a) **YNFANTE MARCHAN YULI CESIBEL**.

A las once horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 15.

Por tanto, **YNFANTE MARCHAN YULI CESIBEL**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía.

Siendo las doce horas el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Red Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA.

Al creador por darme la oportunidad sonreír cada día y poseer buena salud logrando con esfuerzo conseguir mis proyectos. A mis hijos, quienes son la razón de mí existencia sin ellos las fuerzas de levantarme cada día para ser mejor persona no sería una realidad. A mi esposo por su excelente apoyo en la actuación de mis sueños y contribuir con desarrollo profesional.

ÍNDICE

DEDICATORIA	5
ÍNDICE	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPITULO I: ASERTIVIDAD	12
1.1 Concepto	12
1.2 Comportamientos asertivos	13
1.3 Consecuencias positivas de asertividad	14
1.4 Importancia de asertividad en las relaciones sociales	15
1.5 Beneficios de la asertividad	16
CAPITULO II: DIFICULTADES ASERTIVAS	17
2.1. Expresión de emociones negativas	17
2.2. Causas del déficit de asertividad	18
2.3. Características de personas no asertivas	18
2.4. Consecuencias de la conducta pasiva	19
2.5. Consecuencias de la conducta agresiva	19
CAPITULO III: ESTRATEGIAS METODOLOGICAS PARA ADQUIRIR LA ASERTIVIDAD	22
3.1 Reglas básicas para ejercer la asertividad	22
3.2 Consideraciones a tener en cuenta en el comportamiento asertivo	23
3.3 Técnicas de reestructuración cognitiva	24
3.4 Técnicas verbales asertivas	25
3.5 Estilos de respuestas en asertividad	27
CONCLUSIONES	29
RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS CITADAS	31

RESUMEN

El trabajo tiene como objetivo general describir el estilo de asertividad en estudiantes del segundo grado de Educación Secundaria, se parte del método de análisis influenciado por el análisis de documentos y la experiencia docente de la investigadora; respondiendo a una metodología descriptiva pura aplicándose como técnica de recojo de datos el análisis documental donde se ha recolectado datos de fuentes secundarias como libros, boletines, revistas, aplicándose como instrumento la ficha de registro de datos, permitiendo analizar la asertividad que manifiestan los sujetos según comportamientos observados de manera directa. La asertividad como habilidad social y comunicativa en la escuela debe ser fortalecida, por medio de estrategias, programas y planes para lograr relaciones interpersonales idóneas entre miembros de la comunidad educativa.

Palabras Clave: asertividad, comunicación y habilidad.

ABSTRACT

El trabajo tiene como objetivo general describir el estilo de asertividad en estudiantes del segundo grado de Educación Secundaria, a partir del método de análisis influenciado por el análisis de documentos y la experiencia docente del investigador; Respondiendo a una metodología puramente descriptiva, aplicando como técnica de recolección de datos el análisis documental donde se han recolectado datos de fuentes secundarias como libros, boletines, revistas, aplicando como instrumento la ficha de registro de datos, permitiendo analizar la asertividad que manifiestan los sujetos según a los comportamientos directamente observados. La asertividad como habilidad social y comunicativa en la escuela debe ser fortalecida a través de estrategias, programas y planes para lograr relaciones interpersonales idóneas entre los miembros de la comunidad educativa.

Palabras clave: asertividad, comunicación y habilidad.

INTRODUCCIÓN

El hombre según su naturaleza innata, es un ser social. Es decir, cada día mantiene varias relaciones de diferente índole; ya sea en el trabajo, con las amistades, la familia, al comprar en un centro comercial, en la escuela, etc. Por ende, lo más pertinente es pensar y conocer la manera más eficaz de comunicación con los demás.

Es cuando el hombre debe ir adquiriendo y aprendiendo estrategias que le permiten desarrollar una variedad de habilidades que le ayuden para que formen parte de la sociedad, dentro de todas las habilidades a desarrollar asertividad. (Miranda, 2015)

El ser humano posee la necesidad de comunicarse, interrelacionarse, de manera verbal o corporal (Pérez, 2011).

No todas las personas nacen poseyendo asertividad, pero esta si puede aprender, ya que ser asertivo resulta crucial para dar solución a cualquier situación dificultosa que se nos presente en cualquiera ámbito de nuestra vida; la ventaja de aprender y poner en práctica comportamientos asertivos nos permite llegar a los demás con seguridad permitiéndonos poseer un nivel elevado de autoestima (Abrines, 2013).

Quien se aprecia y se autovalora puede relacionarse con los demás, no sintiéndonos más ni menos que su prójimo, si la persona no posee estilos de comunicación apropiados las consecuencias son grandes entre estas la pérdida de: autoestima, aprecio; naciendo con ello una falta de respeto a los demás, etc. La comunicación es un pilar básico de relación con las personas de nuestro entorno y por ende debemos manifestar comportamientos asertivos. (De Sosa, 2011)

En el ámbito internacional diversos estudios como el de Ayvar (2017) consideran que la baja autoestima y la falta de una conducta asertiva es un problema que se da en el medio social y en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana del individuo.

En el ámbito nacional la importancia de desarrollar competencias asertivas, se refleja en la inquietud del Ministerio de educación por incluir en el currículo competencias

y capacidades relacionadas al perfeccionamiento de participación democrática y ciudadana (Campos, 2015).

El sistema educativo compone una zona de convivencia. De manera diaria en las escuelas, los escolares hacen esfuerzos para el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales (Lizárraga, 2011).

Por otro lado, el ser asertivo implica poseer un control emocional, frente a diferentes circunstancias. El asertividad cumple un rol esencial en el manejo de sus habilidades sociales en entornos y circunstancias donde se exponen opiniones, emociones, manera de pensamiento. Existen diversos estudios sobre el tema. (Garrido, et al, 2010)

La Institución Educativa Inmaculada Concepción no es ajena a esta realidad siendo de gran importancia que existan dentro de las aulas buenas relaciones interpersonales, sin embargo, se evidencia comportamientos inadecuados en los estudiantes, manifestando una comunicación agresiva entre sus compañeros, poniéndose sobrenombres, en ocasiones se insultan agrediendo verbalmente, deteriorándose la comprensión y tolerancia. Existe mofa entre compañeros acentuándose en el momento de la participación en clase, es decir cuando un estudiante responde alguna interrogante de manera equivocada los compañeros manifiestan su desacuerdo con expresiones inapropiadas al trabajo pedagógico, conllevando a una ausencia de autoconfianza, gritan para predominar que se respeten sus opiniones e ideas.

Durante los trabajos grupales, se pudo observar un déficit en relación a las relaciones interpersonales, acciones evidenciadas en el momento cuando el estudiante que más destaca académicamente quiere imponer sus ideas y puntos de vista sobre sus compañeros.

Por lo tanto, promover asertividad resulta muy valioso, quedando demostrado que las personas que participan en programas, talleres, cursos de asertividad mejoran sus competencias sociales, su capacidad para resolver problemas interpersonales.

Los capítulos a desarrollar se fundamentan desde el análisis de experiencias de la investigadora como docente de aula del nivel secundaria de la I.E Inmaculada Concepción y el análisis documental en material físico y virtual, en el capítulo I se realizó una descripción sobre la asertividad su concepto, comportamientos asertivos, consecuencias positivas de la

asertividad, importancia de la asertividad, tipos de comportamientos asertivos, beneficios de la asertividad y rasgos de las personas asertivas.

El capítulo II explica sobre las dificultades asertivas, expresión de emociones negativas, causas del déficit de asertividad, características de personas no asertivas, consecuencias de la conducta pasiva y consecuencias de la conducta agresiva.

Así mismo vale mencionar que el capítulo III hace referencia a las estrategias metodológicas para adquirir asertividad, como son: las reglas básicas para ejercer asertividad, consideraciones a tener en cuenta en el comportamiento asertivo, técnicas de reestructuración cognitiva, de conducta, técnicas verbales asertivas y estilos de respuestas en asertividad.

Con el análisis de experiencias y el ejercicio profesional de la investigadora permite identificar la realidad que presentan los sujetos observados, quienes deben fortalecer sus capacidades y habilidades de comportamientos asertivos, manifestando un comportamiento inadecuado conllevándoles aún deterioro de las relaciones interpersonales, la observación de conductas y comportamientos ayuda a priorizar y arribar a la formulación del problema planteada por medio de la interrogante general ¿Cómo es la asertividad en estudiantes del segundo grado de Educación Secundaria?

Luego de haber visualizado la problemática desde diferentes puntos de análisis se plantearán el objetivo general y específico(s) que dará respuesta a lo que se desea lograr con la investigación monográfica y que se debe indagar para lograr el objetivo general, para dar paso a la elaboración de conclusiones bajo las normas APA.

Para el presente trabajo se plantea como objetivo general: describir el estilo de asertividad en estudiantes del segundo grado de Educación Secundaria y como objetivos específicos; explicar asertividad; mencionar las dificultades asertivas y seleccionar estrategias metodológicas para adquirir asertividad.

Se logra plantear las conclusiones que fue el punto de llegada, después de realizar la descripción monográfica.

Finalmente, se expresa el agradecimiento a mis docentes del programa de la segunda especialidad, por brindarme sus amplios conocimientos y saber calar en mi nueva expectativa de superación integral, en beneficio de mis estudiantes y el magisterio.

CAPÍTULO I

ASERTIVIDAD

Un individuo asertivo únicamente no solo tiene necesidad en expresar lo que consideramos y ansiamos sin brinda importancia a los otros; por ello se debe tener en cuenta un comportamiento amable, abierto y adecuado.

1.1 Concepto

Asertividad es un modo comunicativo para la defensa de los derechos, expresar opiniones y ejecutar sugerencias de manera honesta, sin ser agresivos o pasivos, guardando respeto por los demás Navarro, P (2014).

Asertividad implica un grupo de habilidades sociales que nace desde lo personal que permite que los sujetos sean directos y honestos, porque pueden manifestar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera adecuada e idónea, sin necesidad de confrontar creencias y derechos (Berrios y Toro, 2018)

Asertividad es la capacidad de expresión de nuestros sentimientos, emociones, pensamientos, ideas, creencias, etc, de buena manera, respetando los propios derechos y de los demás. Para que exista buena comunicación en una relación interpersonal, es indispensable que ambas partes puedan tener estilos de comunicación asertivos. De Sosa (2011).

Asertividad es considerada una competencia interpersonal idónea para cualquier persona contribuye a su bienestar psicológico y su aprendizaje de calidad; y que al poseer este valor promoverá una convivencia sana y fermentación de un clima social agradable. Esfera (2016).

Asertividad habilidad que va adquiriendo la persona a lo largo de su vida y le permite estar relacionado con los demás; es emitida dentro de un entorno interpersonal

que involucra formas idóneas de expresión de las emociones, actitudes, ideas, sentimientos, afectos los que proporcionan un mayor refuerzo social, satisfacción interpersonal y personal a largo plazo (Gonzales et al., 2018).

Asertividad es una habilidad social implica la defensa y expresión sin vulnerar los derechos de los demás, las personas con el paso del tiempo generan comportamientos asertivos para negociar de un modo razonable para establecer buenas relaciones interpersonales con el propósito de alcanzar un equilibrio en la interacción social para disminuir dificultades conflictivos en una convivencia; esta habilidad relacional es un requisito en las personas para llevar una vida social feliz (Cañón y Rodríguez, 2011).

1.2 Comportamientos asertivos

El comportamiento asertivo implica una expresión del sentimiento propio, necesidad, derecho legítimo y opinión sin practicar amaneza o castigo por los demás sin violación del derecho de otra persona, implica saber expresar una postura sin perjudicar el sentir de los demás (Abrines, 2013).

El comportamiento asertivo se relaciona con la personalidad fundamentada en la razón la misma que impide la impulsividad, esto permite a las personas tener una personalidad en confianza y tranquila, pocas veces sufres estrés no discuten ya que saben actuar y solucionar conflictos promoviendo la paz y sosiego (Osés et al, 2016).

El comportamiento asertivo se centra en la ética como una actitud comunicativa para saber socializar, es inherente al grupo de conductas de un sujeto en un entorno interpersonal, las personas con este tipo de comportamiento solucionan problemas de manera inmediata minimizándose la posibilidad de circunstancias problemáticas, ya que establecen un mensaje emocional correcto, manifiesta un profundo respeto por el yo, mantiene un equilibrio emocional, ya que es positivo y hace un uso adecuado del lenguaje verbal y no verbal, este comportamiento es el producto de una secuencia de conductas conseguidas por medio del aprendizaje y las experiencias cotidianas usando un estilo de comunicación inteligente (Ausique, 2019).

1.3 Consecuencias positivas de asertividad

Poner en práctica asertividad de manera positiva en nuestra vida cotidiana nos permite tener un mejor control del contexto donde nos desenvolvemos porque se refleja en la conducta que impacta a los demás, una obtención óptima, además nos ayuda a lograr un mejor control de uno sin sentimientos de ansiedad o culpabilidad propia.

Desaparecen los síntomas psicósomáticos entre ellos dolor de cabeza, trastorno gastrointestinal, dolor estomacal entre otros. También conlleva a la maximización de las consecuencias favorables y minimización de las desfavorables.

Independientemente del logro de objetivos, coexisten sentimientos de prosperidad por ser capaz de pronunciar sus opiniones. La afirmación de la propia posición es factible que acreciente la posibilidad que ese sujeto sienta respeto por esa posición.

Poseer asertividad va a permitir fortalecer la confianza, potenciar la autoimagen, promover un sentimiento eficaz autopersonal, generación de un bienestar emocional, mejorar la imagen social ya que va a promover el respeto, favorecer la negociación y logro de metas con dependencia directa en la comunicación aumentando la autoestima, eliminando la ansiedad, aumentando las relaciones interpersonales, mejorando la adaptación social, implica utilizar un estilo comunicativo asertivo (Domínguez et al, 2015).

1.4 Importancia de asertividad en las relaciones sociales

La persona es un ser social por naturaleza propia, por ende, este tipo de relación es un ámbito fundamental en el perfeccionamiento de la personalidad, las personas interactúan con los que los rodean haciendo un intercambio de ideas, conocimientos, sentimientos, pensamientos, las relaciones logran establecer sucesos dentro de una cultura grupal durante el proceso de socialización, se trabaja hacia una meta bien definida.

Asertividad es clave para saber llevar las relaciones sociales para favorecer la vida diaria, junto a una autoestima sana, preparación para manejar conflictos, las buenas relaciones interpersonales se dan por medio de una comunicación asertiva donde se pone en practica las habilidades sociales que permiten perfeccionar el respeto por los demás, promoviéndose una comunicación abierta, sincera e idónea, con un dominio idóneo de las emociones (Ríos, 2019)

1.5 Beneficios del asertividad

La persona asertiva se relaciona sin dificultad con los demás, además esta posee una autoestima muy alta y la manera como se ve es diferente a una persona conflictiva. El aprendizaje del asertividad es adquirir estrategias de comunicación que permita expresar opiniones respetando de los demás, y la defensa de los derechos Montejano (s.f).

Genera en las personas una perspectiva conductual relacionada a la capacidad fundamentada en la competencia que brinda a los sujetos elementos esenciales para la adquisición de más competencias que le permitan focalizar sus habilidades relevantes y actitudes comportamentales, aseguramiento de la alineación de la capacidad y perfeccionamiento ha metas grupales, concretizar el uso efectivo de la capacidad y perfeccionamiento de la personalidad (Montes, 2016).

CAPITULO II:

DIFICULTADES ASERTIVAS

En la actualidad se busca la libertad de expresión en ciertas circunstancias no se respeta en la sociedad, trae ventaja para la persona. La educación emocional es esencial por lo que no se debe restar valor ni juzgar la expresión de los niños que la realizan de manera espontánea Tapia (2016).

2.1 Expresión de emociones negativas

El individuo tiene el derecho de poder manifestar sus sentimientos y opiniones de forma correcta en la sociedad. Sin embargo, se guarda el compromiso de evitar la humillación al otro sujeto (Biblio).

Las personas desarrollan sentimientos negativos se enfadan, decepcionan, irritan, siente rabia, malestar, tristeza, son ansiosos, son sensibles a estar frustrados ya que experimentan emociones poco agradables (López, 2015).

Los individuos con este tipo de características suelen guardar todo porque reprimen sus emociones evitándolas mostrar afectando muchas veces la salud física, entre ellas dolor de cabeza o migraña, dolor en el estómago, vómito, hinchazón, gases, estreñimiento, úlcera y diarrea.

También genera acné debido al aumento de la hormona testosterona y cortisol causantes del estrés, asimismo se debilita el sistema inmune, se corre mayor riesgo de adquirir diabetes y ataques al corazón (Cañas y Hernández, 2019).

Dentro de las expresiones usuales de las emociones negativas las personas no saben solicitar favores, expresan resentimientos, no suelen comenzar, continuar y culminar conversaciones armoniosas, no se aceptan, tienen opiniones desafiables, no

saben respetar, prefieren quedarse callados al tener que decir sus sentimientos, en conclusión, suelen ser agresivos y sentimientos represivos (Silva et al, 2015).

2.2 Causas del déficit de asertividad

Dentro de las causas principales es la manera de aprendizaje y educación relacionado con la asertividad como el castigo o ausencia de refuerzo en conductas asertivas, desvalorización del refuerzo social, obtención del refuerzo con ayuda de una conducta agresiva o sumisa, no se realiza una distinción idónea de circunstancias en donde se realiza una respuesta correcta, conocimiento de conductas apropiadas que transmiten ansiedad, desconocimiento de los propios derechos y patrones irritables que conllevan a pensamientos irracionales (González et al., 2015).

Las personas que padecen de las deficiencias en ser asertivos tienen fuertes sensaciones son inhibidos en el momento para expresar lo que desean y conduciendo actuar de manera pasiva, ira, conllevándolas a una agresividad, los sujetos que suelen enfrentarse sentimientos abrumadores que paralizan el control de su conducta siéndose difícil buscar un cambio.

Los individuos que no han logrado desarrollar habilidades sociales se les difícil comunicarse de modo asertivo, enviando mensajes inseguros, cometiendo errores y respuestas inadecuadas en cada instante, siente miedo y agresividad, se muestra enfadado con otras personas, se siente estresado por los mismos niveles de violencia, hostilidad, comportamiento exagerado opositorio y poco productivo a nivel social (Solís y Pezzia, 2018).

2.3 Características de personas no asertivas

Las personas no asertivas tienen una característica principal común en su expresión usan una comunicación pasiva o agresiva, se identifican porque hablan poco y su tono de voz es bajo y poco fluida, tartamudeo, bloqueo, vacilación, silencio y

muletilla, usan demasiadas palabras como supongo y/o quizás; realizan escasas interrogantes y dan respuesta con cortas palabras.

En algunas ocasiones hablan de manera veloz y nada claro, no mantienen un contacto ocular, su mirada es baja, tensa, con dientes ajustados y labios temblorosos, manos nerviosas, postura tensa, no sonríen y presentan movimientos nerviosos.

No expresan sus opiniones poseen poca capacidad para opinar, se antepone ante la opinión de los demás, se siente incomprendidas, son deshonestos emocionalmente, aunque sientan enfado no demuestran desacuerdo, no logran exteriorizar sus sentimientos reales, los sujetos pasivos no anteponen sus derechos de los demás minimizando los propios, respetando a los demás de manera escrupulosa no respetándose a ellos mismos, se sienten poco seguras.

Poseen poca autoestima baja, actúan para complacer al resto; su meta es no enfadar aterrándole los conflictos, no lidian con el desacuerdo siendo incapaz, sus relaciones interpersonales son insanas no disfrutan de las relaciones sociales su estilo comunicativo le motiva a sentir ansiedad, desamparo, tristeza y frustración (Rodríguez et al, 2017).

2.4 Consecuencias de la conducta pasiva

Recordemos que la conducta pasiva es el comportamiento que se muestra en los individuos en la fluctuación al interactuar con los demás al hablar, importando agradando a su entorno sin importar su propio bien con el fin de evitar enfrentamientos con los otros. Una persona con conducta pasiva lleva un estilo de vida caracterizado por “huir”.

Como consecuencia, permite que otros violen sus derechos y no lo respeten. También puede ser que se exprese de una manera “autoderrotista”, con disculpas, falta de confianza, de manera que los demás le dan poca importancia a lo que dice o hace.

Una persona pasiva se inhibe constantemente, es tímida y reservada. No consigue sus objetivos y metas en la vida por lo que vive en constante frustración, infelicidad y ansiedad, pues permite que los demás elijan por ella (Espinoza, 2013).

Son impedimento para establecer relaciones sociales manifestando nerviosismo, su característica es la ansiedad, suelen tener la cabeza agachada y se ruborizan de manera frecuente, suelen tener muchos apuros porque desean pasar inadvertidos para que no les hagan preguntas.

Suelen rehuir la mirada, no ingresan solos a clases, no participan en conversaciones se alejan de los trabajos grupales, tienen pocos amigos, huyen de los juegos grupales, tienen sentimientos de inferioridad, sintiendo inseguridad, se inclinan por la soledad, el enfado, el retraimiento, tienen dificultades en el aprendizaje (Tarazona y Depaz, 2018).

2.5 Consecuencias de la conducta agresiva

En edad escolar los estudiantes con conducta agresiva ocasionan violencia en el salón de clases y tienden hacer rechazados por sus pares, viviéndose una desarmonía realizándose una monotonía en las acciones a realizarse, se convive en disciplina, hay una decadencia en la decoración del ambiente, ventilación e iluminación, sintiéndose aburrimiento.

Se presta escasa atención a las actividades escolares, dentro del hogar se viven procedimientos de decepción cometiéndose errores, rechazo del estudiante por los integrantes del grupo familiar, por ende, el sujeto va creciendo irrespetuoso y odiado (Carrasco, 2006).

Dañan a las personas de manera deliberada ya que perjudica, afecta y daña a sus pares, genera una intensa inquietud, muchas veces los agresores llegan a lesionar a sus víctimas influyendo en la conducta de los agredidos perturbando comportamientos, con su carácter dominando suelen impresionar como personas enérgicas y osadas buscando una reputación intimidatoria (Sabe et al, 2017).

CAPITULO III:

ESTRATEGIAS METODOLOGICAS PARA ADQUIRIR LA ASERTIVIDAD

Para Platón en su frase “Todo aprendizaje tiene una base emocional.”, afirma que desde años muy remotos se tuvo presente el coeficiente emocional relacionándolo con la adquisición de conocimientos por medio del proceso de enseñanza y aprendizaje.

3.1 Reglas básicas para ejercer asertividad

En la actualidad gracias a diversos estudios psicológicos se han podido determinar reglas básicas que conllevan a la ejercitación asertivo, estas reglas aprendidas permiten el perfeccionamiento de la personalidad de modo eficiente, debe existir una preparación para la negociación eficiente, ya que esta permite conseguir lo que se desea con beneplácito del otro, donde ambos obtienen beneficios.

El proceso de la realización de una negociación incluye diversas etapas, preparación, ya que para lograr un objetivo se debe conseguir planificando que involucra una preparación personal que impide ser pasivo o agresivo y la segunda es el dialogo, para ello de se debe tener metas claras, no confundir emoción con meta.

A ello se agrega la interacción interpersonal que radica en saber valorarse, respetarse, adecuación de la autoestima (Corrales et al, 2017).

Dentro de las reglas para poseer un comportamiento asertivo implica aprender a reemplazar los pensamientos negativos, los sentimientos no pueden ser modificados, pero puede varias la forma de interpretación.

Entender que las personas no pueden leer la mente, las personas pasivas comenten el error de afirmar que los demás les leen sus pensamientos o que piensan igual que ellos pensando que el resto suele interpretar sus pensamientos sin antes expresarlos, defender tu propia verdad no la verdad, ya que no existe la verdad

absoluta, ya que muchas veces hemos aceptado ideas para lograr comprender el entorno, cada verdad se basa en las propias experiencias del pasado ello implica saber escuchar a los demás respetando su verdad.

Saber expresar con claridad los objetivos y metas, ser concreto y preciso evitando vagar en ideas generales, hacer referencia a sucesos no a los propios juicios logrando que la comunicación se muy precisa evitando que los demás se sientan juzgados ni agredidos, contagiar emociones positivas que nadie pueda discutir ello implica tener un conocimiento profundo de las propias emociones, reducción de la ansiedad con el lenguaje corporal (Matos, 2014).

3.2 Consideraciones a tener en cuenta en el comportamiento asertivo

Cuando se es asertivo hay seguridad de los propios derechos, lo que conlleva a la tranquilidad. Pero, si se es agresivo, surge la inhibición y se siente el control, como consecuencia surgiendo la agresividad (Mathieu et al, 1981).

El comportamiento asertivo se perfecciona con la ayuda de una actitud abierta al aprendizaje basadas en las oportunidades, son parte de las habilidades sociales permite evolucionar los fracasos, frustraciones, perplejidades, miedos, reacciones de los demás, para ello se debe preparar en la firmeza de pensamientos claros, sabiendo expresar y defender las relaciones interpersonales, para satisfacer la propia vida social con capacidad de influir de manera positiva en los demás, sin violar los derechos de nadie, existiendo una libertad en la expresión, comunicación franca, abierta, facilidad en la comunicación con cualquier tipo de personas y poseer un comportamiento respetable aceptando limitaciones (Sebastián, 2018)

3.3 Técnicas de reestructuración cognitiva

La RC es una metodología empleada en la identificación y corrección de patrones disfuncional del pensamiento, su meta es el cambio de la manera como las experiencias se interpretan, modificándose el pensamiento irracional que genera

malestar, para que sea sustituido por uno racional que ayude a mejorar el estado anímico de los pacientes, ya que las características de ellos es tener un nivel de autoestima y autoeficacia baja; es que donde estas técnicas ayudan a modificar los pensamientos y conductas que les permita disfrutar la vida reduciendo las sintomatologías del caimiento emocional.

Una técnica es la flecha descendente aquí se pretende hacer una identificación de la creencia esencial que se encuentra muy debajo del pensamiento disfuncional, ante esto el terapeuta inicia con la formulación de interrogantes con la finalidad de expandir el entendimiento y comienzo del mantenimiento del pensamiento y sobre la problemática psicológica, entre las interrogantes se presentan: ¿Qué significaría para ti si ese pensamiento es verdadero?, ¿Habría algo malo si el pensamiento fuera verdad? ¿Qué ocurriría de malo?, la finalidad es que el paciente de las posibles respuestas convenientes, hasta que sea incapaz de responder, esto le permitirá que al no tener que brindar mas respuestas plantee la veracidad de sus miedos y excusas, lográndose así la reestructuración cognitiva, modificándose creencias, opiniones, limitaciones, con el fin que el sujeto pase a la interpretación de sus experiencias de modo distinto, planteándose expectativas reales e idóneas.

Una segunda técnica es el dialogo socrático, creado por Sócrates, que consiste en la exploración de ideas muy complejas por medio de un cuestionamiento total; mediante esta técnica se realiza un cuestionamiento del sistema de creencias del paciente, las interrogantes son planteadas de manera similar a la flecha descendente, se formulan interrogantes como: ¿Es real mi manera de pensar?, ¿Mis pensamientos se fundamentan en sentimientos o sucesos reales? Y ¿Qué evidencias poseo para apoyar mis ideas?

Una tercera técnica es la intención paradójica que consiste en plantear al paciente realizar lo contrario a lo que nunca pensó hacer, consta en brindar una secuencia de indicaciones donde lejos de solucionar el problema van a potenciarlo.

Una cuarta técnica es el juego de roles, consta en modificar comportamientos, conductas y pensamientos por medio del role playing, es decir; escenificar, interpretar roles se producen modificaciones significativas en la mente del paciente

incrementando control de emociones y empatía, se aplica una entrevista simulada, ya que emular escenarios son de mucha ayuda, porque se trabajan emociones.

Una quinta técnica es ¿Qué pasaría si...?, una distorsión cognitiva es exagerar la visión de la realidad de manera miedosa en su interpretación, por ende, esta técnica implicar plantear al paciente una misma pregunta siempre creyendo que es lo peor que podría suceder en una situación específica.

Una sexta técnica es enjuiciar los pensamientos, consiste en hacer que el paciente actúe en defensa, fiscalización y juicio de sus propias distorsiones; cumpla la función de un abogado, en primer lugar, el abogado defensor debe tratar de aportar pruebas objetivas de su pensamiento, no opiniones ni interpretaciones, después fiscalizará atacando sus evidencias, para finalizar cumplirá el papel de juez y debe valorar si ha culminado el instante de deshacerse de sus pensamientos. En este proceso el paciente es sometido a un riguroso procedimiento de crítica en su manera de pensar desde diversas visiones de modo objetivo.

En conclusión, nuestras vidas son definidas por la manera como interpretamos las situaciones, por ende, nuestros pensamientos influyen en la manera de percibir nuestra realidad afectando la relación que tengamos con el mundo, Las técnicas de RC permiten cambiar la realidad personal de cada sujeto sin llegar a distorsionarla (Gonzales et al, 2017).

3.4 Técnicas verbales asertivas

Enunciados en primera persona esta técnica permita dar solución o evitar conflictos. Se da por medio de 4 procedimientos: expresión del sentimiento negativo que provoca la conducta de otro sujeto «Recientemente cada vez que estoy contigo me siento angustiado y con tristeza. Presiento que no me valoras y que no te gusta mi compañía...». Descripción de manera objetiva dicha conducta «...ya que frecuentemente te muestras alejado, no me escuchas ni conversas». Explicación de la conducta deseada «Sé que estás muy absorbido por las oposiciones y preocupado, deseo que si te quedas conmigo te desconectes y dedícame atención...» Tapia (s.f)

Existe varias técnicas que ayudan a perfeccionar la asertividad en las personas practicada por medio de una comunicación sencilla donde se transmitan mensajes de calidad que incluyan actitudes asertivas expresando opiniones desde el respeto de manera clara y pausada, entre ellas se encuentran:

La primera técnica es el disco rayado, radica en hacer una repetición de muchas veces afirmaciones sin modificación del tono, ritmo ni volumen de voz sin llegar a ninguna confrontación, se pronuncian frases como: “No me escuchas”, “Si, pero en este instante estoy ingresando sus datos”, “Nunca me presta atención”, “Le repito, sí la escucho, pero a la vez estoy comprobando su información brindada”.

La segunda técnica es el banco de niebla, radica en brindar al paciente la razón sin llegar a enfrentar o discutir, ni que se piense que no se desea ayudar.

La tercera técnica es para el cambio, consiste en brindar una visión general de la discusión relativizándose la reducción del grado de agresividad y/o frustración.

La cuarta técnica es del acuerdo asertivo, aquí se logra llegar a un acuerdo confirmándose el error, brindándose como fundamento que en general es habitual.

La quinta técnica es de la pregunta asertiva, consiste en responder a nuestro receptor con una interrogante que pone en positivo lo que se discute brindando al cliente oportunidades de afrontamiento en el mismo sentido de crítica o deficiencia planteada.

La sexta técnica es de ignorar, ante un enfado o complicación del paciente se debe mantener una conversación constructiva, siendo la más posible empáticos sin llegar a despertar ningún tipo de agresión.

La séptima técnica es el del aplazamiento asertivo, es usada cuando no se es capaz de brindar una solución o respuesta idónea a una reclamación se logra conjugar con la técnica del banco de niebla (Suárez, 2016).

3.5 Estilos de respuestas en asertividad

En todo momento se debe distinguir entre aserción positiva y aserción negativa. En la primera logramos contener conductas: Proporcionar y recoger halagos: “Te queda excelentemente esa camiseta”, “Me agrada la manera que has decorado las

habitaciones”; ser capaces tener efectos reforzantes entre pares: “Te felicito por lo excelente que lo has realizado”, “Hace falta bastante valor para reconocer eso”; expresión del afecto positivo: “Te amo”, “Me agradas”.

Dentro de la aserción negativa, se identifican acciones: Decir que no: “No tengo ganas de ir al cine en estos momentos”, “No me agrada dejar el auto a otros individuos”. Expresar sentimientos negativos: “Sufro cuando sueles comportarte de esa manera”, “Me siento decepcionada”. Aceptar críticas: “Convérsame más de ese tema que te ha incomodado”. Solicitar cambio: “Me agradecería bastante que en el momento que te manifieste mis sentimientos me mires a los ojos, para sentir que me escuchas”. Enunciar opiniones impopulares: “Yo no creo en la existencia de un Dios”.

Para desarrollar estas conductas es esencial situar una sucesión de habilidades asertivas, que admitan saber conllevar estas actitudes comportamentales con triunfo, logrando que se respetes los derechos propios como de los demás.

En la conducta pasiva, el individuo deja a un lado sus propios derechos prevaleciendo de los demás. De esta manera, pretende por todos los medios no producir conflictos evitándose pasar por malos momentos. El mensaje que se comunica es: “Tus opiniones, sentimientos o pensamientos son más importantes que los míos, valen más”; “Lo que tú quieras lo acato”, “Importa más lo tuyo que lo mío”.

Los efectos de los tipos conductuales pueden ser positivos y/o negativos a corto plazo: positivos ya que los sujetos consiguen sus intenciones, abandonando los derechos de las personas de su alrededor y negativos ya que los sujetos pueden lograr una experimentación en su sentimiento de culpabilidad. En un largo plazo los resultados pueden ser negativos, ya que pueden ir almacenando tensiones en sus relaciones con sus pares. Zazo (2018).

Ejemplificaciones de frases asertivas:

-“Me agradecería recibir un incremento de sueldo del 35%, permitiéndome colocarme igual al promedio de quienes desempeñan este mismo empleo”.

-“Disculpa, ¿te molestarías si bajas el volumen de la canción mientras estamos en la habitación? Se me es imposible concentrarme y si continuo así no llegaría a la culminación del informe que debo entregar en unas horas”.

-“Estoy contenta por la investigación que realizaste el jueves. Fue de utilidad para dar solución y cierre al misterioso caso. Felicidades continuas así que llegaras muy lejos”.

-“Disculpa se me es difícil ayudarte. Tengo mi agenda demasiado recargada este fin de semana. Pregúntale a Juan, si te puede apoyar”.

-“Siento que no me tengas en cuenta para las decisiones importantes. En una siguiente ocasión, ¿Tendrías la amabilidad de consultarme directamente qué opino antes de decidir por mí?”.

-“Estoy muy enojada. Saliste con tus amigas sin comunicarme para no hacer planes contigo. Me diste tu palabra que iríamos al cine y no salí con mis amigos por estaba de por medio ese compromiso contigo”.

-“No quiero que cojas mis juguetes sin mi autorización. Me agradecería que me los solicites de manera directa en otra oportunidad y no vuelva a suceder lo mismo, gracias”. Cotino (2018)

CONCLUSIONES

PRIMERA.- La asertividad es la capacidad para reafirmar los propios derechos, sin recurrir a la manipulación. Los principales rasgos de las personas asertivas es conocer los propios derechos y defenderlos, capacidad de discrepar de manera abierta, sus pensamientos son en su mayoría «racionales», nivel alto de autoestima, control de emociones.

SEGUNDA.- La persona con ausencia de asertividad no sabe defender sus derechos, siente respeto por el prójimo no lo hace consigo, voz baja, poca fluidez, con bloqueo y tartamudeo, su mirada es desviada, expresión facial tensa, labios temblorosos, manos nerviosas, optan por comerse las uñas, se queja delante de otros, siente frustración, es manipulado, sacrificada por el otro, sin importar sus ideales, constantes sentimientos de culpabilidad e impotencia, bajo nivel de autoestima, desequilibrio emocional, repercutiendo en los estados de salud.

TERCERA.-La asertividad como habilidad social y comunicativa en la escuela debe ser fortalecida, por medio de estrategias, programas, planes que permitan mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros de la comunidad educativa y por ende practicar una convivencia armoniosa en un marco democrático que permita construir una sociedad pacífica, y la escuela sea el promotor por buscar el cambio interactuando de manera disciplinada y activa con las familias donde se ofrezcan espacios de orientación y apoyo para fortalecer el nivel de asertividad de cada estudiante repercutiendo de manera positiva en el logro de aprendizajes.

CUARTA.- La persona asertiva se va moldeando con el pasar del tiempo según el tipo de entorno en que se desenvuelve, por ende la asertividad es aprendida y mejorada; es importante resaltar la existen de sujetos que tiene la capacidad de comportase de manera social sin mucho esfuerzo sin embargo hay otras que le es difícil, se debe empezar por el autoconocimiento, autoconcepto, autoevaluación, autoaceptación, autorespeto y así escalar a un buen nivel de autoestima, sin estas reflexiones no podemos hablar de asertividad, dejando atrás los miedos o temores del fracaso. Entonces no exista persona que nazca asertivo es una acción conductual aprendida por imitación y refuerzo.

RECOMENDACIONES.

Se recomienda lo siguiente:

- A las autoridades, brindar capacitaciones a docentes sobre la importancia de la asertividad en los estudiantes y docentes,
- A los docentes, poner en práctica técnicas asertivas con los estudiantes y colegas de su institución educativa.
- A los estudiantes, desarrollar estrategias donde se desarrollen la asertividad de manera consiente.

REFERENCIAS CITADAS

- Abrines, V. (2013). Asertividad, aspectos generales. Recuperado de http://www.psicoterapeutas.com/paginaspersonales/Vanessa/asertividad_general.html
- Angelis, P., (2009) Blindsided: Recognizing and dealing with passive-aggressive leadership in the workplace. USA
- Ausique Guerreo, A. M., Guarín Garcés, J (2019). Comportamientos asertivos personal de salud percibidos por usuarios asociados a calidad de atención. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10882/10364>.
- Ayvar Velásquez, H. (2017). La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita. Avances En Psicología, 24(2), 193-203. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2016.v24n2.154>
- Berrios García, N. Toro Adarve, A. (2018) Asertividad en practicantes de psicología de una institución colombiana de educación superior. Psicoespacios 12 (21), p. 60- 75.
- Cañón Montañez, Wilson, & Rodríguez-Acelas, Alba Luz. (2011). Asertividad: una habilidad social necesaria en los profesionales de enfermería y fisioterapia. Texto & Contexto - Enfermagem, 20(spe), 81-87. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072011000500010>
- Carrasco Ortiz, M. Á.; González Calderón, M. J. (2006) Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos Acción Psicológica, 4 (2), 2006, 7-38 Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030758001>
- Castillo, Y., (2014) Influencia del comportamiento agresivo en el ser humano. Recuperado de <https://www.monografias.com/trabajos103/influencia-del-comportamiento-agresivo-ser-humano/influencia-del-comportamiento-agresivo-ser-humano.shtml>
- Cañas, D. C., & Hernández, J. (2019). Comunicación asertiva en profesores: diagnóstico y propuesta educativa. Praxis & Saber, 10(24), 143-165. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8936>

- Corrales Pérez, Alejandra; Quijano León, Nayely K.; Góngora Coronado, Elías Alfonso (2017) Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22 (1), 58-65 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161005>
- Cotino, J. (2018) Qué es la asertividad y cómo puede cambiar tu vida. Recuperado de <https://www.cinconoticias.com/que-es-la-asertividad-y-como-puede-cambiar-tu-vida/>
- De 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 grado de licenciado. Universidad Abierta Interamericana. Buenos Aires – Argentina
- Domínguez Alonso, J., López Castedo, A., Álvarez Roales, E. (2015) Implicación de variables sociales y educativas en la conducta asertiva adolescente. *Aula Abierta* 43 (1), p 26-31 <https://doi.org/10.1016/j.aula.2014.05.004>
- Esfera (2016) Las diez reglas básicas de la asertividad. Recuperado de <https://esferapsicologosmadrid.com/blog/las-diez-reglas-basicas-de-la-asertividad/>
- Espinoza, Rodríguez, G. H. (2013) Conducta Pasiva retraining. Tesis de maestría. Universidad de Guayaquil <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6481/3/Tesis%20Conducta%20Pasiva%20Retraimiento%20GE.pdf>
- Gaeta González, L.; Galvanovskis Kasparane, A. (2009) Asertividad: Un Análisis Teórico-Empírico *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14 (2), 403-425 Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México Xalapa, México <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211992013>
- García, J. (s.f) Asertividad. Recuperado de <http://www.psicoterapeutas.com/pacientes/asertividad.htm>
- Garrido, P, Ortega, N., Escobar, J., García, R (2010) Evaluación de asertividad en estudiantes universitarios, con bajo rendimiento académico. *Revista científica electrónica de psicología ISC- UAEH*. 9. Lima – Perú.

- González Fragoso, C., Guevara Benitez, Y., Jiménez Rodríguez, D. & Alcázar Olán, R.J. (2018). Relación entre Asertividad, Rendimiento Académico y Ansiedad en una Muestra de Estudiantes Mexicanos de Secundaria. *Acta colombiana de Psicología*, 21(1), 116-127. doi: <http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.1.6>* Instituto Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Circuito Ex-Hacienda de la Concepción s/n, Carretera Pachuca – Tilcuautla, C.P. 42060, Hidalgo, México. Tel: (0052) 771 71 72000 Ext. 5104, claudiaglezf@gmail.com
- González Tuta, D. F., Barreto Porez, A. P., & Salamanca Camargo, Y. (2017). Terapia cognitiva: Antecedentes, teoría y metodología [investigación documental]. *Revista Iberoamericana de Psicología issn-l:2027-1786*, 10 (2), 201-207. Obtenido de: <https://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/111>
- Lafamilia.info (2009) Características de la persona asertiva. <http://www.lafamilia.info/crecimiento-personal/caracteristicas-de-la-persona-asertiva>
- Lizárraga, C (2011) Nivel de asertividad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional mayor de San Marcos 2010. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú
- López, Pérez, R. (2015) Expresión de emociones negativas a través de las expresiones faciales entre las culturas. Club del Lenguaje No Verbal. Recuperado de <https://www.comportamientonoverbal.com/clublenguajenoverbal/expresion-de-emociones-negativas-a-traves-de-las-expresiones-faciales-entre-las-culturas-club-del-lenguaje-no-verbal/>
- Mathieu, M.; Wright, J y Valiquette, (1981) Asertividad y habilidades sociales, en Principios y aplicaciones de la terapia de conducta.
- Matos Quezada, M. B. (2014) Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote. Tesis de licenciatura. Universidad Privada Antenor Orrego Scientia et Humanitas.
- Miranda, M (2015) Asertividad y estrategias de aprendizaje en alumnos del nivel superior. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad autónoma del estado de México. México.

- Montejano, S (s.f) La asertividad y su desarrollo. Recuperado de <http://www.psicoglobal.com/habilidades-sociales/asertividad>
- Montes de Oca, J. (2016). Comunicación asertiva y trabajo en equipo: Resultados de un programa de intervención en los supervisores de una empresa. *Propósitos y Representaciones*, 2 (2), 121-196. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n2.62>
- Navarro, P (2014) Qué es la asertividad y cómo ser más asertivo. Recuperado de <https://habilidadsocial.com/asertividad-10-claves/>
- Osés Bargas R. M., Duarte Briceño E. y Pinto Loria M. L. (2016). Juegos cooperativos: efectos en el comportamiento asertivo en niños de 6o. grado de escuelas públicas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 18(3), 176-186. Recuperado de <http://redie.uabc.mx/redie/article/view/886>
- Pérez, R (2011) Gestión eficiente de los recursos humanos. Recuperado de <http://rrhheficientes.blogspot.com/2011/09/la-asertividad-se-aprende-o-se-nace-con.html>
- Recursos de autoayuda (2017) La asertividad — Definición, características y cómo desarrollarla. Recuperado de <https://www.recursosdeautoayuda.com/asertividad/>
- Ríos Odicio, S. R., Aguirre Aranea, E. L. (2019) Importancia de la comunicación asertiva en el ámbito: Personal, Familiar y Educativo. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2381/Sonia_Trabajo_Bachillerato_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Rodríguez Jara, D. D., & Noé Grijalva, H. M. (2017). Acoso escolar y asertividad en institución educativa nacional de secundaria de Chimbote Perú. *Revista de Investigaciones Altoandinas*, 19(2), 179-186. <https://dx.doi.org/10.18271/ria.2017.276>
- Sabeh, E. Caballero, V. Contini, N (2017) Comportamiento agresivo en niños y adolescentes: Una perspectiva desde el ciclo vital. *Publicaciones académicas de la Universidad Católica de Salta*, 10, 77-95.
- Sebastián Raymundo, K. L. (2018) Relación entre asertividad y calidad de vida en pacientes con enfermedad renal crónica en tratamiento de hemodiálisis en una clínica de lima metropolitana. [Tesis para optar el título de licenciatura]. Universidad Peruana Cayetano Heredia.

http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3783/Relacion_SebastianRaymundo_Katty.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Silva Giraldo, C. A., Mejia Jálabe, A., & Suarez, D. A. (2015). La importancia de la comunicación asertiva en el direccionamiento estratégico y ejecución de los proyectos. *Revista Científica Profundidad Construyendo Futuro*, 3(3), 110-115. <https://doi.org/10.22463/24221783.2264>

Solís Rosas, P. D. y Pezzia Wong, C. C. (2018) Asertividad y agresividad en estudiantes de psicología y medicina humana de una universidad particular en lima aplicando el inventario de bakker adaptado. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1428/Tesis%20Asertividad%20y%20Agresividad%20-%20Paolo%20Olivari%20y%20Carmen%20Pezzia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Suárez Villacis, E. P. (2016) La comunicación asertiva y el clima organizacional en la dirección de tránsito, transporte y movilidad del gobierno autónomo descentralizado del municipio de Ambato. [Tesis de titulación] Universidad Técnica de Ambato.

Tapia, R (s.f) La asertividad. Recuperado de <https://www.monografias.com/trabajos91/la-asertividad/la-asertividad2.shtml>

Tarazona Angeles, E. M., Depaz Castillo, J. L. (2018) Influencia de los programas televisivos en la conducta agresiva de los niños de cinco años de la I.E.I N° 122 de Huarupampa – Huaraz. Tesis de licenciatura. Universidad San Pedro.

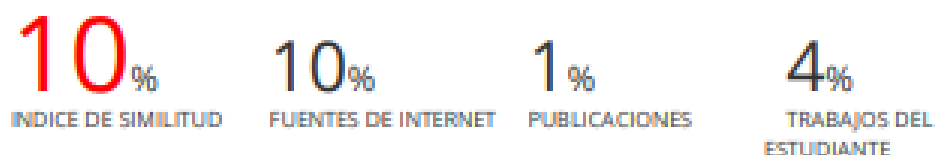
Thiomucase (2015) ¿Qué es la asertividad y cómo puedo aplicarla a mi vida diaria? Recuperado de <https://www.thiomucase.es/thioblog/2014/02/26/%C2%BFque-es-la-asertividad-y-como-puedo-aplicarla-a-mi-vida-diaria/>

Wikipedia (2018) Agresividad. Recuperado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Agresividad>

Zazo, S (2018) Estilos de respuesta en asertividad. Recuperado de http://www.psicoterapeutas.com/paginaspersonales/susana/Estilos_Respuesta.htm

Asertividad en estudiantes del segundo grado de educación secundaria

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	www.lifeder.com Fuente de Internet	2%
3	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	www.slideshare.net Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad de Burgos UBUCEV Trabajo del estudiante	1%
6	www.tipsempresariales.com Fuente de Internet	1%
7	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	

		<1 %
10	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
11	08e8055a-a-e2be1032-s- sites.googlegroups.com Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	repository.ean.edu.co Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.