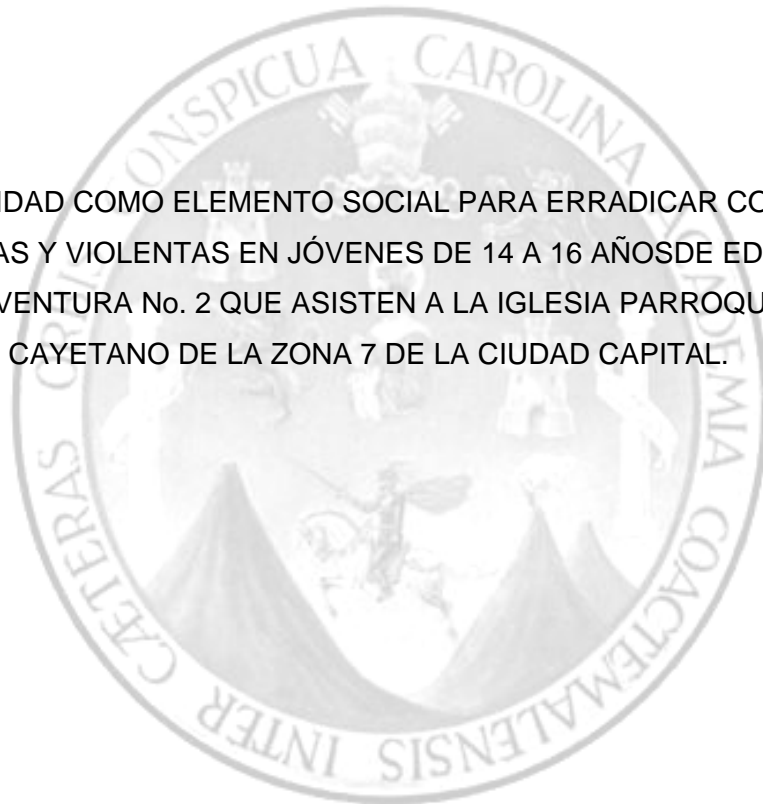


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS
AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL
GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN
CAYETANO DE LA ZONA 7 DE LA CIUDAD CAPITAL.



MARIANA MELANI RUIZ FUENTES
KARLA LORENA CORDÓN TREJO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2006

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS
AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL
GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN
CAYETANO DE LA ZONA 7 DE LA CIUDAD CAPITAL.

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR
MARIANA MELANI RUIZ FUENTES
KARLA LORENA CORDÓN TREJO

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE
PSICÓLOGAS

EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIATURA

GUATEMALA, 12 DE OCTUBRE DE 2006

MIEMBROS CONSEJO DIRECTIVO

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín

DIRECTORA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciado Helvin Velásquez Ramos; M.A.

SECRETARIO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo

Doctor René Vladimir López Ramírez

REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS

CONSEJO DIRECTIVO ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciada Loris Pérez Singer

REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS

CONSEJO DIRECTIVO ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Brenda Julissa Chamám Pacay

Edgard Ramiro Arroyave Sagastume

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

CONSEJO DIRECTIVO ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



c.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 582-2006
CODIPs. 1465-2006

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

12 de octubre de 2006

Estudiantes

Mariana Melani Ruiz Fuentes
Karla Lorena Cerdón Trejo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto UNDÉCIMO (11º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL SEIS (57-2006) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 09 de octubre de 2006, que copiado literalmente dice:

"UNDÉCIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación titulado: **"LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN CAYETANO DE LA ZONA 7, DE LA CIUDAD CAPITAL"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

MARIANA MELANI RUIZ FUENTES
KARLA LORENA CORDÓN TREJO

CARNÉ 1999-18038
CARNÉ 2001-13858

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Licenciado Juan Antonio Álvarez Caal y revisado por la Licenciada María de Lourdes Hun Cacao. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Helyin Velásquez Ramos; M.A.
SECRETARIO



/Gladys



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

REG. 582-2006
CIEPs. 180-2006

Guatemala, 3 de octubre de 2006

INFORME FINAL

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
EDIFICIO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada María de Lourdes Hun Cacao, ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACION, titulado:

"LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN CAYETANO DE LA ZONA 7, DE LA CIUDAD CAPITAL"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No

Mariana Melani Ruiz Fuentes
Karla Lorena Cordón Trejo

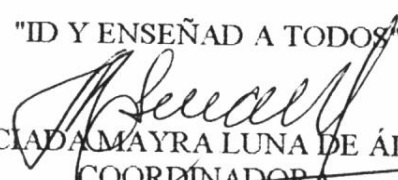
199918038
200113858

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


LICENCIADA MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ
COORDINADORA

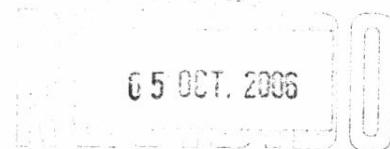
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA -CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"


c.c. archivo

MLDA / edr



Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM - CUM - CUM



Firma:  Hora: 19:20 Registro: 582-06



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14

e-mail: usaepsic@usac.edu.gt

CIEPs. 179-2006

Guatemala, 3 de octubre de 2006

LICENCIADA
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA
CIEPs. "MAYRA GUTIÉRREZ"
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LICENCIADA DE ÁLVAREZ:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACION**, titulado:

"LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN CAYETANO DE LA ZONA 7, DE LA CIUDAD CAPITAL"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No.

Mariana Melani Ruiz Fuentes
Karla Lorena Cordón Trejo

199918038
200113858

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE**, y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

LICENCIADA MARÍA DE LOURDES HUN CACAO
DOCENTE REVISORA

c.c.: archivo

MDLHC / edr



Guatemala, 28 de Agosto de 2006

LICENCIADA
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA -CIEPs.-
"MAYRA GUTIÉRREZ"

Licenciada Luna de Álvarez:

Por este medio le informo, yo el Licenciado Juan Antonio Álvarez que tengo a mi cargo la asesoría del INFORME FINAL, titulado:

**"LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR
CONDUCTAS AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE
EDAD, DEL GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA
PARROQUIAL SAN CAYETANO DE LA ZONA 7, DE LA CIUDAD CAPITAL"**

Elaborado por las estudiantes Mariana Melani Ruiz Fuentes con carnet no. 199918038 y Karla Lorena Cerdón Trejo con carnet no. 200113858 de la Carrera de Licenciatura en Psicología.

Por considerar que el mismo llena los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología para su APROBACIÓN, solicito se proceda con los trámites respectivos.

Atentamente,


LICENCIADO JUAN ANTONIO ÁLVAREZ
DOCENTE ASESOR



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

REG. 582-2006

CIEPs 81-2006

DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Guatemala, 4 de septiembre de 2006

ESTUDIANTES:
Mariana Melani Ruiz Fuentes
Karla Lorena Cordón Trejo

CARNÉS Nos.
199918038
200113858

Informamos a ustedes que el **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**, de la Carrera de Licenciatura en Psicología, titulado:

"LA ASERTIVIDAD COMO ELEMENTO SOCIAL PARA ERRADICAR CONDUCTAS AGRESIVAS Y VIOLENTAS EN JÓVENES DE 14 A 16 AÑOS DE EDAD, DEL GRUPO AVENTURA No. 2 QUE ASISTEN A LA IGLESIA PARROQUIAL SAN CAYETANO DE LA ZONA 7, DE LA CIUDAD CAPITAL"

ASESORADO POR: Licenciado Juan Antonio Álvarez

Por considerar que reúne los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs.- "Mayra Gutiérrez", ha sido **APROBADO**, y les solicitamos iniciar la fase de Informe Final de Investigación.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAN A TODOS"

LICENCIADA MARÍA LOURDES HUN CACAO
DOCENTE REVISORA



Vo.Bo.

LICDA. MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, Coordinadora

Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs.- "MAYRA GUTIÉRREZ"

c.c. Archivo CIEPs..

MDLHC / edr





PARROQUIA SAN CAYETANO

30 avenida "D" 13-73 zona 7, ciudad de plata II, Guatemala. Tel: 2473 9055 fax: 2473 8455
sancayetano@donottorino.org

Guatemala, 28 de agosto de 2006

Licenciada
Mayra Luna de Álvarez,
Coordinadora General
Centro de Investigaciones en Psicología – CIEPS.-
Universidad de San Carlos de Guatemala
"Mayra Gutiérrez"

Estimada Lic. Luna de Álvarez:

Reciba de nosotros un cordial saludo y la bendición de Dios y nuestra Santísima Madre, la Virgen María.

Por este medio me dirijo a usted para informarle que las estudiantes: **MARIANA MELANY RUIZ FUENTES** con carnet No. 199918038 y **KARLA LORENA CORDON TREJO** con carnet No. 200113858, han realizado el trabajo de campo, ambas de la carrera de Licenciatura en Psicología, del proyecto de investigación titulado:

"La asertividad como elemento social para erradicar conductas agresivas y violentas" en jóvenes de 14 a 16 años de edad, del grupo Aventura No. 2 que asisten a la Iglesia parroquial San Cayetano de la zona 7 de la ciudad Capital.

A la vez aprovecho la oportunidad para hacer de su conocimiento que las estudiantes se desempeñaron con profesionalismo, puntualidad y excelencia.

Agradeciendo su atención me despido de usted.

Atentamente,


Diacono José Creazza



AGRADECIMIENTOS

A la Universidad de San Carlos de Guatemala, en especial a la Escuela de Psicología.

A Licenciado Juan Antonio Álvarez por su asesoría y orientación en todo momento.

A Licenciada María de Lourdes Hun Cacao por su ayuda y revisión del presente trabajo.

A Licenciado Abraham Cortez por su apoyo y colaboración en nuestro proyecto de investigación.

A La Parroquia San Cayetano por permitirnos la realización de nuestra investigación.

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

#

DEDICATORIA

Mariana Melani Ruiz Fuentes

A Dios:

Ser Supremo que siempre me guió y me dio la sabiduría para poder realizar una de mis metas.

A Mis Padres:

Por ser aquellas personas a quienes les debo la vida, la formación y el conocimiento, por el apoyo, tiempo y confianza que en todo momento depositaron en mi persona, a ellos en especial.

A Mi Hija:

Por ser mi fuente de inspiración y lucha constante por ver realizada esta meta.

A Mi Esposo:

Por su cariño, apoyo, tiempo y comprensión incondicional que me ha brindado en todo momento.

A Mi Hermana:

Por su valiosa ayuda en la realización de esta gran meta.

A Mi Cuñado:

Por su apoyo que me ha brindado.

A Mis Compañeros de Estudio:

Por todos los momentos compartidos.

DEDICATORIA

Karla Lorena Cordón Trejo

MI AGRADECIMIENTO PRINCIPAL:

Dios, papito querido, por ser la mano en mi hombro y por enseñarme a ver más allá de lo que mis ojos ven.

A MI MAMÁ:

Elva Marina Trejo A. de Cordón, por creer siempre en mí y ayudarme incondicionalmente, por ser mi mejor amiga y confidente. Por enseñarme la importancia de luchar por lo que se quiere y no rendirme.

A MI PAPÁ:

Oscar Humberto Cordón León, Q.E.P.D.†(Noviembre1998), porque siempre quiso lo mejor para mí. Por inculcarme la importancia de que me supere siempre. Mi ejemplo de excelencia.

A MI ÚNICO HERMANO:

Daniel Cordón, porque aún sin saberlo fuiste una motivación para mí.

A MI AMIGA:

Evelyn Aída Samayoa, mi primera gran amiga de la U.

A MIS AMIGAS QUE NO MENCIONO

A MIS COMPAÑEROS DE ESTUDIO:

Por todos los recuerdos inolvidables y gratos que me dejaron.

Y a:

Todas aquellas personas que estuvieron relacionadas estrechamente con mi crecimiento personal.

#

INDICE

Prólogo.....	1
Capítulo I	
I. Introducción.....	2
II. Marco Teórico	
II. 1. Violencia y agresión.....	4
II. 2. Sociedad.....	7
II. 3. Maltrato o Violencia Intrafamiliar.....	9
II. 4. Dinámica de la Violencia.....	9
II. 5. Aprendizaje de Conductas.....	11
II. 6. Adolescencia y las amistades.....	12
II. 7. Asertividad.....	14
II. 8. Derechos asertivos.....	16
II. 9. La persona pasivo-agresiva.....	18
II. 10. La persona agresiva.....	18
II. 11. La persona asertiva.....	19
II. 12. Técnicas de Asertividad.....	20
Capítulo II	
Técnicas e instrumentos (o procedimientos).....	22
Capítulo III	
Presentación, análisis e interpretación de resultados.....	25
Capítulo IV	
Conclusiones y recomendaciones.....	36
Bibliografía.....	38
Anexos.....	39
Resumen.....	63

#

PRÓLOGO

Esta investigación de asertividad se basó en una técnica de la terapia cognitivo-conductual que es importante para modificar conductas tanto agresivas como no asertivas y el propósito de ésta fue ayudar a los jóvenes que asisten a la Parroquia San Cayetano a tener conductas más asertivas en su trato con los demás jóvenes, con sus papás y sobre todo con sus hermanos con los que se observó que tienen más problemas en su trato diario, por eso puso en práctica llevar a cabo los siguientes objetivos generales, que fueron: Contribuir con la población adolescente del grupo Aventura No. 2 en el manejo de conductas asertivas, así también a enseñar conductas asertivas a los jóvenes del grupo para el cambio de conductas agresivas o pasivo-agresivas.

Con esta investigación se pretendió comprobar qué cantidad de la población manifiesta conductas asertivas o no asertivas para enseñarles a modificar conductas no deseadas para relacionarse con las demás personas, como primer paso se observó y entrevistó a cada joven sobre su comportamiento que tenían en situaciones normales y también estresantes, obteniéndose como resultados respuestas no asertivas y agresivas tanto en su comportamiento verbal como no verbal. Al obtener resultados no asertivos en los instrumentos se llevaron a cabo talleres para la enseñanza de las diferentes técnicas asertivas, al finalizar las sesiones de los talleres se comprobó la eficacia de éstos evaluando por medio de un test a los jóvenes y se logró en una mayoría considerable, el cambio de conductas no asertivas por asertivas. Las condiciones en las que se realizó dicha investigación fueron los días viernes por la tarde con los adolescentes que se encuentran entre las edades de 14 a 16 años y sus animadores, actividades tales como talleres, observaciones, entrevistas y los instrumentos estandarizados y no estandarizados que se les pasó de forma individualizada para ver su comportamiento personal. Se pensó especialmente en estos jóvenes ya que ellos han mostrado interés en temas como el de relaciones interpersonales y entre estos entra lo que es la asertividad.

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN

Esta investigación de la asertividad como un elemento para erradicar conductas agresivas y violentas se realizó con adolescentes porque es una de las etapas en las cuales se requiere mucha atención, comprensión y cariño por parte de la familia, y porque estos han sido catalogados como una época de rebeldía, que implica perturbación emocional, conflicto con la familia, aislamiento de la sociedad de los adultos y hostilidad hacia los valores de éstos. Una razón para que los jóvenes se vean en problemas es su falta de destrezas o conocimientos, además, se presentan ante situaciones nuevas, fuera de su rutina, que son comunes para los adultos. Así, también, sus malos comportamientos pueden ser notorios; con frecuencia, los cometen en presencia de otras personas y a menudo entran en conflicto.

El mayor peligro de asumir que los conflictos de la adolescencia son normales y necesarios es que padres, maestros, y líderes comunitarios pueden considerar de manera errada que los adolescentes “superarán” los problemas y puedan dejar de reconocer que un joven necesita más ayuda. Además, al precisar las características individuales de los adolescentes conflictivos, es necesario prestar atención a la influencia del ambiente, la familia, el grupo de compañeros y la comunidad para encontrar los mecanismos que reduzcan la exposición .

La etapa de la adolescencia en la familia puede llegar a crear algo de conflictos entre los adolescentes y sus padres, lo cual es normal, ya que los adolescentes llegan a sentir tensión entre la dependencia de sus padres y la necesidad de liberarse, con frecuencia los padres también tienen sentimientos mixtos. Y eso es algo que dejaron saber los jóvenes en sus respuestas que dieron al hablar con ellos, tanto que a veces sienten culpa y mucha ansiedad cuando cometen errores y piensan que los adultos se van a enojar con ellos. Dicha investigación se desarrollo dentro de la parroquia, se evaluó a través de cuestionarios y observaciones y en base a sus respuestas se dieron talleres de

asertividad realizados todos los viernes por la tarde del mes de Junio. Con los cuales se comprobó que los jóvenes estaban muy interesados en mejorar sus relaciones interpersonales, ya que lo comunicaron y estuvieron muy interesados en colaborar.

Al inicio de la investigación al observar y entrevistar a los jóvenes se pudo obtener resultados de conductas no asertivas, ya que en la observación se recolectaban datos del lenguaje no verbal y en la encuesta se recabó información de las diferentes situaciones que los adolescentes enfrentaban en su vida diaria y que pensamientos y conductas tenían en esas diversas circunstancias, por ejemplo que pensamientos tienen antes, durante y después de una situación temida y algo muy importante como actuaban con las demás personas, también que síntomas físicos presentaban (taquicardia, náuseas, mareos, tartamudeo) y preguntas que los jóvenes pudieran contestar para focalizar también en que momentos se sentían tranquilos y seguros. En base a esos resultados se dieron talleres para transmitir técnicas de interrelación personal y enseñar herramientas adecuadas para el manejo de conductas agresivas.

Para comprobar el cambio de conductas se evaluó a los adolescentes con un test estandarizado que daba únicamente tres resultados, ya fuera conducta asertiva, no asertiva o conducta agresiva. Obteniendo como resultado que la mayoría de jóvenes tenían conductas asertivas después de la enseñanza de las diferentes técnicas asertivas. Por lo que se concluye que la asertividad es posible de cambiar a través de la transmisión de las herramientas adecuadas para relacionarse correctamente con los demás al tener también el conocimiento de que las demás personas al igual que sí mismo se cuentan con derechos que deben de respetarse para una mejor convivencia personal y comunitaria.

MARCO TEÓRICO

I. Violencia y agresión:

Violencia y agresión incluyen siempre una valoración social, aunque esa valoración puede ser positiva en unos casos, negativa en otros. Hacker mantiene precisamente que el dinamismo que impulsa el espiral de la violencia se encuentra en su justificación social: “La violencia, prohibida como delito, es perpetuada, rebautizada y justificada como sanción”¹. De esta manera “La justificación produce y hace progresar lo que quiere negar y esconder: la propia violencia”, e “induce a la imitación, tanto de la justificación como de la violencia”². La justificación constituye así un aspecto esencial para entender la acción violenta y la agresión. La justificación abre o cierra el ámbito social a la realización de determinados comportamientos violentos así como alimenta la intención de sus autores. Por ello el carácter externo del comportamiento debe ser interpretado a la luz de la intención personal y de la valoración social, la misma formalidad del acto como violento o agresivo supone una definición social sin la cual se pueden confundir los percibidos por un espectador en una aglomeración pública con los golpes recibidos por un preso político a mano de sus captores policíacos.

En este sentido, la perspectiva social como estudio de la acción en cuanto ideológica nos obliga a ir más allá de la apariencia visible de la conducta que el ser humano adopta ante ciertas situaciones de su vida, dichos actos son medios constitutivos de la violencia. En todo acto de violencia cabe distinguir cuatro factores constitutivos: la estructura formal del acto, la ecuación personal, el contexto posibilitador y el fondo ideológico. La estructura formal se trata de la conducta como forma extrínseca, pero también de la formalidad del acto como totalidad de sentido. Todo acto violento tiene una configuración caracterizada por la aplicación de un exceso de fuerza sobre una persona o grupo de personas, sobre una organización o un proceso. Un acto de violencia instrumental es aquel realizado como medio para lograr un objetivo diferente, mientras que el acto de

¹ Hacker Frederick; **Agresión**; Barcelona; Grijalbo; 1973.

² Ibid, Pág. 186

violencia final es aquel realizado por si mismo, es decir, el acto buscado como fin.

Los estudios experimentales llevan a pensar que “la principal forma de violencia entre los seres humanos es de orden instrumental, y que, no se mata tanto por pasión cuanto por interés”³. El segundo aspecto del acto de violencia es la llamada ecuación personal, es decir aquellos elementos del acto que solo son explicables por el particular carácter de la persona que lo realiza. No todos los actos de violencia, son atribuibles a trastornos de la personalidad sin embargo, ciertas formas patológicas conducen con frecuencia a la ejecución de actos violentos o a agresiones sin mas desencadenante que los problemas particulares del propio individuo. El tercer factor constitutivo de la violencia es el contexto posibilitador. Para que se realice un acto de violencia o de agresión debe darse una situación mediata e inmediata, en la que tenga cabida ese acto. Ante todo debe darse un contexto social que estimule o al menos permita la violencia. Con ello nos referimos a un marco de valores y normas, formales o informales, que acepte la violencia como una forma de comportamiento posible e incluso la requiera.

Se da en segundo lugar, un contexto inmediato de la acción violenta, que se refiere a la idea que circula en el ambiente de que se vive en un mundo violento, donde el que no agrede corre el peligro de ser agredido por los demás. El cuarto y ultimo elemento constitutivo de la violencia es su fondo ideológico. La violencia, incluso aquella considerada gratuita, remite a una realidad social configurada por unos intereses de clase, de donde surgen valores y racionalizaciones que determinan su justificación. Los actos violentos o de agresión, entonces tienen toda una configuración alrededor de la realidad social, por lo que no son ajenos a la misma, así entonces, los distintos tipos de conductas violentas y desafiantes que son utilizadas por los jóvenes necesita ser interpretadas y situadas desde los elementos constitutivos de la violencia, para llegar a la raíz de los elementos sociales que lo definen.

Al posicionarnos para darle sentido al acto de conductas violentas en los

³ Dollard, John, **Frustración y agresión**; New Haven; Yale University Press; 1989.

jóvenes del Grupo Aventura 2, no fue algo fácil, para poder hacerlo, se partió de la idea de que fue un acto violento o sea un acto de agresión, ambos actos giran alrededor de unos elementos que lo vincularon a los problemas sociales y no solo fue necesario situarlo desde el marco social, sino que fue también necesario situarlo, ese acto desde la vida misma de esos jóvenes, desde su propia particularidad por lo que se consideró que el enfoque más adecuado fue el de la frustración-agresión. El postulado básico de este modelo fue el siguiente: “La agresión es siempre una consecuencia de la frustración. Más específicamente, la proposición establece que la conducta agresiva presupone siempre la existencia de una frustración, y a su vez, la existencia de la frustración siempre conduce a alguna forma de agresión”⁴. Por frustración se entiende aquel estado o condición que se produce cuando se impide a un individuo realizar una respuesta buscada como objetivo, mientras que la agresión es aquel acto que busca producir daño en un organismo. La tendencia a la agresión varía en función directa del grado de frustración experimentada por el individuo. En concreto, tres son los factores principales que determinan, la fuerza de la tendencia hacia la agresión: la fuerza con que se tendía hacia la respuesta frustrada, el grado de interferencia experimentado y el número de frustraciones sufridas.

Según John Sabini, “la hipótesis sobre la relación entre frustración y agresión puede entenderse desde una perspectiva sociológica y una perspectiva psicológica”⁵. La visión sociológica propone que hay momentos o situaciones en las cuales las personas no pueden lograr los objetivos más valorados socialmente por los medios comunes. La agresión sería entonces una forma extraordinaria, una forma innovadora de lograr esos objetivos ansiados aunque al margen de la ley. La perspectiva psicológica estaría constituida por la visión freudiana de que la agresión puede ser una consecuencia directa y en cierto modo irracional ante el bloqueo de los deseos.

El modelo de la frustración agresión constituye una de esas explicaciones

⁴ Ibid, Pág. 60.

⁵ Sabini, John; **La violencia, perspectivas sobre el asesinato y la agresión**; San Francisco; Jossey-Bass; 1978, Pág. 87

que encuentra fácil reflejo en la experiencia personal de casi todas las personas. Así, se debe interpretar los actos agresivos o violentos, situarlos desde los objetivos particulares de cada uno, que dadas unas características sociales se ven truncados, y ya en el aspecto individual los deseos han sido frustrados, así probablemente en los jóvenes del grupo Aventura # 2, el proceder con conductas violentas constituye una manifestación social e individual que fue interpretada desde el punto de vista sociológico y psicológico.

II. La Sociedad:

“El desarrollo social implica aprender a actuar y convivir dentro de una cultura o sociedad, como miembro de ella; a veces también se hace necesario aprender a inhibir los impulsos y en ocasiones especiales, se requiere hacer cosas que pueden ser desagradables. El individuo se vuelve social a través de sus relaciones con otras personas de las que aprende hábitos culturales, costumbres y a diferenciar lo que aceptado de lo que no lo es por la sociedad a la que pertenece”⁶. Por lo que una actitud es la predisposición para responder favorable o desfavorablemente hacia una persona, objeto, situación o suceso. Cuando una persona expresa una opinión está verbalizando su actitud. Aunque también se pueden revelar muchas otras actitudes de otras maneras; por ejemplo la forma en que una persona trata a los miembros de un grupo minoritario revela su actitud hacia ellos. Todas las personas asumen una actitud hacia todas las cosas, por lo que desde tiempos remotos el hombre ha buscado encontrar los medios necesarios para convivir con sus semejantes, en muchas ocasiones esos mecanismos o intentos de convivencia han fracasado.

Las actitudes egoístas, la carencia de valores morales, la desintegración familiar, la corrupción y el abuso del poder, son algunos de los muchos factores que han bloqueado la convivencia pacífica, llegando a ocasionar la decadencia social, y esta decadencia ha traído un deterioro gradual en la persona, familia, y desde luego en la sociedad. La decadencia social no es un hecho aislado, sino que es producto de muchos factores que atañen a la sociedad. Por lo que la

⁶ Baró, Ignacio Martín; **Acción e ideología**; San Salvador; Uca Editores; 1999; 458 páginas; pág. 65

institución más importante donde se crean cambios radicales, es la familia, pues la cual prepara a los individuos para enfrentar la vida social, fortaleciendo a la familia se podrán hacer cambios de fondo en la sociedad. Otra institución que hoy más que nunca juega un papel importante, dentro del cambio de la conducta personal, es la escuela, ya que la formación del individuo empieza desde la niñez donde puede encontrar modelos de actitudes, pues es allí donde se aprende a ser reflexivo, y despierta su capacidad de creación, así como encuentra su vocación para afrontar la vida con optimismo y entusiasmo. La valoración de un comportamiento como bueno o malo supone la confrontación de los intereses sociales con las necesidades individuales por lo que hay que tomar en cuenta que son distintas las circunstancias y los factores que contribuyen en el desarrollo de ciertas conductas dentro de la sociedad, ya que toda conducta es aprendida y por consiguiente, a ella se pueden aplicar los principios que rigen el aprendizaje de cualquier conducta, por lo que se hace necesario tomar en cuenta que muchas de ellas son las causantes de los diversos problemas que atañen a la sociedad.

Una de las primordiales instituciones básicas de la sociedad es la educación, tanto por su origen como por sus funciones, es un fenómeno eminentemente social. Lo que forma al ser social es el conjunto de valores y factores culturales de un grupo integrados por lengua , la moral, la religión, las costumbres, los hábitos de vida, las tradiciones, la conducta, los conocimientos sistemáticos, etc; establecer y constituir ese ser en cada uno de nosotros es el objetivo concreto de la educación. La ideología, los valores, los hábitos y las creencias se adquieren por la tradición, se aprenden por la vía social . Mediante la educación y gracias al poder de plasticidad que da a la naturaleza humana una diversidad de aptitudes y tendencias capaces de tomar diversas direcciones, permiten a la sociedad hacer del hombre un ser humano modificando y dirigiendo lo que en él existe en potencia, pero siempre de acuerdo a las necesidades, los valores e ideales de vida de cada grupo.

III. Maltrato o violencia intrafamiliar:

El maltrato o violencia Intrafamiliar es un tema del que muchos profesionales se han querido ocupar y del que la mayoría de las personas tiene conocimiento por un caso cercano sea de un familiar, amigo, vecino, compañero de trabajo o conocido. Para empezar a definir, el maltrato Intrafamiliar es una violencia que ocurre dentro de la familia y que se puede manifestar tanto de manera física como verbal. Es importante decir que en muchos casos a pesar de que el agresor ya no convive bajo el mismo techo con el resto de la familia, pero va "de visita" y se presenta un episodio de maltrato, se incluye igualmente en la categoría de maltrato o violencia Intrafamiliar. Es importante anotar que en todas las familias hay conflictos por diversos motivos y que sería descabellado pensar en la familia y la pareja perfecta, porque como seres humanos no somos infalibles y perfectos y por ende cometemos errores que nos afectan no solo a nivel personal sino que llegamos a afectar a nuestros seres queridos. Partiendo de este punto es importante distinguir y entender que hay diferentes formas del maltrato, ya que este no se reduce a los puños y las patadas, sino que existen otra serie de comportamientos y acciones que se pueden catalogar como tal: Violencia física: dentro de este se incluyen golpes, patadas, cachetadas, puños y cualquier tipo de agresión física. Violencia encubierta o psicológica: se refiere al tipo de violencia que no muestra signos físicos, es decir, las humillaciones, burlas mal intencionadas, ironías y comportamientos en general que hagan que la pareja se sienta agredida. Es importante decir que dentro de las discusiones de pareja se pueden presentar este tipo de situaciones, lo ideal es que las personas dentro de la discusión intenten calmarse y cuando estén serenas le comenten a su pareja lo que les disgusta de la forma como les habla e intentar mejorar esta situación. Si estos episodios se repiten constantemente a pesar de haber hablado con la pareja sobre esto, es evidente que se está presentando violencia constante.

IV. Dinámica de la violencia:

Básicamente la dinámica de la violencia tiene tres momentos: acumulación de tensión: durante esta etapa se presentan altos niveles de estrés por diferentes

situaciones del hogar o de la relación, se presentan discusiones hasta por pequeñas cosas y hay altos niveles de tensión en ambos miembros de la pareja. Muchas veces hay violencia encubierta con gritos, burlas, comentarios desagradables respecto al otro y otro tipo de comportamientos que generan ira y desesperación. En algunos casos se presenta violencia hacia la cosa es decir que se rompen cosas, se tiran puertas o se arrojan objetos contra las paredes. Episodio agudo de violencia: en este punto hay tensión acumulada en la fase anterior, la cual se libera a través de la violencia física, el abusador después del episodio se siente más relajado debido a que desaparecen la tensión y el estrés.

En este punto la persona agredida se siente muy confundida y dolorida no solo físicamente sino psicológicamente, se siente impotente y con un miedo intenso a que se repita nuevamente el episodio de violencia. Etapa de calma y arrepentimiento: Esta etapa se caracteriza por un momento de calma donde el agresor se muestra arrepentido por lo sucedido y da muestras de amor y cariño prometiéndole a su pareja que “esto nunca más volverá a pasar” e inclusive que desea buscar ayuda profesional para cambiar, es un período de luna de miel donde él miembro de la pareja maltratado cree que las cosas van a mejorar y que con su amor él otro va a cambiar o todo va a estar bien.

La violencia no es un hecho aislado y requiere una atención profesional tanto desde el marco psicológico como del legal para tomar medidas y evitar que el episodio de violencia vuelva a ocurrir. La historia personal de quienes están involucrados en situaciones de violencia intrafamiliar, muestra que la violencia se aprende de modelos de familias que utilizan la violencia en sus relaciones de familias, víctimas en su infancia de muchas clases de violencia intrafamiliar como por ejemplo: Violencia de palabras, violencia psicológica, violencia por golpes, agresiones físicas, violencia con amenaza de armas blancas y de fuego, violencia económica, violencia social, violencia sobre efectos del alcohol, violencia por abandono, violencia por abuso sexual, violencia por efecto de las drogas, violencia por embarazo no deseado.

V. Aprendizaje de Conductas:

La conducta violenta se aprende y la primera oportunidad para aprender a comportarse agresivamente surge en el hogar observando e imitando la conducta agresiva de los padres de familiares, otros familiares e incluso personajes que aparecen en los medios de comunicación máxima. Las reacciones de los padres que premian la conducta agresiva de sus hijos y el maltrato infantil por parte de ellos, son algunos de los mecanismos mediante los cuales los niños aprenden a una temprana edad a expresarse en forma violenta. El niño aprende estímulos agresivos con conductas violentas y a responder con violencia o frustraciones u otros eventos nocivos. A pesar que los niños abusados no necesariamente crecen y repiten el tipo de abuso experimentado, y los adultos violentos no necesariamente han tenido una niñez abusiva, los estudios muestran una relación significativa entre la víctima durante la niñez (tanto los niños que son abusados como los que son testigo del abuso crónico de otros familiares).

La violencia también se aprende en la escuela y en las calles. En muchos casos la violencia se manifiesta contra la mujer como sufrimiento físico, sexual o mental en contra de ella. También en otros casos de violencia incluyendo amenazas, o la privación arbitraria de la libertad, tanto en la vida pública como en la privada. Es víctima también de abuso sexual en su propio hogar cuando ocurre robos, violación física o criminalidad, mutilación genital, etc. También es víctima cuando es maltratada por su pareja o algún familiar equis sexualmente psicológicamente y físicamente. No se considera las manifestaciones de violencia intrafamiliar de mujeres hacia hombres por efectuarse con poca frecuencia y ser producto en muchos casos de la defensa propia. Desde el punto de vista individual del agresor, los factores que incrementan el riesgo de comportamiento doméstico violento son: Ser hombre, presenciar violencia matrimonial, ser víctima de abuso, rechazo o abandono en la niñez, uso de alcohol.

El maltrato infantil es un problema multicausal, determinado por múltiples fuerzas que actúan en el individuo, en la familia, en la comunidad y en la cultura donde éste se desenvuelve, impidiendo o dificultando su desarrollo integral. “Son muchas las razones que inducen a creer que el maltrato y descuido de menores

se tornará todavía más común a medida que los países hacen la transición de economías reglamentadas a economías de mercado más abiertas y con menos estructuras para el bienestar social. Debido a que el crecimiento urbano recarga los servicios médicos y sociales; debido a que las mujeres ingresan al mercado de trabajo cada vez en mayor número; y debido a que por diversas causas más familias se ven desplazadas de sus hogares y de su entorno cultural”⁷.

VI. La Adolescencia y las amistades:

Una de las etapas en las cuales se requiere mucha atención, comprensión y cariño por parte de la familia, es en los años de adolescencia, estos han sido llamados una época de rebeldía, que implica perturbación emocional, conflicto con la familia, aislamiento de la sociedad de los adultos y hostilidad hacia los valores de éstos. La adolescencia no suele incluir amplia perturbaciones emocionales, aunque los estados de ánimo aumentan entre los hombres y mujeres en esta etapa.

Una razón para que los jóvenes se vean en problemas es su falta de destrezas o conocimientos, además, se presentan ante situaciones nuevas, fuera de su rutina, que son comunes para los adultos. Así, también, sus malos pasos pueden ser notorios; con frecuencia, los cometen en presencia de otras personas y a menudo entran en conflicto. El mayor peligro de asumir que los conflictos de la adolescencia son normales y necesarios es que padres, maestros, y líderes comunitarios pueden considerar de manera errada que los adolescentes “superarán” los problemas y puedan dejar de reconocer que un joven necesita más ayuda. Además, al precisar las características individuales de los adolescentes conflictivos, es necesario prestar atención a la influencia del ambiente, la familia, el grupo de compañeros y la comunidad para encontrar los mecanismos que reduzcan la exposición .

La etapa de la adolescencia en la familia puede llegar a crear algo de conflictos entre los adolescentes y sus padres, lo cual es normal, ya que los

⁷ Woolfolk, Anita E.; **Psicología Educativa**; Prentice Hall, México, D.F.; 1999. Pág. 467.

adolescentes llegan a sentir tensión entre la dependencia de sus padres y la necesidad de liberarse, con frecuencia los padres también tienen sentimientos mixtos. Ellos quieren que sus hijos sean independientes pero consideran difícil dejarlos ir. Los padres tienen que caminar sobre una línea muy delgada entre dar a los adolescentes suficiente libertad y protegerlos de los lapsos de inmadurez de su criterio.

Muchas de las discusiones de los jóvenes con sus padres se centra en “cuanto” y “qué tan rápido”: que tanta libertad deban de tener los adolescentes para planear sus propias actividades, la mayoría de los conflictos se refieren a temas cotidianos. Por lo general, el conflicto en la familia surge al comienzo de la adolescencia y se estabiliza a la mitad de este período y disminuye hacia el final. El aumento de las discrepancias en la adolescencia temprana puede estar relacionada con las tensiones de la pubertad y la necesidad de conseguir autonomía. El clima más tranquilo del final de la adolescencia puede significar un ajuste a los cambios momentáneos de estos años y una renegociación del equilibrio de poder entre padre e hijo y así poder mejorar sus relaciones entre los mismos.

Las amistades son muy diferentes de las relaciones familiares, las amistades se basan en la elección y el compromiso. Del mismo modo, son más inestables que las relaciones familiares, los adolescentes tienden a elegir amigos que les agraden y los amigos influyen entre sí hasta volverse tan parecidos. La intensidad e importancia de la amistad quizá es mayor en la adolescencia que en cualquier otra época. Los adolescentes comienzan a confiar más en los amigos que en los padres en cuanto a intimidad y apoyo. En este período, los amigos son más críticos en relación con la lealtad. La amistad en la adolescencia requiere de destrezas sociales más avanzadas que en la niñez temprana o intermedia. Como las amistades se vuelven más orientadas hacia la charla, los adolescentes necesitan estar en capacidad de iniciar y sostener una conversación. Necesitan saber como buscar amigos, llamarlos y hacer planes, saber como manejar conflictos y desacuerdos. Las amistades ayudan a los adolescentes a desarrollar estas destrezas ofreciéndoles oportunidades de usarlas y a recibir

retroalimentación de su efectividad, es por eso que se hace necesario el desarrollo de las habilidades sociales, ya que de ello dependerá su buen desenvolvimiento y adaptación con los demás.

VII. Asertividad:

“Ser asertivo es que el ser humano tiene el derecho fundamental de expresarse, sin pasar por encima de los derechos de los demás, también tiene derecho a dar a conocer sus necesidades, de decir no y estar satisfecho de sus decisiones. Las personas presentan tres estilos de respuesta, ante diversas circunstancias y estas son: Pasividad: es la sumisión ante los deseos del otro y se manifiesta un sentimiento de frustración al no poder lograr los propios objetivos. No se respetan y se desconocen los propios derechos. Asertividad: con este comportamiento la persona defiende o habla por sí mismo o por los demás sin lesionar los derechos de otros. Agresividad: en este comportamiento se pasa por encima de los derechos elementales de los demás con actitudes groseras e irrespetuosas”⁸.

Está en el tercer vértice de un triángulo en el que los otros dos son la pasividad y la agresividad. Situados en el vértice de la pasividad evitamos decir o pedir lo que queremos o nos gusta y así dejamos de defender nuestros derechos y no conseguimos lo que queremos, en la agresividad lo hacemos de forma tan violenta que vulneramos los derechos de los otros y así nos descalificamos nosotros mismos. Con la conducta asertiva pretendemos defender nuestros derechos sin atentar contra los de los demás. Emplear la asertividad es saber pedir, saber negarse, negociar y ser flexible para poder conseguir los propios deseos, respetando los derechos del otro y expresando nuestros sentimientos de forma clara. La asertividad consiste también en hacer y recibir cumplidos, y en hacer y aceptar quejas. Existen técnicas y reglas que aprendidas y aplicadas nos permiten ejercerla de forma eficiente. Para ello hay que prepararse a negociar y hay que cumplir las reglas que implican una negociación eficiente. Existen también

⁸ Bishop, Sue; **Desarrolle su asertividad**; Gedisa, S. A.; Barcelona, España; 2000. Págs. 39 - 40.

técnicas simples como el banco de niebla o asentir en principio, y el disco rayado, que nos facilitan su ejercicio concreto y cotidiano.

“También la asertividad es un elemento conductual multifacético y multidimensional que tiene tres características principales: Comunicar un legítimo interés propio: es la capacidad que tiene la persona para decidir qué merece su tiempo y atención. Mantener la integridad: consiste en que la persona se sienta libre para rebatir o respaldar y favorecer los puntos de vista de los demás. También incluye enfrentar los juicios de los otros, con la desaprobación y hostilidad que puedan contener estos juicios. Defender los derechos: la asertividad consiste en que la persona asuma sus derechos como persona, contribuyente, consumidor, miembro de algún grupo, parte del público, etc., para expresar sus opiniones, observaciones o preocupaciones sin obstaculizar los derechos de los demás”⁹.

Aunque la asertividad muchas veces se le compara con la capacidad de decir no, es más que eso, ya que también tiene que ver con la capacidad de decir sí, o de decirlo dentro de ciertos límites y de decir tal vez cuando eso es lo que se quiere decir y no por temor de decirle a otra persona que no. También significa aceptar los derechos y los sentimientos de los demás y éste comportamiento asertivo puede ser físico o verbal y se manifiesta cuando una persona trata de resguardar su espacio, sus posesiones o incluso su propia persona y de manera natural se encuentra sentado o parado más derecho, por ésta razón comunica a las demás personas que está decidido a mantenerse firme, así también entona la voz de manera franca para explicarles lo que piensa y necesita.

Cuando una persona está siendo asertiva empieza a tener manifestaciones que las demás personas pueden ver, por lo que: Recibe más de lo que quiere. Si los demás no está de acuerdo, respetan con más frecuencia su posición. No se siente tan frustrado o molesto como estaría en otras

⁹ Castanyier, Olga; **La asertividad: expresión de una sana autoestima**; Desclée De Brouwer; Bilbao, Portuga; 1997; págs. 26-27.

circunstancias. Situaciones que antes eran obstáculo ahora ya no le parecen así. En general, sus relaciones y comunicaciones con las demás personas se dan cada vez con más suavidad que antes, porque ahora es capaz de decir a los demás lo que quiere o siente de una forma directa pero discreta, enérgica pero no exigente, de una forma cautivadora y hasta motivadora. El ser asertivo también ayuda a las demás personas que están alrededor y beneficiarlas, ya que una persona asertiva mantiene el control, aprovecha los elementos de la comunicación eficaz y permite que la otra persona se sienta satisfecha de ese encuentro.

La asertividad puede ayudar a las otras personas de diversa maneras y por varias razones como: La forma en que una persona se comunica revela que respeta los derechos de los demás. Ser asertivo da a la otra persona margen de maniobra, es decir, si una persona le solicita algo a otra, incluso algo no esperado o que no quiere hacer, pero lo solicita de una forma que resulta agradable y respetuosa, esa persona tiene opciones. El comportamiento asertivo brinda un modelo de respuesta efectivo, es decir, que muchas de las conductas que se ven en los demás son el resultado de la conducta que una persona transmite a los demás. El comportamiento asertivo es eficaz.

La asertividad es un término positivo y se refiere a la habilidad que permite a las personas: Sentirse más satisfechas consigo mismas. Reducir cualquier sensación desagradable que experimente durante el día. Estar en condiciones de mejorar sus relaciones con los demás. Aliviar la tensión o estrés. Tener la posibilidad de impulsar su carrera. Tener la posibilidad de alcanzar una posición de liderazgo.

VIII. Derechos asertivos:

Existen varios derechos asertivos o derechos humanos básicos que son:

- “Derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
- Derecho a realizar peticiones sin tener que sentirse egoísta o culpable.
- Derecho a experimentar y expresar los propios sentimientos y opiniones.
- Derecho a cambiar de opinión.

- Derecho a ser independiente.
- Derecho a equivocarse y a cometer errores.
- Derecho a pedir lo que se quiere (sabiendo que la otra persona tiene derecho a decir NO).
- Derecho a ser escuchado y a ser tomado en serio.
- Derecho a que las propias necesidades sean tan importantes como las de los demás.
- Derecho a tener derechos y defenderlos.
- Derecho a decir NO sin sentir culpa.
- Derecho a gozar y disfrutar.
- Derecho a pedir información y ser informado.
- Derecho al propio descanso, aislamiento, siendo asertivo.
- Derecho a hacer menos de lo que humanamente se es capaz de hacer.
- Derecho a pedir aclaraciones de las cosas.
- Derecho a hablar de uno mismo sin sentirse cohibido.
- Derecho a expresar los gustos e intereses de forma espontánea.
- Derecho a aceptar los cumplidos sin sentirse incómodo¹⁰.

“También en el área educativa existe el método de la disciplina asertiva que es otra forma de manejar los problemas del maestro. Los profesores son asertivos cuando establecen de manera clara lo que esperan y aplican los castigos prometidos. Por lo que los alumnos tienen entonces una opción evidente, ya sea seguir las reglas o aceptar las consecuencias. Muchos profesores no son eficaces con sus discípulos porque son demasiado débiles y pasivos u hostiles y agresivos¹¹. Y siempre se dan los tres tipos de conducta: agresiva, pasivo-agresiva y asertiva; teniendo más exitoso en la relación con los estudiantes la conducta asertiva. La persona agresiva, la pasivo agresiva y la asertiva tiene características propias de conducta compuesta en tres patrones que son el

¹⁰ Castanyier, Olga; **La asertividad: expresión de una sana autoestima**; Desclée De Brouwer; Bilbao, Portuga; 1997; págs. 27-34.

¹¹ Bishop, Sue; **Desarrolle su asertividad**; Editorial Gedisa, S.A.; Barcelona España; 2000; 149 Páinas; pág. 36-38.

comportamiento externo, los patrones de pensamiento, sentimientos y emociones.

IX. La persona pasivo-agresiva:

La persona pasivo agresiva: "Comportamiento externo: Tiene volumen de voz bajo, habla poco fluida, tiene bloqueos, tartamudea, vacila, tiene silencios y usa muletillas; también no tiene contacto visual, tiene mirada baja, la cara tensa, los dientes apretados o los labios temblorosos, tiene manos nerviosas, onicofagia, postura tensa e incómoda; también tiene inseguridad para saber qué hacer y decir, así como frecuentes quejas a terceros. Patrones de pensamiento: Son personas "sacrificadas" que consideran que así evitan molestar u ofender a los demás; no importa tanto lo que ellos sienten, piensen o desean, sino lo que los otros piensen, sienten o deseen; tienen constante sensación de ser incomprendidos, manipulados y que no son queridos y apreciados por los que los rodean. Sentimientos y emociones: Sienten impotencia, mucha culpa, baja autoestima, ansiedad, frustración, deshonestidad emocional, etc"¹². Repercusiones en su entorno: Pérdida de autoestima, pérdida del aprecio de los demás y falta de respeto.

X. La persona agresiva:

La persona agresiva: "Comportamiento externo: Hablan con un tono de voz elevado y tajante, interrumpe, insulta y amenaza; tiene contacto visual retador, cara tensa, manos tensas y postura que invade el espacio de la otra persona. Patrones de pensamiento: Lo que la otra persona sienta o piense no importa, solo ellos; piensan que si no se comportan de esta forma, son excesivamente vulnerables, piensan solo en ganar o perder. Sentimientos y emociones: Sienten ansiedad, soledad, sensación de incomprensión, culpa y frustración, baja autoestima, sensación de falta de control, enfado constante y honestidad emocional"¹³. Repercusiones en su entorno: Rechazo o huida de los

¹² Ibid; páginas 43-48.

¹³ Castanyier, Olga; **La asertividad: expresión de una sana autoestima**; Desclée De Brouwer; Bilbao, Portuga; 1997; página 70.

demás, conducta de círculo vicioso, porque al ser agresivo los demás tienen una conducta hostil hacia ellos.

XI. La persona asertiva:

La persona asertiva: “Comportamiento externo: Habla fluidamente, muestra seguridad, no usa muletillas, tiene contacto ocular directo, pero no desafiante, relajación corporal y comodidad en la postura; expresa sus sentimientos tanto positivos como negativos, se defiende pero sin agredir a los demás, capacidad de hablar de sus gustos e intereses y acepta sus errores. Patrones de pensamiento: Conocen y creen en sus propios derechos y de los demás; sus convicciones son racionales. Sentimientos y emociones: Tiene buena autoestima, no se siente ni inferior ni superior a los demás, siente satisfacción en las relaciones con los demás, respeto por sí mismo y sensación de control emocional”¹⁴. Repercusiones en su entorno: Aclaran equívocos, los demás se sienten respetados y valorados y la persona asertiva suele ser considerada buena y no tonta.

La conducta asertiva tiene componentes no verbales que cualquier persona puede entenderlas por el mensaje que les transmite y estos son: “La mirada: Los sujetos asertivos miran más mientras hablan que los sujetos poco asertivos. La expresión facial: La persona asertiva adoptará una expresión facial que esté de acuerdo con el mensaje que quiere transmitir. La postura corporal: La persona asertiva adoptará generalmente una postura cercana y erecta, mirando de frente a la otra persona. Los gestos: Los gestos asertivos son movimientos desinhibidos. Sugieren franqueza, seguridad en uno mismo y espontaneidad por parte del que habla”¹⁵.

La falta de asertividad tiene diferentes causas que pueden ser: “que la persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada, es decir, que en la historia de aprendizaje de la persona no asertiva pueden haber ocurrido las siguientes cosas (castigo sistemático a las conductas

¹⁴ Ibid, página 72.

¹⁵ Ibid, página 73.

asertivas, falta de refuerzo suficiente a las conductas asertivas, la persona no ha aprendido a valorar el refuerzo social, la persona obtiene más refuerzo por conductas no asertivas o agresivas, la persona no sabe discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta); que la persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial; la persona no conoce o rechaza sus derechos y/o la persona posee unos patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva¹⁶.

XII. Técnicas de Asertividad:

Existen tres tipos de técnicas que son: técnicas de reestructuración cognitiva, entrenamiento en habilidades sociales y técnicas de reducción de ansiedad, como complemento a las técnicas que se utilicen, se añaden otro tipo de técnicas que son la de resolución de problemas. “Las técnicas de reestructuración cognitiva no se utilizan exclusivamente para el entrenamiento de la asertividad, sino en cualquier proceso terapéutico, las cuales consisten en: concienciarse de la importancia que tienen las creencias; hacer conscientes, por medio de autorregistros, los pensamientos; analizar estos pensamientos para detectar a qué idea irracional corresponde cada uno de ellos; elegir pensamientos alternativos a los irracionales y llevar a la práctica los argumentos racionales elegidos” (pero aquí se puede ayudar a la persona a afianzar sus nuevas ideas racionales usando la imaginación, la visualización, etc. de lo que podría hacer en diferentes situaciones).

“El entrenamiento en habilidades sociales está enfocado a desarrollar exclusivamente los déficit conductuales del sujeto, es decir, todo lo que tenga que ver con el comportamiento externo que exhiba la persona con problemas de asertividad“. Tipos de respuesta asertiva: Asertividad positiva (expresión adecuada de lo bueno y valioso que se ve en las otras personas); respuesta asertiva elemental (expresión llana y simple de los propios intereses y derechos); respuesta asertiva con conocimiento o asertividad empática

¹⁶ Ibid, página 74.

(planteamiento inicial que transmite el reconocimiento hacia la otra persona y un planteamiento posterior sobre nuestros derechos e intereses); respuesta asertiva ascendente o asertividad escalonada (elevación gradual de la firmeza de la respuesta asertiva); asertividad subjetiva (descripción, sin condenar, del comportamiento de la otra persona, descripción objetiva del efecto del comportamiento del otro, descripción de los propios sentimientos y expresión de lo que se quiere del otro); respuesta asertiva frente a la pasivo-agresiva o la agresividad (hacerle ver a la otra persona cómo se está comportando y mostrarle cómo podría comportarse asertivamente). Técnicas de asertividad para discusiones: Entre estas está la técnica del disco roto, banco de niebla, aplazamiento asertivo, para procesar el cambio, de ignorar, del acuerdo asertivo y de la pregunta asertiva.

Ya que determinadas situaciones de interacción social provocan en las personas poco asertivas reacciones o respuestas con un nivel muy elevado de ansiedad que les impide emitir la conducta adecuada, para reducir la ansiedad de tipo física existen dos técnicas fundamentales que son la relajación y la respiración. En base al problema de investigación se definió el siguiente trabajo “La asertividad como elemento social para erradicar conductas agresivas y violentas en jóvenes de 14 a 16 años de edad, del grupo Aventura No. 2 que asisten a la Iglesia parroquial San Cayetano de la zona 7 de la Ciudad Capital”; por lo cual se definieron los siguientes objetivos específicos: Determinar el nivel de respuestas asertivas en los adolescentes del grupo Aventura No. 2; enseñar herramientas adecuadas para el manejo de conductas asertivas y transmitir otras formas de interrelación personal y con mejores resultados. Y se definió la hipótesis siguiente “La asertividad es la forma adecuada de sustituir las conductas agresivas y violentas en los jóvenes”.

CAPÍTULO II

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

SELECCIÓN DE LA MUESTRA

La población total del grupo aventura # 2 fue de 61 jóvenes entre 14 y 16 años de edad, tanto de sexo masculino, como femenino, de clase media que vivían en los alrededores de la parroquia, jóvenes estudiantes de colegios privados que cursaban básicos o diversificado, jóvenes ladinos de la Capital que asistían a charlas en la parroquia relacionadas con las dificultades que afrontaban los adolescentes en su vida cotidiana, para enseñanza y estudio de la Biblia y también sobre valores morales. Generalmente asistían por sus amigos o novios y no necesariamente por las pláticas, pero un número reducido asistían por los puestos de liderazgo que iban adquiriendo con su asistencia semanal. Estos jóvenes estudiaban en colegios católicos privados, la mayoría con problemas familiares y rivalidad con sus hermanos. La muestra fue seleccionada aleatoriamente (al azar), por los jóvenes animadores que se encargaban de la instrucción bíblica de los adolescentes, basándose en los que ellos consideraban que tenían dificultad para interrelacionarse con los demás, fueron seleccionados 15 jóvenes, entre 14 y 16 años.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Los instrumentos que se utilizaron fueron:

- No estandarizados:

Observación directa: La cual constaba de un registro de conductas verbales y no verbales incluyendo aspectos como la mirada que era uno de los elementos sobre habilidades sociales y aserción, más importantes, ya que podía ser directa o indirecta; la expresión facial que jugaba varios papeles en la interacción social

humana, ya que las emociones como la alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresaban a través de tres regiones fundamentales de la cara; la postura corporal, es decir la posición del cuerpo y de los miembros, la forma en que se sentaba la persona, como estaba de pie y como se paseaba, reflejaba las actitudes y conceptos que tenía de si misma y su animo respecto a los demás; los gestos que eran básicamente culturales. Las manos y en un grado menor, la cabeza y los pies, podían producir una amplia variedad de gestos que se usaban, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos; volumen que en una conversación asertiva, este tenía que estar en consonancia con el mensaje que se quería transmitir; el tono podía ser fundamentalmente agudo o resonante; fluidez, podían existir perturbaciones del habla, excesivas vacilaciones, repeticiones, etc. podían causar una impresión de inseguridad, inapetencia o ansiedad, dependiendo de cómo la interpretaba el interlocutor; y por último la claridad y la velocidad con que se habla. Estos ítems permitían obtener datos del comportamiento observable de la persona en forma general, no había límite de tiempo.

Cuestionario: que constaba de una serie de preguntas para evaluar la capacidad de la persona para dar una respuesta asertiva ante diferentes tipos de situaciones, diversas áreas de la persona como era la cognitiva, motórica, emocional y situaciones concretas que causaban temor. Las preguntas fueron: En el área cognitiva ¿Qué pienso exactamente antes de enfrentarme a una situación que temo? ¿Qué pienso o qué me digo durante la situación, mientras estoy actuando y/o actúan los demás? ¿Qué pienso después de finalizada la situación temida, cuando saco conclusiones sobre lo ocurrido? En el área motórica ¿Qué hago exactamente en las situaciones temidas? ¿Me quedo callado, contesto agresivamente, huyo de la situación...? ¿Qué habilidades sociales poseo de hecho? Esto lo sabré si me observo en situaciones sociales en las que no estoy tenso o lo estoy menos. En estos casos ¿tengo la misma conducta que en las situaciones temidas? ¿cuál es la diferencia? En el área emocional ¿Cómo me siento en las situaciones que me cuesta afrontar? ¿Qué

síntomas físicos experimento durante la situación: taquicardia, sudoración, pérdida de visión momentánea, mareos, tartamudeo... ¿En cuánto me influyen a la hora de actuar? Y en las situaciones concretas que causan temor ¿Qué personas o tipo de personas suelen estar presentes? ¿Tienen algo en común las situaciones que temo, por ejemplo: mismo lugar, mismo tipo de situación (formal, informal, fiestas, reuniones...), mismas personas...? ¿Qué hace que me tranquilice, me sienta más seguro, me tense, me sienta ansioso/a? ¿Influye en ello alguna persona, alguna reacción hacia mí, algún gesto o comentario?

- Estandarizados:

Test de asertividad: Que constaba de 39 preguntas que daban como resultado 3 tipos de respuestas posibles (siempre o casi siempre, a veces y no o nunca con sus respectivas puntuaciones: 2, 1, 0). Como resultado dio los 3 tipos de conductas posibles que tenía el evaluado que son la pasividad, asertividad o bien agresividad. Su administración fue colectiva y se les explicó la manera en que debían responder a las preguntas, para que ellos dieran las puntuaciones que creyesen necesarias según su forma de actuar, si creían que la respuesta a la pregunta era siempre dieron una puntuación de 2, a veces 1 punto y nunca 0. Con 30 minutos máximo para responder.

CAPITULO III

PRESENTACIÓN, ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Estadística descriptiva: Se utilizó ésta división de la estadística por el hecho de que mide las conductas de los jóvenes para comprobar si eran asertivos o no, por que también sirve para resumir toda la información, ordenar, clasificar y tabular adecuadamente los datos obtenidos del test. Primero porque realiza análisis de frecuencias relativas y acumuladas porcentualmente de los resultados que dio el test de asertividad calculando las medidas de tendencia central y de variabilidad (moda, mediana, media y desviación estándar), presentando los resultados en gráfica de barras. Dando resultados objetivos de la investigación. Y porque se comparan los resultados que dio la observación y el cuestionario con los resultados de cada uno de los jóvenes evaluados con el test de asertividad.

En el momento en que se hizo rapport con los jóvenes ellos se mostraron muy interesados en mejorar sus relaciones interpersonales, ya que lo comunicaron y estuvieron muy interesados en colaborar. En todo momento colaboraron con cada etapa de la investigación e hicieron los ejercicios que se les presentaban y asistían puntualmente a las sesiones que se tenían previamente planificadas con ellos, también aseguraron que pusieron en practica cada una de las técnicas asertivas, ya que ellos manifestaron estar interesados en cambiar y mejorar sus relaciones interpersonales tanto con su familia como con sus compañeros de estudio y amigos.

A continuación se presentan las gráficas obtenidas de los instrumentos de recolección de datos, tanto los no estandarizados (observación y el cuestionario), como los estandarizados (el test de asertividad).

CUADRO No. 1
Observación
Registro de Conductas Verbales y No Verbales

Observación	Análisis de resultados (Globales)
Mirada	Se observó en la mayoría de adolescentes una mirada evasiva. La mirada es uno de los elementos sobre habilidades sociales y aserción. La cantidad y tipo de mirada comunica actitudes interpersonales, cuando alguien no mira a los ojos es que está nervioso y le falta confianza en sí mismo.
Expresión Facial	Al momento de hacer preguntas y los jóvenes tenían que responder algunos mostraron ansiedad y sorpresa. Juega varios papeles en la interacción social humana. Las emociones como alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresan a través de tres regiones fundamentales de la cara. La frente/cejas, ojos/parpados y la parte inferior de la cara.
Postura Corporal	Se observó que la mayoría de jóvenes mostraron una postura corporal de acercamiento, lo cual indica indica tensión, atención, que puede interpretarse de manera positiva (simpatía) o negativa (invasión) hacia el receptor.
Gestos	Durante la investigación los jóvenes demostraron ansiedad por medio de movimientos, sobre todo con las manos. Las manos y en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos.
Volumen	En el momento en que los jóvenes tenían que responder a diversas preguntas, en la mayoría, el volumen de la voz era bajo. Un volumen de voz demasiado bajo, puede comunicar inseguridad o temor.
Tono	Se observó en los jóvenes un tono de voz agudo, lo cual indica inseguridad y falta de asertividad para comunicarse.
Fluidez	La gran mayoría de los jóvenes al momento de contestar se mostraban vascilantes. Pueden existir perturbaciones del habla, excesivas vacilaciones, repeticiones, etc. pueden causar una impresión de inseguridad, inapetencia o ansiedad, dependiendo de cómo la interpreta el interlocutor.
Claridad y velocidad	La gran mayoría de jóvenes hablaron claramente y con una buena velocidad. Demostrando en este ítem un comportamiento asertivo.

CUADRO No. 2
Cuestionario

Cuestionario	Análisis de Respuestas (Globales)
Área Cognitiva	La mayoría de los jóvenes no dieron respuestas asertivas, debido a que en su forma de pensar frente a diversas situaciones, ya sea antes, durante o después son negativas. Debido a esto no pueden afrontarlas positivamente ya que ellos tienen pensamientos de temor, de ansiedad y esto les afecta en su actitud.
Área Motórica	La mayoría de los jóvenes dieron respuestas no asertivas, ya que contestaron que frente a situaciones temidas se quedan callados, huyen de la situación y unos pocos contestaron que contestan agresivamente. Ninguna de las tres respuestas es asertiva ya que renuncian a su derecho de comunicar lo que sienten y piensan o no les importa lo que las otras personas puedan sentir o pensar.
Área Emocional	Los jóvenes en su mayoría contestaron que frente a situaciones difíciles de afrontar se sienten nerviosos (ansiosos), tristes, desesperados, decepcionados, asustados, tensos, intranquilos, con miedo y que presentan síntomas físicos como taquicardia, sudoración, náuseas, mareos y tartamudeos, porque empiezan a preocuparse que deben de decir o hacer frente a los demás. Eso demuestra falta de seguridad en sí mismos que es parte de no ser asertivos.
Situaciones concretas que causan temor	La mayoría de jóvenes contestaron que el tipo de personas a las que suelen tenerles miedo para comunicarse efectivamente suelen ser sus propios padres, personas que tengan autoridad, también personas problemáticas, personas orgullosas, malas y arrogantes y lugares que temen afrontar son fiestas y situaciones formales; dando por resultado respuestas no asertivas.

Análisis Global del Cuestionario y la Observación: Como primer paso se recabaron datos a través de un cuestionario donde intervienen tres áreas muy importantes en psicología, los datos proporcionados por los jóvenes demostraban tanto verbal como no verbalmente respuestas no asertivas y a través de ésta información se realizaron talleres para enseñar técnicas asertivas y comprobar después de realizados, las conductas de los jóvenes, evaluándolos a través del test INAS-87 para evaluar que tipo de conductas manifestaban después de dichos talleres.

CUADROS BASADOS EN LOS RESULTADOS DEL TEST INAS-87

CUADRO No. 1

Porcentaje de respuesta en cada tipo de conducta evaluada

Jóvenes	% No Asertivo	% Asertivo	% Agresivo	% Total
1	39	48	13	100
2	33	46	21	100
3	30	54	16	100
4	42	39	19	100
5	26	65	9	100
6	17	59	24	100
7	21	60	19	100
8	27	64	9	100
9	18	49	33	100
10	31	49	20	100
11	19	49	32	100
12	32	39	29	100
13	24	47	29	100
14	21	50	29	100
15	20	51	29	100
n	27	51	22	100

Análisis: Después de realizados los talleres de técnicas asertivas para que los jóvenes cambiaran sus respuestas no asertivas por las asertivas, según la hipótesis planteada que fue “La asertividad es la forma adecuada de sustituir las conductas agresivas y violentas en los jóvenes”; se llegó a la conclusión de que a través de la se puede modificar debido a los resultados alcanzados, que fueron de: Del 100% de las personas evaluadas, el 51% respondió de forma asertiva, mientras que el 27% respondió de forma no asertiva y el 22% respondió de forma agresiva.

Cuadro No. 2
Porcentaje de respuestas en cada tipo de
conducta evaluada, en jóvenes de 14 años

14 Años	No Asertivas	Asertivas	Agresivas	% Total
1	39	48	13	100
2	33	46	21	100
3	30	54	16	100
4	19	49	32	100
5	32	39	29	100
6	24	47	29	100
n	30	47	23	100

Cuadro No. 3
Porcentaje de respuestas en cada tipo de
conducta evaluada, en jóvenes de 15 años

15 Años	No Asertivas	Asertivas	Agresivas	% Total
1	21	50	29	100
2	18	49	33	100
3	27	64	9	100
4	26	65	9	100
5	17	59	24	100
6	21	60	19	100
n	22	58	20	100

Cuadro No. 4
Porcentaje de respuestas en cada tipo de
conducta evaluada, en jóvenes de 16 años

16 Años	No Asertivas	Asertivas	Agresivas	% Total
1	20	51	29	100
2	42	39	19	100
3	31	49	20	100
n	31	46	23	100

Análisis: En las tres edades evaluadas se obtuvieron datos relevantes donde todos obtuvieron en su mayoría respuestas asertivas, del 100% los jóvenes de 14 años obtuvieron 47% de respuestas asertivas, del 100% los jóvenes de 15 años obtuvieron 58% de respuestas asertivas y del 100% los jóvenes de 16 años obtuvieron 46% de respuestas asertivas. Lo que indica que los jóvenes de 15 años por estar en un nivel intermedio manifiestan conductas más estables y asertivas frente a situaciones difíciles de afrontar. A diferencia de los jóvenes de 16 años que están en una etapa más difícil de desarrollo y cambio, ya que a su vez se encuentran en 3ro. básico que es un grado de transición para pasar a diversificado que implica cambio de amigos y colegio.

CUADRO No. 5
Porcentaje de respuestas en cada tipo de
conducta evaluada, en mujeres

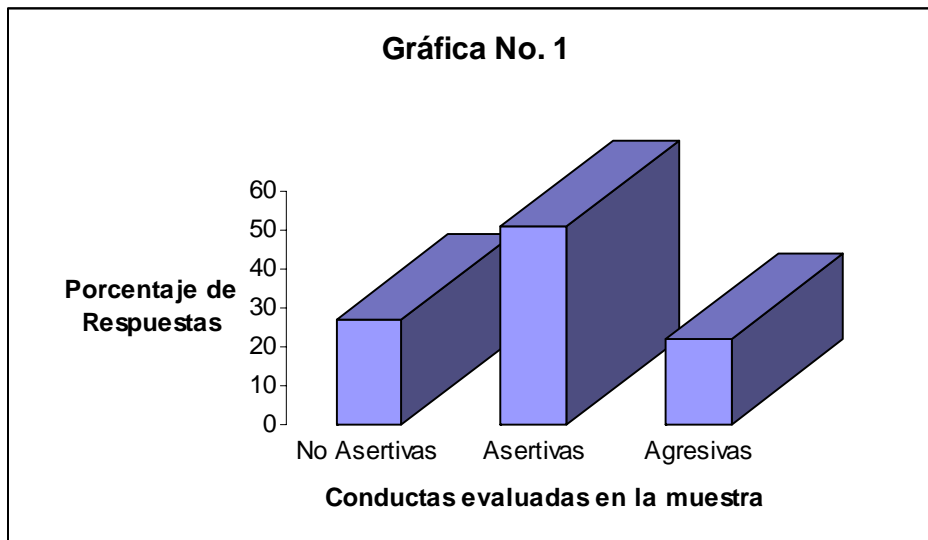
# de Mujeres	No Asertivas	Asertivas	Agresivas	% Total
1	30	54	16	100
2	26	65	9	100
3	17	59	24	100
4	21	60	19	100
5	33	46	21	100
6	39	48	13	100
n	28	55	17	100

CUADRO No. 6
Porcentaje de respuestas en cada tipo de
conducta evaluada, en hombres

# de Hombres	No Asertivos	Asertivos	Agresivos	% Total
1	42	39	19	100
2	27	64	9	100
3	18	49	33	100
4	21	50	29	100
5	20	51	29	100
6	31	49	20	100
7	19	49	32	100
8	32	39	29	100
9	24	47	29	100
n	26	49	25	100

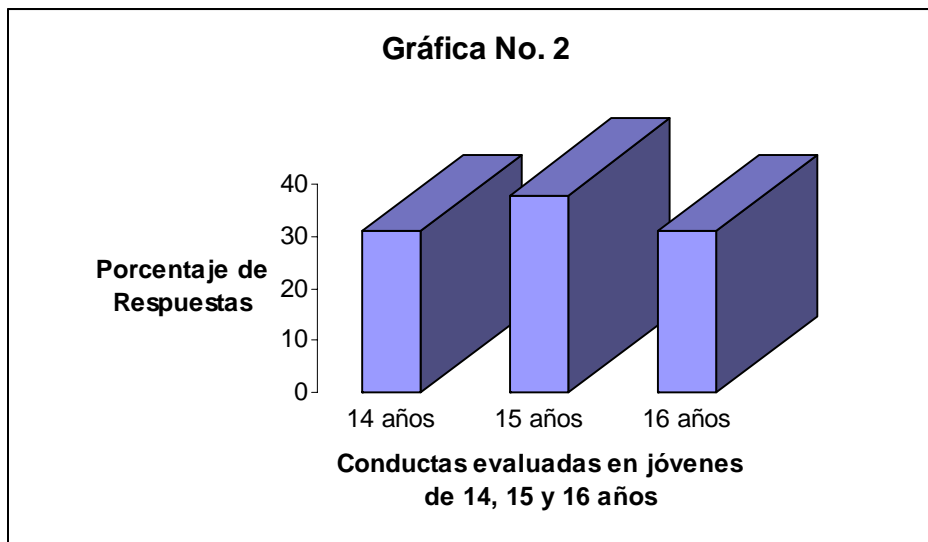
Análisis: Se evaluaron tanto hombres como mujeres y se obtuvieron datos importantes para hacer cuadros comparativos y tener respuestas de quienes son más asertivos, agresivos o no asertivos. Del 100% de mujeres se obtuvo un 55% de asertividad, siguiendo en respuesta un 28% de no asertividad y apenas un 17% de respuesta agresiva. Por el contrario del 100% de hombres se obtuvo un 49% de respuesta asertiva, mientras que estando muy similar la respuesta no asertiva y la agresiva con un 26% y un 25% respectivamente. Comprobando que siempre la mujer tiene mejores relaciones tanto interpersonal como intrapersonalmente.

No			
Asertivas	Asertivas	Agresivas	
27	51	22	



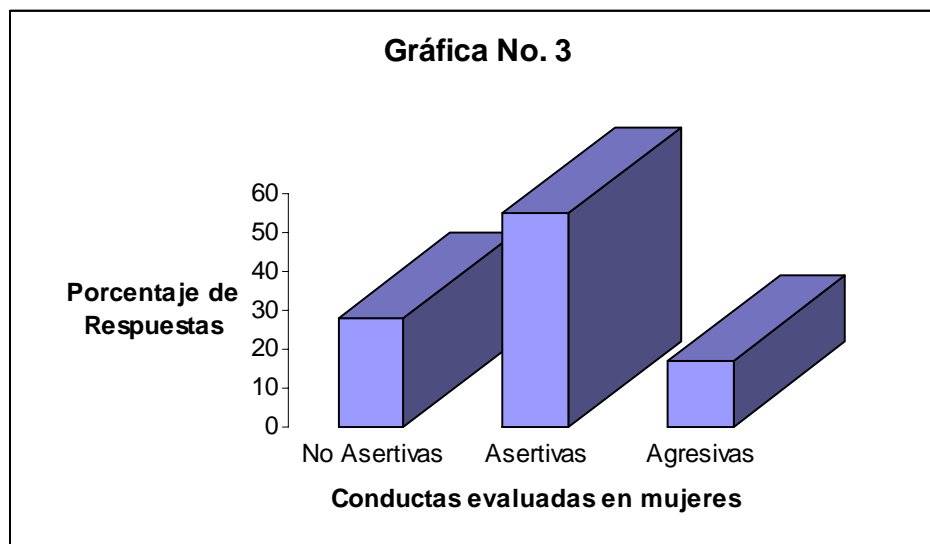
Análisis: Después de realizados los talleres de técnicas asertivas para que los jóvenes cambiaran sus respuestas no asertivas por las asertivas, según la hipótesis planteada que fue "La asertividad es la forma adecuada de sustituir las conductas agresivas y violentas en los jóvenes"; se llegó a la conclusión de que a través de la asertividad se puede modificar debido a los resultados alcanzados, que fueron de: Del 100% de las personas evaluadas, el 51% respondió de forma asertiva, mientras que el 27% respondió de forma no asertiva y el 22% respondió de forma agresiva.

14 años 15 años 16 años
31 38 31



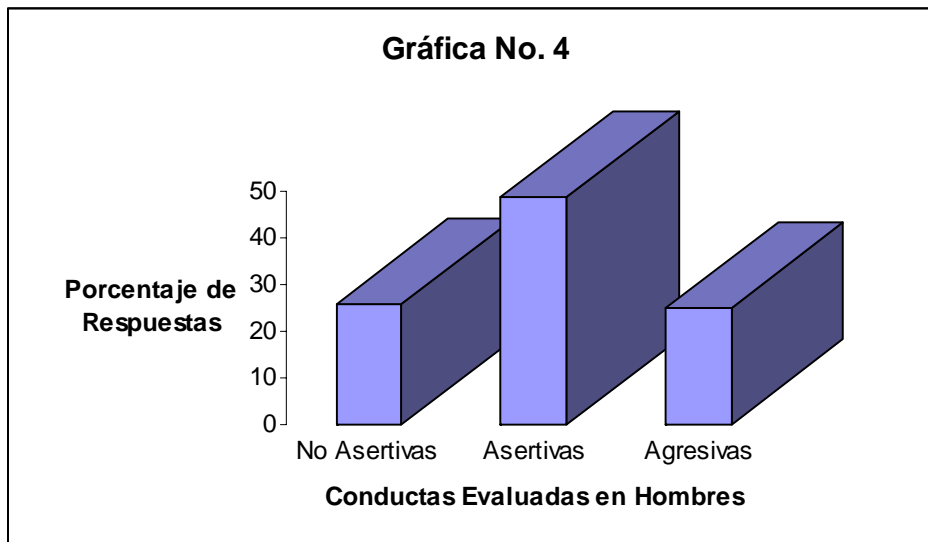
Análisis: En las tres edades evaluadas se obtuvieron datos relevantes donde todos obtuvieron en su mayoría respuestas asertivas, del 100% los jóvenes de 14 años obtuvieron 47% de respuestas asertivas, del 100% los jóvenes de 15 años obtuvieron 58% de respuestas asertivas y del 100% los jóvenes de 16 años obtuvieron 46% de respuestas asertivas. Lo que indica que los jóvenes de 15 años por estar en un nivel intermedio manifiestan conductas más estables y asertivas frente a situaciones difíciles de afrontar. A diferencia de los jóvenes de 16 años que están en una etapa más difícil de desarrollo y cambio, ya que a su vez se encuentran en 3ro. Básico que es un grado de transición para pasar a diversificado que implica cambio de amigos y colegio.

No			
Asertivas	Asertivas	Agresivas	
28	55	17	



Análisis: Del 100% de la población total de mujeres se obtuvo un 28% de respuesta no asertiva, un 55% de respuesta asertiva y un 17% de respuesta agresiva. Comprobando con estos resultados que las mujeres tienen un porcentaje mayor de respuestas asertivas con lo que se comprueba que las mujeres tienen mejores relaciones interpersonales e intrapersonal. Demostrando con esto que tienen mejor conocimiento tanto de sus derechos a comunicarse como persona y de entender a los demás.

No			
Asertivas	Asertivas	Agresivas	
26	49	25	



Análisis: Del 100% de la muestra total de hombres se obtuvo 49% de respuesta asertiva y muy similares las respuestas no asertivas de las agresivas obteniendo un 26 y un 25% respectivamente, comprobando con esto que los hombres socialmente tienen un poco más de problemas de relacionarse interpersonalmente como intrapersonalmente con sus semejantes. Pero se comprobó la hipótesis de que la asertividad es una forma adecuada de sustituir las conductas agresivas y violentas.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

1. Se concluye que la hipótesis planteada se cumplió ya que la mayoría de los jóvenes lograron con las técnicas asertivas enseñadas cambiar de una conducta no asertiva o agresiva por una asertiva.
2. Concluimos que el individuo actúa violentamente como un mecanismo de defensa, propio de su naturaleza y su instinto de supervivencia, sin embargo esta violencia debe ser modificada por actitudes racionales, reflexivas y que cada día es una nueva oportunidad para modificar nuestra conducta.
3. Concluimos que los problemas sociales jamás terminarán, ya que los problemas son el producto de muchos factores, sin embargo lo que si se puede acabar es la actitud violenta que se adopta para resolverlos.
4. Concluimos que la violencia se puede manifestar en forma física, psicológica o verbal y que cualquiera de sus manifestaciones siempre dañara la dignidad humana.
5. Concluimos que la asertividad nos provee de un mejor manejo de la conducta, ya que nos ayuda en nuestras relaciones tanto interpersonales como intrapersonales.

RECOMENDACIONES:

1. Se recomienda a la institución trabajar con los jóvenes autoestima, respeto hacia sí mismos y técnicas de asertividad que se les proveyó.
2. Se recomienda a la Parroquia San Cayetano dar más importancia a las relaciones interpersonales de los jóvenes que asisten al grupo Aventura No. 2.
3. Recomendamos que cada uno de nosotros reflexione cotidianamente y a través de ello modifique las actitudes violentas por actitudes asertivas y así mejorar nuestras relaciones interpersonales.
4. Recomendamos que se adopte el diálogo como mecanismo único para resolver los problemas y que en una discordia siempre se tomen las decisiones que favorezcan el bien común antes que el interés particular.

BIBLIOGRAFÍA

- Baró, Ignacio Martín; ACCIÓN E IDEOLOGÍA; San Salvador; Uca Editores; 1999; 458 páginas.
- Benedetti, Julio; VIOLENCIA SOCIAL, POLÍTICA Y FAMILIAR; 2001.
- Bishop, Sue; DESARROLLE SU ASERTIVIDAD; Editorial Gedisa, S. A.; Barcelona España; 2000; 149 Páginas.
- Castanyer, Olga; LA ASERTIVIDAD: EXPRESIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA; Editorial Desclée de Brouwer, S. A.; Bilbao, Portugal; 1996; 154 Páginas.
- Davidson, Jeff.; ASERTIVIDAD ¡FÁCIL!; Prentice Hall, México, D.F.; 1999; 368 páginas.
- Dollard, John, FRUSTRACIÓN Y AGRESIÓN; New Haven; Yale University Press; 1989.
- Hacker Frederich; AGRESIÓN; Barcelona; Grijalbo; 1973.
- OPS/OMS; PROTOCOLO PARA EL ESTUDIO DE MALTRATO FÍSICO INTERPERSONAL DE LOS NIÑOS; 2004.
- Real Academia Española, Diccionario de La Lengua Española; Madrid: Real Academia Española; 1970.
- Sabini, John; LA VIOLENCIA, PERSPECTIVAS SOBRE EL ASESINATO Y LA AGRESIÓN; San Francisco; Jossey-Bass; 1978.
- Woolfolk, Anita E.; PSICOLOGÍA EDUCATIVA; Prentice Hall, México, D.F.; 1999; 688 páginas.

ANEXOS

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: _____
Escolaridad: _____

OBSERVACIÓN DIRECTA
REGISTRO DE CONDUCTAS VERBALES Y NO VERBALES

MIRADA _____

EXPRESIÓN FACIAL:

Frente/Cejas _____

Ojos/Párpados _____

Boca _____

POSTURA CORPORAL:

Acercamiento _____

Retirada _____

Expansión _____

Contracción _____

GESTOS:

Manos _____

Cabeza _____

Pies _____

VOLUMEN _____

TONO _____

FLUIDEZ:

Vacilaciones _____

Repeticiones _____

Tartamudeos _____

CLARIDAD _____

VELOCIDAD _____

GUIA DE LA OBSERVACIÓN DIRECTA
COMPONENTES VERBALES Y NO VERBALES DE LA COMUNICACIÓN
ASERTIVA

Es el tipo de comportamiento que muchas veces se pasa por alto, y que sin embargo, condiciona a las personas constantemente como gestos, miradas, posturas que se emiten mientras se está comunicando.

La mirada: Es uno de los elementos sobre habilidades sociales y aserción. La cantidad y tipo de mirada comunica actitudes interpersonales, cuando alguien no mira a los ojos es que está nervioso y le falta confianza en sí mismo. Los sujetos asertivos miran más mientras hablan que los sujetos poco asertivos.

La expresión facial: Juega varios papeles en la interacción social humana. Las emociones como alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresan a través de tres regiones fundamentales de la cara. La frente/cejas, ojos/parpados y la parte inferior de la cara. La persona asertiva adoptara una expresión facial que este de acuerdo con el mensaje que se quiere transmitir. La persona no asertiva, por ejemplo, frecuentemente está enojada por dentro cuando se le da una orden injusta, pero su expresión facial muestra amabilidad.

La postura corporal: la posición del cuerpo y de los miembros, la forma en que se sienta la persona, como está de pie y como se pasea, refleja las actitudes y conceptos que tiene de si misma y su animo respecto a los demás. Existen 4 tipos básicas de postura:

- De acercamiento: indica tensión, atención, que puede interpretarse de manera positiva (simpatía) o negativa (invasión) hacia el receptor.
- De retirada: suele interpretarse como rechazo, repulsa o frialdad.
- Erecta: indica seguridad, firmeza, pero también puede reflejar orgullo, arrogancia o desprecio.
- Contraída: suele interpretarse como depresión, timidez y abatimiento físico o psíquico.

La persona asertiva adoptara generalmente una postura cercana y erecta, mirando de frente a la otra persona.

Los gestos: Son básicamente culturales. Las manos y en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos. Los gestos asertivos son desinhibidos, sugieren franqueza, seguridad en uno mismo y espontaneidad por parte del que habla.

Volumen: En una conversación asertiva, este tiene que estar en consonancia con el mensaje que se quiere transmitir. Un volumen de voz demasiado bajo, por ejemplo, puede comunicar inseguridad o temor, mientras que si es muy elevado trasmitirá agresividad y prepotencia.

Tono: Puede ser fundamentalmente agudo o resonante. El tono asertivo debe ser uniforme y bien modulado, sin intimidar a la otra persona pero basándose en una seguridad.

Fluidez: Pueden existir perturbaciones del habla, excesivas vacilaciones, repeticiones, etc. pueden causar una impresión de inseguridad, inapetencia o ansiedad, dependiendo de cómo la interpreta el interlocutor.

Claridad y velocidad: El emisor de un mensaje asertivo debe hablar con una claridad tal que el receptor pueda comprender el mensaje sin tener que sobreinterpretar o recurrir a otras señales alternativas. La velocidad no debe ser ni muy lenta ni muy rápida en un contexto comunicativo normal.

Nombre: _____

Sexo: _____

CUESTIONARIO

AREA COGNITIVA

- ¿Qué pienso exactamente antes de enfrentarme a una situación que temo?
- ¿Qué pienso o qué me digo durante la situación, mientras estoy actuando y/o actúan los demás?
- ¿Qué pienso después de finalizada la situación temida, cuando saco conclusiones sobre lo ocurrido?

AREA MOTÓRICA

- ¿Qué hago exactamente en las situaciones temidas? ¿Me quedo callado, contesto agresivamente, huyo de la situación...?
- ¿Qué habilidades sociales poseo de hecho? Esto lo sabré si me observo en situaciones sociales en las que no estoy tenso o lo estoy menos. En estos casos ¿tengo la misma conducta que en las situaciones temidas? ¿cuál es la diferencia?

AREA EMOCIONAL

- ¿Cómo me siento en las situaciones que me cuesta afrontar?
- ¿Qué síntomas físicos experimento durante la situación: taquicardia, sudoración, pérdida de visión momentánea, mareos, tartamudeo... ¿En cuánto me influyen a la hora de actuar?

Situaciones concretas que causan temor

- ¿Qué personas o tipo de personas suelen estar presentes?
- ¿Tienen algo en común las situaciones que temo, por ejemplo: mismo lugar, mismo tipo de situación (formal, informal, fiestas, reuniones...), mismas personas...?
- ¿Qué hace que me tranquilice, me sienta más seguro, me tense, me sienta ansioso/a? ¿Influye en ello alguna persona, alguna reacción hacia mí, algún gesto o comentario?

Test de Asertividad

Test de Asertividad

	A	B	C
1- Generalmente me vienen a la cabeza ideas, cuando ya ha pasado la oportunidad de expresarlas _____	()		
2- En general, cuando me relaciono con los demás, lo hago con tranquilidad, sin tratar de defenderme _____		()	
3- Para actuar no me gusta pensar las cosas dos veces. Yo actúo, aunque luego sufra alguien _____			()
4- Soy suficientemente flexible como para encontrar la actitud adecuada en cualquier circunstancia _____		()	
5- Consigo muchas veces mis metas, valiéndome de otras personas _____			()
6- Me cuesta trabajo comunicar a los demás lo que yo siento y pienso _____	()		
7- Me gusta decidir por los demás _____			()
8- Me gusta llevar la conversación; y acostumbro tener la última palabra en todo _____			()
9- Antes de actuar tengo en cuenta de no hacer daño a nadie, y de no hacerme daño a mí mismo _____		()	
10- Me gusta relacionarme con todo tipo de personas _____		()	
11- Fácilmente acepto lo que otros quieren o mandan _____	()		
12- Tengo problemas de salud por la tensión y nerviosismo que me produce el trato con los demás _____		()	
13- Generalmente tengo disgustos y problemas con las personas con las que me relaciono _____			()
14- Casi siempre me siento seguro _____		()	
15- Soy muy sensible cuando alguien me critica _____			()
16- Me cuesta mucho trabajo hacer algo que, aunque deba realizarlo, puede molestar a alguien _____	()		
17- Generalmente pido permiso aun para hacer cosas que no lo necesitan _____	()		
18- Casi siempre me siento rechazado por los demás _____			()
19- Generalmente expreso con libertad y facilidad mis sentimientos y emociones _____		()	
20- Me siento normalmente capaz de lo que hago _____		()	
21- (Sólo para casados) Tengo un esposo (a) y unos hijos obedientes _____			()
- (Sólo para solteros) Tengo unos padres y hermanos complacientes _____			()
22- Rara vez consigo lo que me propongo _____	()		
23- Cuando -sin querer- hago algo que molesta a otros, o que es incorrecto, me siento mal y nervioso _____	()		

- 24- Generalmente soy buscado y admirado por los demás,
debido a mi seguridad y tranquilidad _____ ()
- 25- Realmente siento que valgo mucho como persona _____ ()
- 26- Mis amigos me dicen que tengo cara de enojado _____ ()
- 27- Creo que la mayoría de la gente es tonta _____ ()
- 28- Ordinariamente elijo por mí mismo cómo vivir mi vida,
tomando en cuenta a los demás _____ ()
- 29- Prefiero huir de los problemas que enfrentarlos _____ ()
- 30- No dejo que el afecto y el cariño tomen parte en
mis decisiones _____ ()
- 31- Me gusta trabajar solo, porque las demás personas
son lentas o son haraganas _____ ()
- 32- Siempre he hecho lo que mis padres me dicen que haga _____ ()
- 33- Ordinariamente alcanzo mis objetivos, habiendo
decidido cómo llegar a ellos y sin dañar a nadie _____ ()
- 34- Siento que no tengo ideas propias y que me guían
otros _____ ()
- 35- Me siento una persona tranquila y feliz _____ ()
- 36- Cuando hago o discuto algo, siempre estoy buscando
ganar _____ ()
- 37- Al estar en una reunión, si hay algo que me molesta,
prefiero no decirlo _____ ()
- 38- Me gusta aceptar la realidad, aunque sea dura _____ ()
- 39- Generalmente dejo que otros me saquen ventaja _____ ()

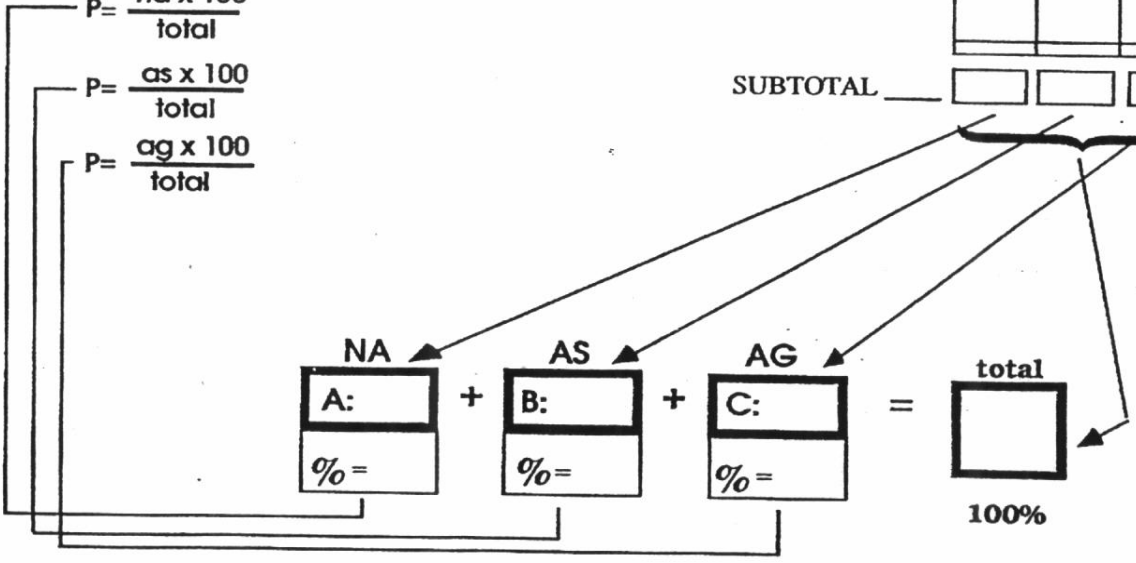
	A	B	C
SUBTOTAL _____			

$$P = \frac{na \times 100}{total}$$

$$P = \frac{as \times 100}{total}$$

$$P = \frac{ag \times 100}{total}$$

SUBTOTAL _____



Manual del Test de Asertividad

INAS - 87

NOMBRE _____ SEXO _____
 (F ó M)

ESTADO CIVIL _____

CARRERA { Nivel Medio _____
 Nivel Universitario _____

INSTRUCCIONES

Lea cada frase o afirmación, piense si le sucede a usted lo que ella dice y conteste en el paréntesis correspondiente, de acuerdo a la siguiente clave:

2, si es cierto siempre o casi siempre
 1, si es cierto sólo a veces
 0, si es falso

EJEMPLO

	A	B	C
1- Me molesta que me Interrumpan cuando estoy leyendo _____		(2)	
2- Me alegra mucho pensar en el tiempo pasado _____	(0)		
3- Hablo de cosas que no conozco. _____			(1)

En el nº 1 se contestó que **si es cierto casi siempre** que le molestan las interrupciones de la lectura. Por eso puso en el paréntesis un 2.

En el nº 2 se contestó que **es falso** que se alegra mucho pensando en el pasado. Por eso puso en el paréntesis un 0.

En el nº 3 se contestó que **sólo a veces** habla de cosas que no conoce. Por eso se colocó en el paréntesis un 1.

AHORA PUEDE VOLVER LA HOJA Y RESPONDER A TODAS LAS FRASES O AFIRMACIONES QUE LE PROPONEN EN LAS PAGINAS

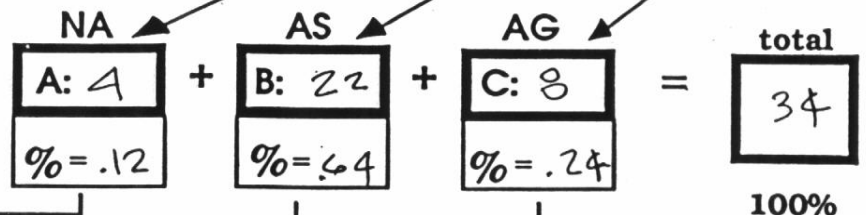
	A	B	C
24- Generalmente soy buscado y admirado por los demás, debido a mi seguridad y tranquilidad _____		(1)	
25- Realmente siento que valgo mucho como persona _____		(2)	
26- Mis amigos me dicen que tengo cara de enojado _____			(1)
27- Creo que la mayoría de la gente es tonta _____			(0)
28- Ordinariamente elijo por mí mismo cómo vivir mi vida, tomando en cuenta a los demás _____		(2)	
29- Prefiero huir de los problemas que enfrentarlos _____	(0)		
30- No dejo que el afecto y el cariño tomen parte en mis decisiones _____			(1)
31- Me gusta trabajar solo, porque las demás personas son lentas o son haraganas _____			(1)
32- Siempre he hecho lo que mis padres me dicen que haga _____	(0)		
33- Ordinariamente alcanzo mis objetivos, habiendo decidido cómo llegar a ellos y sin dañar a nadie _____		(2)	
34- Siento que no tengo ideas propias y que me guían otros _____	(0)		
35- Me siento una persona tranquila y feliz _____		(2)	
36- Cuando hago o discuto algo, siempre estoy buscando ganar _____			(2)
37- Al estar en una reunión, si hay algo que me molesta, prefiero no decirlo _____	(1)		
38- Me gusta aceptar la realidad, aunque sea dura _____		(2)	
39- Generalmente dejo que otros me saquen ventaja _____	(0)		

SUBTOTAL 4 22 8

$$P = \frac{na \times 100}{total}$$

$$P = \frac{as \times 100}{total}$$

$$P = \frac{ag \times 100}{total}$$



MANUAL DEL INAS-87

INTRODUCCION

El nacimiento de un niño a la vida es una afirmación de presencia del ser en el mundo. Con todos los privilegios, derechos y obligaciones, llega con la dotación de una concesión genética y se enfrenta a un mundo hecho por otros seres que le anteceden: En primer lugar, sus padres, que le esperan con una aceptación -al principio incondicional-, pero a la vez con metas concretas de un quehacer de adaptación a la sociedad -también hecha-, de cuya presión ellos difícilmente se liberan.

En este ambiente, el niño somete su libertad natural, su espontaneidad y expresividad en aras de la adaptación y bajo pautas de la educación familiar concreta.

Así, cuando observamos la conducta del adolescente o adulto -el niño de ayer-, encontramos un comportamiento variado en las pautas de conducta y en la afirmación social ante las personas y los grupos. Educación, experiencias de vida y temperamento, con el grado de libertad personal, son los cuatro elementos, que fundamentan las actitudes sociales de cada individuo.

Hoy estudiamos un camino para el diagnóstico de las actitudes de la persona ante el ambiente, a través de una característica, que define la calidad de respuestas reactivas: LA ASERTIVIDAD.

La prueba, que presentamos hoy, es fruto de dos compromisos adquiridos:

1º - El compromiso -voluntariamente otorgado- con el programa PRODIPMA (programa de integración de la población maya), en el que trabajamos con mística de ayuda a la población indígena. Nos hemos comprometido -desde el Centro de Selección y Orientación- con una investigación de la personalidad de nuestros becarios indígenas bilingües, que son el corazón del programa.

2º - El compromiso de la Srita. Auxiliar de Orientación -Miriam Ruth Rodas Velásquez-

que labora con nosotros en el Centro de Selección y Orientación. Mientras ella realiza con este instrumento su trabajo de investigación -previo a optar el título de Licenciatura en Psicología- nos ayuda extraordinariamente. Tomamos en este sencillo manual -con su permiso incondicional- apuntes, esquemas, observaciones, etc., recogidos por ella -y aún inéditos-, pero que tienen un gran valor para los psicólogos, que en el futuro utilizarán este inventario de asertividad (1).

Agradecemos a las Facultades de Quetzaltenango de la U.R.L. y a la A.I.D. la oportunidad que presta a la realización de PRODIPMA, así como el apoyo moral que nos ofrece para trabajar en una prueba de tanto interés, dentro de nuestro programa de seguimiento de los alumnos indígenas, seleccionados y orientados por nosotros, hacia las carreras universitarias de más proyección a la comunidad.

LA ASERTIVIDAD

La asertividad la consideramos aquí como la capacidad de afirmación de la persona en sus respuestas a los requerimientos del ambiente. Así, sencillamente.

Si la capacidad de afirmación la consideramos desde el punto de vista de actualización operativa, asertividad se define como la expresión personal auténtica, de lo que el individuo quiere o desea en un momento dado y frente a una situación social, en la que está implicada la persona y a la que tiene que responder.

(1) RODAS VELASQUEZ, M.R. : La autoimagen en la personalidad del estudiante universitario de las Facultades de Quetzaltenango de la Universidad Rafael Landívar. Facultades de Quetzaltenango, U.R.L. Quetzaltenango (Guatemala), 1990. (La defensa de la tesis tuvo lugar el 21 de Julio de 1990, acto en que recibió la autora su título de psicóloga en el grado de licenciada).

La asertividad es el equilibrio de las respuestas sociales de las personas en el juego de la interacción humana y se encuentra en ese fiel de la balanza entre el sometimiento y la rebeldía. Es el modo más sincero y congruente de la persona de proyectarse en el entorno, enriqueciéndolo con la más valiosa aportación.

La auténtica asertividad es la manifestación de los propios derechos como persona, que expresa pensamientos, sentimientos y creencias de una manera directa, sincera, apropiada y oportuna, respetuosa siempre de los derechos ajenos y propios.

La asertividad es el termómetro de la libertad existencial del ser humano frente al caos de formas de vida sujetas a patrones culturales fijos, donde sólo hay una manera de responder a cada situación, bajo consignas de mantenimiento de una imagen social convencional. Es la medida de liberación de prejuicios y presiones que, -a título de adaptación social y conveniencia-, quiere interponer la sociedad en la expresión espontánea y decidida de nuestra voluntad de afirmación. Es la libertad de opción de nuestras metas personales ante la ingerencia de las metas inalcanzadas por otros, que desean realizarlas en nuestra propia vida. Es la defensa contra la penetración, -en nuestro mundo interior-, de costumbres y tradiciones, que un día tuvieron sentido en el comportamiento humano, pero que hoy están trasnochadas y faltas de congruencia. Asertividad es la creatividad frente a valores culturales, que se entregan como el paquete estático de un pasado muerto, sobre el que tenemos la urgencia de construir nuestro mundo actual. Es la respuesta enriquecedora a un patrimonio caduco. Es la expresión de nuestra visión personal, nuestros pensamientos y sentimientos, con respeto por los de los demás. Es una unificación de fuerzas paralelas -de los demás y las nuestras- con superación de diferencias y barreras. Es búsqueda de comunicación y comunión. Es apertura, donde se comparte respeto, juego limpio y espacio para acuerdos en caso de conflicto.

La asertividad nos permite :

* Decidir con prudencia y seguir nuestro

propio juicio.

* Aceptar la realidad como es, aunque sea conflictiva.

* Sentir y vivir el dinamismo de la vida diaria.

* Vivir la espontaneidad y sencillez de una aceptación de nosotros mismos como seres limitados.

* Poseer una información libre y una autorrevelación.

* Ser congruentes con nosotros mismos y leales para con los demás.

* Comunicar lo que juzgamos conveniente y con serenidad.

* Usar nuestra libertad y vivir con los demás sin tensiones.

La asertividad nos enseña :

• A no dejar que otros decidan por nosotros, aunque tengan más edad y autoridad, sobre todo en las cosas, que se refieren a nuestra propia vida. No nos hace rebeldes ni engreídos, pero sí responsables de nuestras propias decisiones y de nuestra vida.

• A aceptar la posibilidad de un conflicto, abordándolo con serenidad y con espíritu abierto a la negociación y comunicación.

• A aceptar que no siempre debe prevalecer la lógica de la mente y que hay momentos, en que pueden entrar en juego las razones afectivas o aun los mismos requerimientos de la realidad.

• A creer en el derecho que tenemos a equivocarnos y a cambiar de opinión en algunos momentos.

• A aceptar el sufrimiento, que nos pueda provocar nuestra actitud asertiva ante los demás, es decir, nuestra apertura leal -a los que nos rodean- de lo que nosotros somos, sentimos y queremos.

• A no sentirnos mal con la aceptación de nuestra ignorancia o incapacidad de entender algunos problemas, que se presentan en el camino de nuestra vida.

• A mantener nuestro derecho al silencio ante algunas preguntas.

- A decir "no" sin sentirnos culpables.

LA CONDUCTA NO ASERTIVA

Después de haber descrito la asertividad, el concepto de no-asertividad es relativamente fácil. Con este concepto nos referimos al tipo de comportamiento en que no se actualiza la capacidad de afirmación. Desde el punto de vista positivo, hay una concesión y sometimiento, un repliegue de la propia energía de afirmación, un temor a correr el riesgo de expresión de nosotros mismos y del peso de responsabilidad al hacerlo.

La conducta no-asertiva es el camino fácil de los que se someten en aras de la convivencia pacífica y evitación de problemas. Pero a la vez supone una violación a los derechos propios de libertad y expresión personales.

En el comportamiento no-asertivo falta la auténtica y sincera expresión de pensamientos, sentimientos y creencias. Si alguna vez existe esta expresión, se halla siempre teñida por las disculpas, el apocamiento y la sujeción al ambiente y un tono tembloroso e indeciso, que hace ineficaz dicha expresión.

Toda persona tiene derecho -en algunos momentos- a no ser asertiva, sobre todo cuando entran en juego cosas muy importantes que pudiera perder: La propia vida, una herencia, una amistad valiosa, etc. Pero el que toma la conducta no-asertiva como el modo normal de actuación en su vida, acepta para siempre la degradación de su propia libertad. Se coloca a un nivel social en el que se inultiza como persona, cerrándose a las posibilidades de su creatividad, responsabilidad y a la felicidad, que reporta el dominio de su propia vida. Los mensajes, que se reciben implícitamente en esta conducta, son de devaluación o depreciación de sí mismo, con el consiguiente sentimiento de culpa: "Yo no cuento", "Tú puedes aprovecharte de mí", "No importan mis sentimientos; sólo cuentan los tuyos", "Mis pensamientos no son importantes; los tuyos, sí", "Yo no soy nadie; tú eres superior", etc.

Es verdad que esta conducta no-asertiva

logra apaciguar a los demás y mantenerlos tranquilos. Es verdad que se evitan muchos conflictos. Pero el precio que hay que pagar es muy alto, porque se está vendiendo uno mismo y lo mejor que tiene: Su propia libertad.

El ejemplo clásico de conducta no-asertiva se ofrece en la relación familiar. Los padres ejercen la autoridad desde el nacimiento del niño y prolongan esta situación de privilegio aún después de la adolescencia del hijo. Este se somete a la autoridad paterna, incluso después de los quince años -que proponemos como momento ideal para iniciar formalmente su autoconducción-. Así obtiene de sus padres muchos privilegios y beneficios: Casa, alimentación, cariño, etc. Pero hay una renuncia implícita a la madurez y al crecimiento.

LA CONDUCTA AGRESIVA

Es una tercera forma de respuesta a los requerimientos del ambiente. Es el otro platillo de la balanza en la presencia del ser humano en el contexto social. Es un quebrantamiento del equilibrio en las relaciones humanas.

La agresividad viola los derechos ajenos. Sí hay una expresión fuerte y valiente de pensamientos, sentimientos y creencias, pero inoportuna y violenta. Esta expresión puede ser directa o indirecta, pero siempre insincera e inapropiada.

Hay en la conducta agresiva un afán de dominio y de ganancia, que pudiera definirse como crueldad. Rompe el nivel de armonía y de comunicación en las relaciones humanas. Es una fuerza de poder que humilla, degrada, domina y desprecia, tratando de crear perdedores y débiles, para ejercer el poder de violar los derechos del otro.

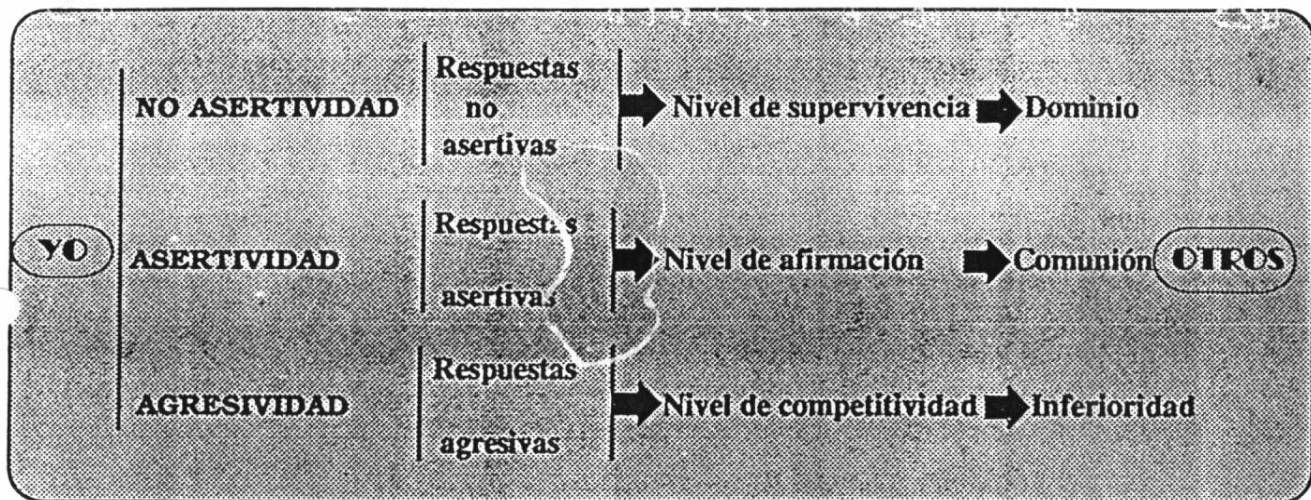
El que ejerce esta conducta agresiva ofrece a la vez -con mucha frecuencia- debilidad esencial y temor a perder en el juego de la vida, inseguridad fundamental, comparable a la que sufre -en el extremo polar del comportamiento- quien se somete, con el ejercicio de la conducta no-asertiva. Con distinta proyección social, los dos tipos de personas son inseguros.

LOS TRES TIPOS DE CONDUCTA

Los tres tipos de conducta, descritos anteriormente, suponen tres niveles de respuesta en la proyección del ser en el mundo.

Recogemos en un sencillo esquema estos tres niveles :

- 1 - Nivel de supervivencia.
- 2 - Nivel de afirmación.
- 3 - Nivel de competitividad.



En el siguiente cuadro sinóptico describimos dos elementos, que condicionan -en gran parte- el tipo de conducta que haya de adoptar la persona. Este dependerá esencialmente de la

formación de la fuerza del yo, por una parte; por otra, de la intensidad y fuerza de las presiones del ambiente.



Entre los elementos, que intervienen en la creación de la fuerza del yo, la educación es el más importante y comprende casi a todos los demás, exceptuando el temperamento. Conocemos todos la influencia de los cinco primeros años de la vida del niño, que marca -de por vida- su actuación en el mundo, así como las

actitudes personales y sociales, que han de mantenerse a lo largo de su existencia.

Proponemos ahora, recogiendo en un esquema, algunas de las ideas antes expuestas en este octógono de la asertividad.

OCTOGONO DE LA ASERTIVIDAD



OCTOGONO DE LA ASERTIVIDAD

A partir del centro de octógono, donde encontramos numerados los ocho lados, se halla el octógono más pequeño, que encierra:

Las raíces de nuestras Inseguridades

Es el primer nivel, donde recogemos las ideas perturbadoras del equilibrio de la personalidad y de la higiene mental. Pareciera que estamos escuchando las mismas ideas irracionales, que propone Albert Ellis, como origen de los conflictos de los clientes de psicoterapia racional emotiva.

Describimos, a continuación, esas ideas perturbadoras, formulando ejemplos concretos de expresión más común:

1 - LOS MAYORES DECIDEN POR NOSOTROS

"Soy una víctima de las circunstancias y mi vida está controlada por fuerzas exteriores".

"Debes sentirte culpable, si tú haces tus propias cosas y los demás se enojan por ello".

"Convéncete de que siempre debes agradar a los demás y caerles bien, así como buscar su aprobación en todo".

"No debes tomar muy seriamente tus pensamientos personales".

2 - UN CONFLICTO NO DEBE OCURRIR

"Más vale callarse que crear un conflicto".

"Actúa siempre a lo seguro y no corras ningún riesgo".

"Es más importante vivir el futuro, que vivir el presente".

3 - DEBES SER SIEMPRE "LOGICO"

"La razón está por encima del sentimiento".

"Tú debes sacar conclusiones generales

acerca de los demás por un solo dato o por una sola circunstancia".

"En el mundo todo se divide en buenos y malos, esto o nada".

"Tú debes creer la mayoría de las cosas, que escuchas".

4 - ES ALGO TREMENDO EQUIVOCARSE O CAMBIAR DE OPINION

"No cometas errores".

"Hacer las cosas bien hechas es muy importante para tu realización personal".

"Si lo que has hecho te ha salido bien, síguelo haciendo".

"Mantener tus ideas y costumbres te dará seguridad y tranquilidad".

"Más vale malo conocido que bueno por conocer".

5 - MIENTRAS MENOS NOS ABRAMOS A LOS DEMAS, MENOS SUFRIREMOS

"Trata de llegar a ser totalmente independiente y autosuficiente".

"Es mejor que no te enteres de lo que pasa a tu alrededor, pues lo único que vas a lograr es aumentar tus preocupaciones".

"Tú preocúpate de lo tuyo y deja que los demás se preocupen de lo suyo".

6 - CONTESTAR "NO SE" O "NO ENTENDI" TRAE PROBLEMAS

"Trata de ser perfecto en todo lo que haces y demuéstrelas a los demás que tú lo sabes todo".

"Debes estar siempre bien".

"Más vale poner cara de listo que cara de tonto".

7 - DEBEMOS CONTESTAR A CUALQUIER PREGUNTA

"Siempre hay que decir toda la verdad".

"Es de mala educación no atender a las preguntas de los demás".

"Si alguien te pregunta algo, es porque para él es importante tu respuesta".

"Los demás van a juzgarte poco sociable, si no respondes a sus preguntas".

**8 - DECIR "NO"
NOS HACE
SENTIR CULPABLES**

"Es de buena educación estar atento a lo que los otros necesitan".

"Debes ser muy respetuoso de los derechos de los demás".

"La ingratitud es algo casi imperdonable".

"Si eres una persona servicial, verás cómo los demás te apreciarán".

**SENSIBILIZACION
A LAS CONSECUENCIAS
PROVOCADAS
POR NUESTRAS INSEGURIDADES**

En la parte central del octógono -y a un segundo nivel- recogemos las consecuencias de las conductas inadecuadas por falta de equilibrio e higiene mental.

**1 - LOS MAYORES
DECIDEN POR NOSOTROS**

**A - Si dejamos
que otros
decidan por nosotros**

* Renunciamos a realizarnos como personas.

- * Nos esclavizamos a los demás.
- * Renunciamos a nuestra libertad.
- * Nos dejamos utilizar.
- * Nos cosificamos.

**B - Si preferimos
trabajar solos**

- * Nos aislamos.
- * Nos empobrecemos.
- * Desaprovechamos la riqueza de la

confrontación.

* Nos creemos autosuficientes.

* Se nos olvida que somos seres limitados.

**2 - UN CONFLICTO
NO DEBE OCURRIR**

**A - Si nos intimidamos
ante el conflicto**

* Menospreciamos nuestra capacidad de superación.

* Nos dejamos paralizar en nuestro espíritu, en lo que es más propio de nuestro ser de persona.

* Atentamos contra nuestro dinamismo expansivo.

* Nos arriesgamos a convertirnos en una bomba de tiempo.

**B - Si buscamos el conflicto
como reto personal**

* Nos pegamos con fruición a lo particular y dejamos a un lado el conjunto de la realidad.

* Nos volvemos parciales.

* Nos sobreestimamos.

* Nos podemos destruir, al exigirnos más de lo que podemos.

**3 - DEBEMOS SER SIEMPRE
MUY "LOGICOS"**

**A - Si obedecemos
a la ley a ciegas**

* Se nos olvida que la letra de la ley esclaviza, que no puede atender a los casos particulares, que solamente es una guía.

* No asimilamos nuestras experiencias.

* No vemos que la vida, inclusive en muchas ocasiones, es "ilógica".

**B - Si actúo, no lo pienso dos veces,
aunque luego sufra alguien**

* Me falta valorar los derechos de los demás.

* Menosprecio el orden natural.

* Menosprecio otros órdenes : El familiar, el empresarial, el de los amigos, etc.

4 - ES ALGO TREMENDO "EQUIVOCARSE" O "CAMBIAR DE OPINION"

**A - Si ahogamos la creatividad,
si nos cerramos
a otras posibilidades**

- * Nos juzgamos antes de actuar.
- * No nos dejamos ser en la experiencia.
- * No nos damos tiempo para crecer.
- * Nos guardamos muchas inquietudes.
- * Nos vamos mutilando (atrofiando órganos).

**B - Si no dialogo,
si me retiro,
cuando veo que estoy perdiendo**

- * Me creo un mundo de ganadores y perdedores.
- * Engendro violencia.
- * No me permito reconocermé débil.
- * Me falta confianza en mí mismo.

5 - MIENTRAS MENOS NOS ABRAMOS A LOS DEMAS, MENOS SUFRIREMOS

**A - Si huímos
en los momentos de intimidad**

- * No aprendemos a manejar nuestros sentimientos.
- * Nos perdemos de lo que podría ser una comunicación verdaderamente humana.
- * Nos impedimos conocernos más a fondo.

**B - Si ponemos barreras
a la intimidad**

- * Aprenderemos a movernos princi-

palmente en el campo intelectual y en el práctico - pensar o actuar-, no sentir.

* Nos volvemos muy eficientes pero poco humanos.

* Podríamos llegar a centrarnos en lo material.

6 - CONTESTAR "NO SE" O "NO ENTENDI" TRAE PROBLEMAS

**A - Si preferimos mentirnos
a nosotros mismos**

- * Aprendemos a no ser sinceros con nosotros mismos.
- * Nos colocamos en la posibilidad de un conflicto mayor.
- * Nos debilitamos ante la realidad.

**B - Si preferimos mentir
a los demás**

- * Nos enseñamos a engañar a los demás.
- * Aprendemos a confundir a los demás.
- * Aprendemos a gritar sin necesidad.

7 - DEBEMOS CONTESTAR A CUALQUIER PREGUNTA

**A - Si contestamos
a cualquier pregunta**

- * Nos descubrimos fácilmente.
- * Renunciamos a defendernos verbalmente.
- * Aceptamos que no tenemos derecho a una intimidad personal.

**B - Si respondemos
con preguntas o dogmatismos**

- * En lugar de ubicarnos en la realidad, contraatacamos.
- * Estamos queriendo defender nuestra inseguridad, mediante la rigidez. (Más fácilmente nos tumban).

8 - DECIR "NO" NOS HACE SENTIR CULPABLES

A - Si decimos que "sí"
en contra de nuestros intereses

* Renunciamos a lo nuestro por no
saberlo valorar.

* Manifestamos poco aprecio por no-
sotros mismos.

B - Si decimos "no",
aunque podamos decir "sí"

* Aprendemos a mantenernos alejados
de los demás.

* Nos cerramos las puertas para pedir
favores.

DERECHOS PERSONALES QUE TENEMOS SIEMPRE

Todos nosotros tenemos los derechos,
que aparecen en el tercer nivel del octógono de
la asertividad:

**Decidir con prudencia y
seguir nuestro propio juicio.**

**Aceptar la realidad como
es, aunque sea conflictiva.**

**Sentir y vivir el dinamis-
mo de la vida diaria.**

**Espontaneidad y sencil-
lez, con una aceptación perso-
nal como seres limitados.**

**Poseer libre información
y autorrevelación.**

**Ser congruentes con no-
sotros mismos y leales para
con los demás.**

**Comunicar lo que juzgue-
mos conveniente y con sere-
nidad.**

**Usar de nuestra libertad
y vivir con los demás sin ten-
siones.**

SIGNIFICADO DE LA PALABRA "ASERTIVIDAD"

ASERTIVIDAD : Capacidad de ser aser-
tivo, afirmativo.

ASERTIVO : Afirmativo (lo contrario :
Negativo).

El ser asertivo da a la persona capacidad
actualizada de :

- Poner firme, dar firmeza, fortificar,
fortalecer, reforzar, corroborar (ratificar).

- Sostener, dar por cierta alguna cosa.

- Manifestar (decir con asertividad, con
seguridad).

- Asegurarse en algo, ratificarse en lo
dicho.

Estos son algunos de los conceptos, que
proponen diversos diccionarios, sobre la pala-
bra "asertividad".

CUESTIONARIO "INAS - 87"

ORIGEN

El original del Inventario, que lanzamos
adaptado ya a Guatemala, lo encontramos in-
cluido en un Curso de comunicación para
padres, elaborado por el Mtro. Jaime J. Esquivel
C. Este curso está preparado para las Prácticas
Profesionales de la Universidad Iberoameri-
cana del Distrito Federal de México, a nivel de
Licenciatura en Psicología, y publicado en la
misma Universidad -en forma mimeografiada-
en el año 1986. El autor del mismo es el Dr.
Javier Jiménez García de Alba y lo publica en su
"Curso de asertividad", editado en la misma
Universidad Iberoamericana en el año 1983, en
el Centro de Difusión y Extensión Universi-
taria, en la colección "Educación continua".

ADAPTACION

Era necesaria para la población de Gua-
temala. El cuestionario -de versión mexicana-

a pesar de ser México y Guatemala pueblos idiomáticamente hermanos, no se hace totalmente inteligible en Guatemala, donde crean confusión algunos vocablos del pueblo azteca.

Por eso, con la eficaz ayuda de quince personas expertas de nivel universitario, hicimos -después de un estudio a conciencia durante varias semanas- la versión, que publicamos en la prueba, con sumo cuidado y sin que se alterara lo más mínimo el sentido de cada elemento del inventario.

Dispusimos y ordenamos las instrucciones del inventario de un modo claro y explícito, enriqueciendo las instrucciones originales, que apenas estaban insinuadas. Asimismo dejamos espacios libres para recoger los datos generales de la persona que lo ha de complementar, incluyendo datos de nivel cultural (medio o universitario). En las instrucciones se propone también un ejemplo, así como la clave para las respuestas, destacándolas en un recuadro.

Al final de la formulación de cada uno de los treinta y nueve elementos de que consta el inventario, se trazó una línea continua hasta el paréntesis, donde ha de ofrecerse la respuesta, evitando así posibles errores.

La publicación de esta primera edición la realiza el Instituto de Psicología y Antropología de las Facultades de Quetzaltenango de la U.R.L.

MODO DE ADMINISTRACION

Este inventario -por su naturaleza- puede ser administrado de forma individual o colectiva, en grupos más o menos grandes, según las condiciones materiales del local y el tipo de personas. Ténganse presentes las normas, que se emplean en cuestionarios similares. En Entrenamientos de Asertividad y otras actividades grupales se administra a todo el grupo simultáneamente.

DESTINATARIOS

Esencialmente está destinado a personas universitarias o de nivel medio, pero puede

emplearse con otras personas adultas o adolescentes de cultura más baja. Este inventario no está hecho para niños ni para personas, que estrenan su adolescencia.

TIEMPO

No hay tiempo señalado, pero normalmente tardarán las personas como veinte minutos en su contestación. No debieran demorarse nunca más de media hora, incluyendo las instrucciones.

En este tipo de pruebas -cuestionarios o inventarios de personalidad-, cuando las personas se alargan demasiado en la contestación a las preguntas o cuestiones, tienen peligro de perder espontaneidad y autenticidad en las respuestas. Se da lugar a la intervención de sutiles mecanismos de defensa, que les lleva a escoger aquel tipo de respuestas más acorde con su yo ideal o con la imagen social, que les interesa mantener, y no al yo real y experiencial de su comportamiento habitual.

Este inventario no tiene ninguna escala intermedia de sinceridad o autenticidad. Por eso, hemos de insistir siempre que se indique a los examinados que no piensen excesivamente las respuestas, sino que contesten con alguna rapidez. Tampoco hemos de angustiarlos ni presionarlos demasiado con el tiempo.

LUGAR

No es necesario señalar muchas exigencias al lugar, como en otras pruebas psicométricas. Pero sí es conveniente que el lugar sea suficientemente cómodo y con suficiente iluminación natural o artificial. Si se trata de una administración grupal, procúrese la suficiente independencia de las personas.

INSTRUCCIONES

Siempre es conveniente leerlas en alta voz, sobre todo si la administración es grupal. Las instrucciones se encuentran en la primera página del protocolo, donde han de llenar los espacios con los datos generales.

Se pueden repetir las instrucciones con otras palabras para aclararlas a aquellos sujetos, que tengan dificultad en entenderlas. Insístase mucho en la clave, que se encuentra en un recuadro. Insístase también en que no escriban otras clasificaciones distintas de las señaladas.

Se puede aclarar a alguno en particular cualquier cuestión, pero sin determinarle por alguna respuesta concreta. El inventario está suficientemente claro en su lenguaje, para obtener que no haya dudas, o que éstas sean las menos posibles.

CORRECCION

Se ha facilitado la corrección con las indicaciones, que se encuentran en el mismo protocolo. Se siguen los pasos siguientes :

1º - Se suman las tres columnas -A,B, y C- que respectivamente significan los tres tipos de conducta reactiva al ambiente: (A):NO ASERTIVA; (B): ASERTIVA; (C): AGRESIVA.

2º - Estos subtotales se pasan -siguiendo las flechas- a los rectángulos negros, que llevan los nombres de las siglas NA (no-assertivo), AS (assertivo) y AG (agresivo). Se colocan respectivamente donde dice A, B y C.

3º - Los tres subtales se suman agrupados -como lo indica la llave negra, que se encuentra bajo las tres columnas A, B y C-. Este total -siguiendo la flecha- se coloca en el cuadro negro, que tiene el nombre de "TOTAL".

4º - Debajo de los rectángulos negros, se colocan los porcentajes de A, B y C. Para hallarlos, se emplean las fórmulas respectivas, que se hallan a la izquierda. La suma de estos porcentajes debe dar 100 %. Los porcentajes se escriben sin decimales. Los ajustes por el redondeo en las unidades, pueden hacer -en algún caso- que la suma de los mismos no sea 100 % exactamente.

EVALUACION

La comparación de los porcentajes es un criterio válido para observar la conducta preva-

lente de la persona en sus respuestas al ambiente. En un momento podemos distinguir con facilidad cuál es el modo de actuar del sujeto con respecto a su actitud asertiva, no asertiva o agresiva.

No podemos, por ahora, ofrecer otro tipo de criterios. Será más adelante, cuando se puedan establecer baremos percentilados u otras escalas de interpretación. Se necesitarán previamente varios trabajos de investigación con esta prueba, que hoy se ofrece lo más instrumentada posible.

ENTRENAMIENTO EN ASEPTIVIDAD

Tanto la prueba como la parte teórica que la sustenta -resumida en este manual- han inspirado el montaje de un Entrenamiento de Asertividad, con un rico material de apoyo.

En Octubre de 1989 tuvimos el estreno de este entrenamiento en San Luis Potosí (México) con un grupo muy especial de personas dedicadas a la formación de grupos y reunidas para este evento desde Europa, U. S. A., Centroamérica y México. El entrenamiento inicialmente fue montado para este grupo. A partir de aquella experiencia positiva, se ha multiplicado en fechas posteriores tanto en México como en Guatemala, España, Estados Unidos, Costa Rica, etc. con resultados parecidos, y rebasando nuestras expectativas.

El material de apoyo ha sido publicado -en nuestro Instituto de Psicología y Antropología de las Facultades de Quetzaltenango de la Universidad Rafael Landívar- para la facilitación de este tipo de entrenamientos, que ayudan tanto al individuo en su crecimiento interior, personal y social. Es "material de apoyo" que no se vende, porque sólo tiene sentido de ayuda dentro del mismo entrenamiento.

**PRODUCCIÓN, LEVANTADO DE TEXTO Y EDICIÓN
DEL LIC. ALEJANDRO AGUIRREZABAL SAGRARIO
COLABORACIÓN MUY ESPECIAL DE CONTENIDOS
DE LA LICDA. MIRIAM RUTH RODAS VELÁSQUEZ
FACULTADES DE QUETZALTENANGO
DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
QUETZALTENANGO, 15 DE AGOSTO DE 1990**

RESUMEN

Esta investigación plantea a la asertividad como un elemento social para erradicar conductas agresivas y violentas en jóvenes de ambos sexos. Tenía como objetivos contribuir en el manejo de conductas agresivas a través de técnicas asertivas, para mejorar las relaciones interpersonales. La asertividad enseña que el ser humano tiene el derecho de expresarse, de decir no y estar satisfecho de sus decisiones. Además es un elemento conductual que tiene tres características principales que son comunicar un legítimo interés propio, mantener la integridad y defender los derechos.

En los instrumentos de recolección de datos como la observación y un cuestionario se obtuvo información cualitativa de circunstancias en las que demostraron conductas agresivas o no asertivas, al obtener estos resultados se impartieron talleres para enseñar técnicas asertivas y de relaciones interpersonales, y ejercicios para poner en práctica en situaciones cotidianas, después se les aplicó un test de asertividad en el cual la mayoría de jóvenes dieron resultados de conductas asertivas, logrando el objetivo de la investigación.