

**Nombre de alumnos: Hannia Mahomi Velázquez
Castillo**

-Johana Gabriela Madrid Muñoz

-Fernando González Ramírez

Nombre del profesor: Lic. Eliza Pérez Pérez

**Nombre del trabajo: NIVEL DE ASERTIVIDAD EN LOS
JOVENES DE UDS, CAMPUS COMALAPA” Capitulo 1.**

Materia: Taller De Tesis

Grado: 9

**Comitán de Domínguez, Chiapas a 16 de Mayo de
2021.**

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

“NIVEL DE ASERTIVIDAD EN LOS JOVENES DE UDS, CAMPUS COMALAPA”

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La humanidad ha dedicado innumerables esfuerzos para comunicarse a través de los tiempos. El hombre siempre ha mantenido una comunicación ya sea con gestos, mímicas, sonidos, gráficas, etc. Hoy en día, en un mundo globalizado y con los avances de la ciencia y la tecnología la comunicación se hace más rápida (radio, TV, teléfono, fax, internet, satélites, celulares, etc.), y esto acarrea nuevos problemas como la calidad, la eficacia, la efectividad y la asertividad en este proceso.

La comunicación es una pieza fundamental en las organizaciones, la interacción de sus miembros con clientes, proveedores, aliados, etc. se hace cada día más necesaria; es por ello que la calidad en la comunicación adquiere cada vez más importancia. Es posible evaluar el nivel del progreso de una organización a través de la capacidad de comunicación entre sus integrantes, en esto reside el éxito o el fracaso.

La asertividad es la forma de expresión congruente, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros derechos sin la intención de herir o perjudicar a nadie.

(CASTENYER, 2000)

Santa (2003), en el artículo de la página de Internet, La asertividad otra gran virtud, indica que, la forma de interacción con los demás puede convertirse en una fuente considerable de estrés en la vida, puede conducir a una relación estable y balanceada o ser el camino hacia la soledad.

El aprender a comunicarse asertivamente, permite reducir estrés, enseñar a defender los derechos sin ofender ni ser ofendidos. Como resultado de un estilo asertivo de comunicación, obtendremos mejores relaciones interpersonales. Sin embargo, en la actualidad ser asertivo es sinónimo de dañar a terceras personas, vandalizar, robar, amedrentar y violar los derechos de otras personas, mediante destrozos que se realizan en las marcas que realizamos para defender nuestros derechos.

(Universidad Cooperativa de Colombia, 2015) Señala:

La persona que se comunica asertivamente, expresa en forma clara lo que piensa, siente o necesita, teniendo en cuenta los derechos, sentimientos y valores de sus interlocutores. En este contexto cobra gran importancia el reconocimiento y el respeto hacia las de las demás personas.

La asertividad ligada a la innovación, permiten que un trabajador pueda resolver adecuadamente las dificultades que se presentan en su quehacer diario a manera de “imprevistos”, toda vez que reconoce y sabe que no existen tareas estáticas en un entorno de cambios constantes.

El trabajo en equipo es mejor cuando todos sus integrantes son asertivos; lo que no significa dejar de lado la capacidad de criticar de forma constructiva,

aspecto que forma parte de las personas asertivas, el cual es muy necesario para el avance de la organización.

A la conferencia “Importancia de la comunicación asertiva en el mundo laboral”, organizada por la coordinación del programa de Administración de Empresas y Alumni, asistieron egresados, profesores, empleados de la sede Pereira y público externo.

(mente) Señala:

El asertividad, además, es una actitud que se manifiesta en cómo nos autoafirmamos y en cómo defendemos nuestros derechos, es decir, en la expresión de nuestros sentimientos, necesidades, preferencias y opiniones. Siempre teniendo en cuenta la opinión de la otra persona, respetándola y valorándola.

En resumen, son tres los pilares básicos de la asertividad: la *autoafirmación*, la *expresión de sentimientos positivos* (elogios, agrado, etc.) y la *expresión de sentimientos negativos* (manifestación de disconformidad o desagrado) de manera adecuada y respetuosa.

(significados) Señala :

Según la psicología, los comportamientos pueden ser divididos en 3 categorías: pasivo, agresivo y, asertivo. La asertividad se establece entre el comportamiento agresivo y el pasivo, y por ello se considera que interacción social bajo el comportamiento asertivo es saludable, ya que es seguro y respetuoso.

De allí que se considera que una persona sin asertividad se vuelve ineficaz socialmente porque no logra comunicar lo que quiere adecuadamente.

Por otra parte, ser asertivo no necesariamente significa tener la razón. La persona asertiva es aquella que sabe que puede estar equivocada pero mantiene la calma, y es capaz de escuchar otros puntos de vista para poder llegar a un mejor entendimiento de la situación.

Existen dos áreas básicas en la vida de un individuo: la familia y el trabajo. La forma de enfrentarse a ellas también revela su grado de asertividad. Para ser asertivo en cualquiera de las dos áreas hay que poseer una orientación activa y fijarse metas que consoliden el autoestima. En la relación íntima con la familia y en el amor el propósito debe ser la franqueza, la comunicación y el compartir todo el ser emocional de uno. Los sentimientos vienen primero.

En el trabajo, el énfasis asertivo es exactamente a la inversa. La actuación viene primero, los sentimientos después. El propósito consiste en la productividad y el logro. Debido a esto, las relaciones con los demás en el trabajo tienden a ser más superficiales que íntimas. En los sentimientos que expresa el individuo se dan mayor énfasis a la adaptación que a la franqueza.

El trabajo se convierte en extensión de uno mismo y en expresión de sí. A esto se añade el estilo, el ritmo, la velocidad, el modo peculiar de enfrentarse a los problemas. Cuando más asertivo sea alguien en relación con el trabajo y más dispuesto se halle a afirmar con su actuación «este soy yo», mayores satisfacciones obtendrá

. (CASTENYER, 2000)

Digamos que la asertividad laboral es el punto medio cuyos extremos le corresponden a la agresividad y a la sumisión o pasividad. En otras palabras, ser asertivo también consiste en saber decir “sí” o “no” a determinadas

peticiones, dando motivos que respalden nuestra postura. No se trata de una actitud que demande rigidez, por el contrario, estas personas también deben trabajar en dar cumplidos cuando alguna conducta o situación sea de su agrado, así como también deben aprender a aceptar quejas si se han equivocado.

Un individuo asertivo tiene una idea clara de cuáles son sus objetivos, al mismo tiempo, es proactivo buscando lograr sus metas, acepta sus limitaciones, y además, se muestra como una persona muy segura de sí misma, por ello también se caracteriza por tener alta autoestima y mucha confianza.

Sin embargo, la principal enemiga de la asertividad es la ansiedad, y esta se manifiesta a pesar de que un individuo tenga seguridad de lo que va a decir o tenga muy claros sus deseos, dicho de otro modo, la ansiedad y el miedo atacan a la persona al momento de querer exteriorizar sus ideas, a tal punto de imposibilitar la comunicación, pero la buena noticia es que existen estrategias para superarlo.

Cuando una persona actúa de forma sumisa en el trabajo y no sabe defender sus derechos, se expone a la manipulación de sus compañeros, por lo que su autoestima se verá afectada y automáticamente se sentirá inferior al resto. En este contexto es posible que comience a aceptar situaciones injustas y se genere un evolutivo resentimiento hacia sus compañeros de trabajo, hacia sus jefes o hacia sí mismo.

Lo cierto es que la comunicación asertiva es la herramienta que necesitas para defender tus derechos y dar a conocer tus opiniones sobre determinado asunto. Lo realmente difícil es encontrar el punto exacto, o mejor dicho, el grado adecuado entre ser asertivo y ser agresivo, o ser asertivo y ser sumiso.

La diversidad en las investigaciones sobre asertividad en los últimos años ha llevado a una controversia acerca de cuál es la definición más Completa y la que mejor describe a esta variable, ya que se ha observado que algunas definiciones parecen incluir aspectos que corresponden a otros constructos.

Aguilar (1995) señala que existen problemas para distinguir la Habilidad social de la habilidad asertiva, en tanto que Rodríguez y Serralde (1991) afirman que la asertividad es lo mismo que la autoestima, o al menos un componente de la misma. También se le ha relacionado con el locus de control (Aguilar, 1987), e incluso se le ha confundido con

la agresividad en algunos contextos culturales (Flores, 1994).

Se discute asimismo la multidimensionalidades o unidimensionalidades del constructor y, por ende, su forma de medirlo. Hay, pues, el interés por aclarar y diferenciar el concepto de asertividad de otras variables y aspectos de la personalidad.

Los orígenes de la palabra “asertividad” se encuentran en el latín

asserere o assertum, que significa “afirmar” o “defender” (Robredo, 1995).

Es con base en esta concepción que el término adquiere un significado de afirmación de la propia personalidad, confianza en sí mismo, autoestima, aplomo y comunicación segura y eficiente (Rodríguez y Serralde, 1991). Existen diversas aproximaciones teóricas que buscan definir esta variable. Desde el punto de vista conductual, la propuesta de un aprendizaje asertivo se fundamenta en los conocimientos generados por Ivan Pavlov, quien estudió la adaptación al medio ambiente de personas y animales; en cuanto a las primeras, considera que si dominan las fuerzas excitatorias, se sentirán orientadas a la acción y emocionalmente libres, enfrentándose a la vida según sus propios términos; por el contrario, si dominan las fuerzas inhibitorias, se mostrarán desconcertadas y acobardadas, sufrirán la

represión de sus emociones y a menudo harán lo que no quieren hacer (Casares y Siliceo, 1997; Robredo, 1995). Este equilibrio entre inhibición y excitación se traducirá más tarde como sumisión –o pasividad– y agresividad, respectivamente (Rodríguez y Serralde, 1991).

En el enfoque cognitivo, el comportamiento asertivo consiste en expresar lo que se cree, se siente y se desea de forma directa y honesta, haciendo valer los propios derechos y respetando los derechos de los demás. Estos autores sostienen la necesidad de incorporar cuatro procedimientos básicos en el adiestramiento asertivo: enseñar la diferencia entre asertividad y agresividad, ayudar a identificar y aceptar los propios derechos y los derechos de los demás, reducir los obstáculos cognoscitivos y afectivos para actuar de manera asertiva, disminuyendo ideas irracionales, ansiedades y culpas, y desarrollar destrezas asertivas a través de la práctica de dichos métodos. Es así como la asertividad se fundamenta en la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales, de manera que se hace viable manifestar sentimientos, pensamientos y acciones (Flores, 1994).

Al desarrollarse nuevas definiciones ya no meramente conductistas (énfasis en las conductas observables y susceptibles de ser medidas), se da cabida a elementos más abstractos, como los valores y otros aspectos relacionados con el desarrollo humano. Así, el enfoque humanista de la asertividad se centra desde sus inicios (los años setenta) en concebir la variable como una técnica para el desarrollo de la autorrealización del ser humano.

Pick y Vargas (1990) afirman que para ser asertivo se necesita aceptarse y valorarse, respetar a los demás, permanecer firmes en las propias opiniones, comunicar con claridad y directamente, en el lugar y momento adecuados y de forma apropiada, lo que se quiere o se necesita decir.

De acuerdo con Rodríguez y Serralde (1991), una persona asertiva se siente libre para manifestarse, expresando en sus palabras lo que siente, piensa y

quiere; puede comunicarse con personas de todos los niveles, siendo una comunicación siempre abierta, directa, franca y adecuada; tiene una orientación activa en la vida; va tras de lo que quiere; actúa de un modo que juzga respetable; acepta sus limitaciones al comprender que no siempre puede ganar; acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas; con delicadeza, pero también con firmeza, establece quiénes son sus amigos y quiénes no; se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos, y evita los dos extremos: por un lado, la represión y, por el otro, la expresión agresiva y destructiva de sus emociones.

Aguilar (1993) emplea el término “conducta afirmativa” para referirse a lo que en otro momento llama “conducta asertiva”, la que define como la habilidad para transmitir los sentimientos, creencias y opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismo tiempo respetando los derechos de los demás. Apunta que la conducta afirmativa puede notarse cuando la persona sabe decir “no”, estableciendo límites respetuosamente; se expresa con espontaneidad y respeta las diferencias de opinión; no llega a conclusiones si no tiene información válida; es positiva; trata de expresar sentimientos favorables; escucha tomando un rol activo; conoce las propias necesidades y las transmite a los demás; busca el momento oportuno para hablar sin dejarlo para después; toma la responsabilidad del propio comportamiento, y sus comportamientos verbales y no verbales son congruentes entre sí.

Como puede observarse, paulatinamente este concepto se ha ido definiendo con mayor detalle, pero al mismo tiempo con adjetivos subjetivos (respetuoso, delicado, adecuado, etc.), más difíciles de ser medidos de una sola manera. Muchas definiciones han hecho énfasis en la aceptación, valoración y seguridad personal.

Rees y Graham (1991) consideran que el ser asertivo es esencialmente respetarse a sí mismo y a los otros al tener la creencia básica de que las

propias opiniones, creencias, pensamientos y sentimientos son tan importantes como los de cualquier persona.

Robredo (1995) afirma que, en un sentido profundo, la asertividad es la seguridad en uno mismo, la tenacidad y persistencia; es saber marchar por la vida con paso firme y con la frente en alto, tener el hábito de manifestarse a partir de la autoestima, y afirmar, defender, expresarse y actuar de manera directa, con la responsabilidad y habilidad necesarias para mantener las interacciones sociales.

Asimismo, en otras definiciones se habla de la asertividad como la habilidad para expresar los pensamientos, sentimientos y percepciones, y elegir cómo reaccionar y sostener los propios derechos cuando es apropiado.

(Elizondo, 2000). Bishop (2000) añade que ser asertivo significa ser capaz de expresarse con seguridad sin tener que recurrir a comportamientos pasivos, agresivos o manipuladores –lo que supone un autoconocimiento y el control del propio yo real–, y requiere saber escuchar y responder a las necesidades de los otros sin descuidar los propios intereses o principios.

Es evidente que en las definiciones anteriores la autoestima y las habilidades para comunicarse destacan como parte fundamental, tanto en lo objetivo como en lo subjetivo.

Para Aguilar (1993b), la persona asertiva se aprecia y se acepta sin juicio crítico destructivo ninguno, le gusta la manera que es en todos los sentidos, busca lo mejor para sí misma, tiene confianza y seguridad en sus capacidades, valora sus esfuerzos y se respeta.

De este modo, la baja autoestima puede llevar a sentimientos de apatía, aislamiento y pasividad, mientras que la alta autoestima se relaciona con mayor actividad, sentimientos de control sobre las circunstancias, menor ansiedad, mejor capacidad para tolerar el estrés interno o externo, menor

sensibilidad a las críticas y mejor salud física (cfr. Lara, Verduzco, Acevedo y Cortés, 1993).

Un factor común de los comportamientos pasivo y agresivo, según Bishop (2000), es la falta de autoestima. Así, la pérdida de autoestima puede dar como resultado un comportamiento no asertivo, e incluso se ha hallado que la comunicación asertiva ayuda a fomentar una alta autoestima y, en consecuencia, una conducta asertiva (Sánchez, 2000).

Trabajando con niños, Deluty (1979), al desarrollar una medida de autor reporte (Children's Action Tendency Scale), encontró que los puntajes en la subes cala de sumisión de dicha medida mostraron una correlación positiva con la deseabilidad social, y negativa con la autoestima, medida por el Self-Esteem Inventory. Más tarde, este mismo autor exploró la relación entre los estilos de respuesta agresivo, asertivo y sumiso con tres medidas de ajuste para niños, incluyendo la desarrollada previamente, y encontró una relación positiva entre la asertividad y los niveles de autoestima, pero únicamente en los varones (Deluty, 1981).

Desde que se comenzó a estudiar la asertividad, han surgido problemas para distinguir la habilidad social de la habilidad asertiva (Aguilar, 1995). Se han utilizado diferentes términos (por ejemplo, conducta asertiva, habilidades sociales, competencia social o autoexpresión) para hacer referencia, al parecer, a un mismo fenómeno, siendo la asertividad y la habilidad social los términos más utilizados.

Al-Kubaisy y Jassim (2003) hablan del entrenamiento en habilidades sociales como sinónimo del entrenamiento asertivo, y lo proponen como parte del tratamiento para la fobia social, es decir, como tratamiento para un trastorno de ansiedad. Según Díaz (1999), la asertividad es una habilidad social, pero que en ocasiones, por la vaguedad de las definiciones de ambas variables, se tiende a considerarlas como sinónimos.

Por su parte, Kukulú, Buldukoglu, Kulakac y Koksál (2006) hallaron que las habilidades para comunicarse aparecieron como predictores y mediadoras de la asertividad, ya que tanto el locus de control como el soporte de los pares predijeron indirectamente la asertividad por medio de las habilidades para comunicarse.

Respecto al locus de control, se puede decir en general que la internalidad ha sido relacionada con una mayor salud psicológica, autoestima y felicidad; a su vez, la externalidad lo ha sido con tipos específicos de agresión (Österman, Bjökgvist, Lagerspetz y cols., 1999) y con un mayor grado de dominancia, tolerancia, sociabilidad, habilidad para tomar riesgos, industriiosidad y resistencia a la influencia (González, 1996).

La externalidad también ha sido relacionada con un mayor grado de sufrimiento, ansiedad, sintomatología neurótica y depresiva, tendencia a manifestar agresión y hostilidad, sentimientos de frustración y falta de poder, lo que origina autoritarismo, desconfianza, dogmatismo, menor habilidad para diferir la gratificación, tomar riesgos y resistir la influencia (cfr. González, 1996).

Al respecto, De Man (1988) también halló que la asertividad se relaciona con la estabilidad y se opone al neocriticismo, mientras que la agresividad lo hace con el locus de control interno y la extroversión.

De acuerdo con Aguilar (1987), las personas asertivas tienden al autocontrol, es decir, tienen control sobre sí mismas y sobre sus acciones. Cuando la persona carece de autocontrol y el ambiente responde contrariamente a sus intereses, podrá reforzar su mentalidad de víctima y se creará incapaz de dirigir su destino.

En una investigación con adolescentes, Harman, Hansen, Cochran y Lindsey (2005) encontraron que quienes mostraron por internet la conducta más falsa, tuvieron habilidades sociales más pobres, niveles bajos de autoestima,

y altos en ansiedad social y agresión. De esta manera, se sugiere que las habilidades sociales, la autoestima y la agresión tienen una relación en la misma dirección; vinculando lo anterior con el hecho de que la asertividad es una manera de hacer frente a la ansiedad, se le supone contrapuesta a las variables antes mencionadas e íntimamente asociada a ellas.

En cuanto a la agresividad, se ha observado que, al igual que la asertividad, es una forma de conducta que un individuo manifiesta para solucionar situaciones problemáticas (Martínez, 2000). En ocasiones, cuando hace valer sus derechos, puede ser considerado como insensible a las necesidades de los demás.

Choynowski (1977) define la agresividad como un rasgo de personalidad muy complejo que abarca los siguientes aspectos: agresividad física, agresividad verbal, malicia, irritabilidad, negativismo, resentimiento, suspicacia, agresividad vicaria, autoagresión, valor físico, inconformidad y falta de autocontrol, los cuales representan estímulos nocivos para sí mismo o para otras personas. Sin embargo, Flores (1994) menciona que la mayoría de las definiciones de agresión, derivadas de diversas investigaciones, no la muestran como un rasgo de la personalidad.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

- 1.¿cual es el nivel de asertividad en los jóvenes?
- 2.¿cuales son los beneficios trae el ser asertivo en un ambiente educativo?
- 3.¿Que tan asertivo son los jóvenes al expresarse con los demás?
- 4.¿Como se podría tratar con una persona que no es asertiva?
- 5.¿Respetan los jóvenes las ideas u opiniones de los demás?
- 6.¿Cual es la diferencia entre agresividad y asertividad?
- 7.¿Que características necesitamos para considerarnos asertivos al momento de comunicarnos?
- 8.¿Cómo podríamos adquirir una conducta asertiva y funcional en nuestra sociedad?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GENERAL

Medir el nivel de asertividad que contienen los jovenes estudiantes de UDS, campus Frontera comalapa para concientizar y promover la comunicación asertiva en sus actividades diarias, esto incluye el desarrollo de relaciones interpersonales con compañeros, docentes u otro personal con el que generen algun tipo de relacion.

1.3.2 OBJETIVO ESPECIFICO

1. Diagnosticar el asertividad de los jóvenes al momento de demostrar inconformidad dentro del grupo al que pertenece.
2. Concientizar los errores que se comenten al momento de expresar los derechos propios con dirección a la búsqueda de libertad de expresión

3. Promover valores que generen el respeto a la diversidad de expresiones, conductas y comportamiento del ser humano.
4. Generar alternativas de solución a las problemáticas que estén producidas por consecuencia de la mala comunicación.
5. .Disminuir conductas agresivas que produzcan una comunicación disfuncional en el entorno de desarrollo.

6. Reforzar conductas, comportamientos y actitudes funcionales que generen comunicación asertiva.
7. Reconocer los derechos de libertad de expresión que tenemos como seres humanos.
8. Potenciar un ambiente de confianza y convivencia sana en las aulas de la universidad.

1.4 HIPÓTESIS

El nivel de asertividad ente los estudiantes de UDS frontera Comalapa, existen diferentes formas de asertividad entre ellos la comunicación ya que por medio de este podemos darnos cuenta de las problemáticas que cada alumno de la institución pasa cotidianamente.

Muchas veces depende del sexo ya que por ello el nivel de asertividad puede variar, ya que por medio de la conducta tanto verbal y no verbal podemos expresar nuestros derechos, ideas, necesidades tanto de manera, clara y sincera.

1.5 JUSTIFICACIÓN

Al ser personas asertivas podemos dar a conocer tanto nuestros derechos como sentimientos por ello es importante que los alumnos de la universidad

UDS conozcan los derechos que tienen y puedan responder cuando vean que se les están agrediendo y no les afecte de manera emocional y sentimental .

Es muy importante dar a conocer cuáles son los beneficios al ser personas asertivas y estar conscientes de que muchas veces no nos damos nuestro lugar y por ello afectan nuestros derechos y sentimientos, como psicólogos tenemos la obligación de darle formas de como expresarse adecuadamente sin agredir a terceros para lograr personas con una buena autoestima y que se sientan valoradas por todo lo que saben sin importar la carrera que tengan.

Necesitamos preparar las apersonas de la institución para que puedan afrontar cualquier problemática que surja en un futuro y así poder impactar en nuestra comunidad estudiantil promoviendo que luego esto crece de manera grande y se pueda expandir a otras instituciones o ciudades .

Enfocándose en cada persona y dándole el derecho de ser sinceros ya concretos a la forma en que se habla por ello como psicólogos los orientaremos en los problemas que tengan y así acabar con esta problemática que hay en día es muy común y que muchas veces puede afectar de gran manera en nuestra vida cotidiana .

1.6 DELIMITACIÓN

La investigación del nivel de asertividad en jóvenes por ello se eligió la escuela UDS para hacer esta investigación ya que este lugar es algo concurrido y podremos observar las problemáticas que puedan tener los estudiantes de dicha institución y los factores que pueden afectar su forma de estudio al no darse a expresar adecuadamente .

Debido a la a falta de conocimiento acerca de lo que es la asertividad muchas personas no dan conocer sus derechos y sentimientos y por ello no se puede observar cómo les afecta tanto de manera educativa como psicológica.

Por ello aremos unas encuestas para ver que problemáticas les afecta y así poder en un futuro orientarlos para que ellos estén bien psicológicamente.