



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**TALLER PARA LA PROMOCIÓN DE COMUNICACIÓN Y
ASERTIVIDAD DIRIGIDO A ADOLESCENTES DE PRIMER GRADO
EN UNA SECUNDARIA PÚBLICA**

INFORME DE PRÁCTICAS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN: PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A:

ROSELI CARMEN RODRÍGUEZ FLORES



**DIRECTOR DE INFORME DE PRÁCTICAS:
LIC. GABRIELA OBDULIA LUGO GARCÍA**

**REVISOR DEL INFORME DE PRÁCTICAS:
LIC. FERNANDO FIERRO LUNA**

MÉXICO. DF.

JUNIO 2006



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas

Tesis Digitales

Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

AGRADEZCO INFINITAMENTE A

MIS PADRES:

ROBERTO RODRIGUEZ GARCÍA

Y

CARMEN FLORES BLANCAS

POR SU APOYO INCONDICIONAL, PACIENCIA Y COMPRENSIÓN POR
DARME EL MEJOR REGALO QUE PUEDE TENER UNA HIJA: MI
EDUCACIÓN, Y POR AYUDARME A HACER MAS FÁCIL MI
CAMINO....

A

MIS HERMANAS Y HERMANO:

GRISELDA, ANA, GUADALUPE Y ROBERTO, QUE SON LA FUENTE
QUE MOTIVA MIS ACCIONES, LES AGRADEZCO SU APOYO Y `POR
QUE CON USTEDES Y MIS PAPAS HE PASADO LOS MEJORES
MOMENTOS DE MI VIDA.

A

MIS AMIGAS

JADE, ANGYE, ANAYELI, ANA LAURA, ERIKA, AMAYELIS, POR SER
Y ESTAR AHÍ DE UNA U OTRA FORMA, COMPARTIENDO
MOMENTOS MUY ESPECIALES EN MI VIDA

A

MI DIRECTORA DE PRÁCTICAS

GABRIELA LUGO GARCÍA

POR LA OPORTUNIDAD DE CONOCER A UN GRAN SER HUMANO
QUE NO SOLO ME DIO SU APOYO INCONDICIONAL PARA LA
REALIZACION DE ESTE DOCUMENTO, SI NO TAMBIÉN SU APOYO
MORAL PARA MI CRECIMIENTO PROFESIONAL

Y

A TODOS AQUELLOS PROFESORES DE LOS CUALES RECIBI
APOYO PARA LA ELABORACIÓN DE ESTE INFORME.

Minino de Chéster

- ¿quieres decirme, por favor, que camino debo tomar para salir de
aquí?

- eso depende de mucho de a donde quieres ir -respondió el gato-

-poco me preocupa donde ir

- dijo alicia

-entonces, poco importa el camino que tomes, replicó el gato

Lewis Carol.

Alicia en el país de las maravillas

cap.vi.

INTRODUCCION.....	
Justificación.....	

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

1. ANTECEDENTES CONTEXTUALES.....

2. ANTECEDENTES TEORICOS.....

ORIENTACIÓN PSICOEDUCATIVA

Origen y concepto de Orientación Psicoeducativa.....

Habilidades del orientador.....

Intervención y prevención.....

Orientación educativa en secundaria.....

El taller como forma de trabajo.....

Mecanismos de evaluación.....

ENFOQUE HUMANISTA Y ENFOQUE ECOLÓGICO.....

Orígenes del enfoque humanista.....

El enfoque humanista y Carl Rogers.....

El humanismo en la educación.....

Enfoque ecológico.....

El enfoque ecológico de Urie Bronfenbrenner.....

El enfoque ecológico en la educación.....

2.3. ADOLESCENCIA

Concepto de adolescencia.....

Teorías psicológicas de la adolescencia.....

Cambios biológicos y físicos.....

Cambios psicológicos.....

Cambios sociológicos.....

Aspectos cognitivos.....

COMUNICACIÓN

Orígenes en el estudio de la comunicación.....	
Modelos de Comunicación.....	
Teoría matemática de la comunicación.....	
Modelo de Wilbur Schramm.....	
Modelo del proceso de comunicación de Berlo.....	
Enfoque interaccional de la comunicación.....	
Concepto de Comunicación.....	
Niveles de Comunicación.....	
Comunicación intrapersonal.....	
Comunicación Interpersonal.....	
La comunicación y el adolescente.....	

AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD.....	
Concepto de Autoestima.....	
Componentes de la autoestima.....	
Características de la autoestima	
Autoestima y adolescencia.....	
Origen y concepto de Asertividad.....	
Asertividad y sus componentes.....	
Consecuencias positivas de la conducta asertiva.....	
Conducta No-Asertiva.....	
Conducta agresiva.....	
Obstáculos generales para ser asertivos.....	
Derechos asertivos.....	

3. EXPERIENCIAS SIMILARES.....

CAPITULO II

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Finalidades fundamentales.....	
Población destinataria.....	
Espacio de trabajo.....	
Fases por la que se discurrirá el procedimiento.....	
Actividades principales contempladas en el programa.....	
Materiales, recursos e instrumentos.....	

Mecanismos de evaluación.....

CAPITULO III.

RESULTADOS.....

CONCLUSIONES.....

REFERENCIAS

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto parte de la orientación Psicoeducativa la misma se concibe como un “proceso de ayuda a la persona en la conciencia de si mismo, sobre los demás y sobre la realidad que le rodea, con el objeto de ir integrando un conjunto de valores que le permitan su interrelación” (Valdivia, 1994, citado en Bisquerra, 2001, p.46).

La orientación psicoeducativa cobra relevancia debido a que su finalidad es orientar en ambientes propiamente educativos tomando en cuenta al orientado desde un punto de vista integral, sin descuidar los factores sociales que le exigen, elección de una carrera o la aprobación de las materias; la orientación psicoeducativa le permite un desarrollo adecuado al orientado ya que toma en cuenta aspectos psicológicos que pueden intervenir en determinadas situaciones.

La importancia de incidir en un ambiente educativo, en especial de nivel medio básico, se debe a qué, en este nivel, la edad del alumno fluctúa entre los 11 y 15 años, y se encuentran iniciando el periodo adolescente ò están en dicho proceso. En esta etapa se construye la autonomía e identidad, la primera está relacionada con la separación del núcleo familiar disminuyendo la dependencia psicológica de sus padres y tratando de tener mayor control sobre la toma de sus propias decisiones; en lo que respecta a la formación de identidad el adolescente intenta crear su propia personalidad, diferente a la de los demás, intentando dar dirección y propósito a su vida, basado en sus propios valores, creencias y metas (Hoffman, I, Hall, E y Paris, S,1997; Ruano y Sierra 2000).

Cuando el adolescente no tienen control sobre sus decisiones o no saben dar dirección a sus propósitos por la inmadurez y la inicial independencia que están experimentando, no expresa qué es lo que quiere, qué es lo que siente, qué es lo que necesitan, la conducta puede sufrir un cambio radical llevándolo a tener conductas inadecuadas. Como lo revela el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática; “las veinte principales causas de muerte entre los 15 y 19 años de edad; ocupa en primer lugar un 14.2 % los accidentes de automóvil, en un segundo lugar (12.4%), las agresiones

(homicidios); en un tercer lugar (6.8%) la lesiones auto-infligidas intencionalmente (suicidios)", el 66.6 % restante se dividen en 19 categorías y son consecuencias de accidentes o enfermedades.

"El consumo de alcohol y drogas está asociado con problemas de suicidios y accidentes así como las relaciones sexuales no protegidas, la violencia y los homicidios son la razón más frecuente por la que los jóvenes utilizan los servicios de sector salud", (Monroy 2002 ,p.57).

De acuerdo a lo anterior Gutiérrez (1974) manifiesta que existe una incomunicación generacional a tal punto que los adultos y jóvenes hablan diferentes lenguajes, (padres - hijos, maestro – alumno) gestando una incomunicación social, resultado de una situación de rutina y repetición en donde nada nuevo se comunica a no ser conductas de agresión o de defensa, que obstruyen la calidad de las relaciones interpersonales de ahí la necesidad de tomar conciencia acerca de la importancia de la comunicación, ya que mediante ésta, se satisfacen deseos o necesidades, además es un elemento de autoconocimiento y socialización entre los individuos.

"El concepto de uno mismo jamás es creado en la soledad; depende de las respuestas y reacciones de otras personas, la impresión que la gente tiene de nosotros y la manera como reaccionan, están determinadas por la manera que nosotros nos comunicamos con ellos" (Hybels, 1983, p.45) como lo menciona Hybels, en la interacción se da un intercambio de información con la que muchas veces se estará de acuerdo y otras no tanto, y la manera en como sean expresadas esos acuerdos o desacuerdos se basa en el nivel de asertividad; siendo ésta la manifestación de opiniones, pensamientos o deseos, la única condición radica en que la expresión del mensaje sea de manera correcta, es decir sin ofender ni transgredir al receptor.

La Comunicación , la asertividad y la adolescencia son los ejes rectores de este trabajo, en lo que respecta a la adolescencia se concibe como una etapa de transición hacia nuevas formas de comportamiento personal y social de la vida adulta, en la cual aparece implicado el dominio de una gama de nuevas potencialidades comportamentales de interpretación de la realidad, realidad que se construye en la interacción con otras personas ; en donde, si se

proporciona una adecuada orientación al adolescente, ofreciendo herramientas de comunicación y asertividad pueden ayudarle a sobrellevar al adolescente su etapa de manera más armónica.

Por lo anteriormente mencionado la intervención psicopedagógica se realizó mediante un taller teórico-práctico para la promoción de comunicación y asertividad con alumnos de primer grado de secundaria, ubicada en la colonia Santo Domingo.

El presente documento está estructurado de la siguiente manera:

El primer capítulo está dividido en tres apartados; en el primer apartado se describe brevemente el contexto comunitario e institucional donde se desarrolló la intervención.

En el segundo apartado del primer capítulo se presentan los componentes conceptuales, que necesariamente se tuvieron que manejar para el proyecto de intervención, la revisión conceptual se divide en cinco temas:

En el primer tema se menciona el papel que desempeña la Orientación Psicoeducativa, utilizando ésta como herramienta para poder realizar una adecuada intervención.

En el segundo tema se sustentan los principios que han determinado la acción psicoeducativa, tomando en cuenta al Humanismo y al enfoque Ecológico, ya que, el hombre es el generador de su propio cambio, sin embargo no se debe separar de los ambientes que le rodean y que constatan su desarrollo personal.

En el tercer tema llamado Adolescencia se expone de manera general algunas teorías que se han desarrollado para dar explicación de los cambios que intervienen en dicha etapa.

El cuarto tema aborda la Comunicación, revisando sus orígenes así como los modelos que la estudian, analizando los niveles de comunicación y las relaciones interpersonales, concibiendo ésta como el proceso más importante de interacción y socialización del adolescente y del ser humano en general.

En el quinto tema llamado Autoestima y Asertividad, se ponen en juego las habilidades de comunicación ya que, saber escuchar, saber hablar, o tener la seguridad para hacerlo (autoestima), influyen en la capacidad del adolescente para ser asertivo

En el tercer apartado del primer capítulo, se exponen brevemente investigaciones o experiencias relacionadas con el tema en cuestión, las cuales adquieren sin duda un gran valor, ya que dan perspectivas acerca de la temática que se está considerando en este reporte.

En el segundo capítulo se encuentra el programa de intervención, el cual se planeó y aplicó en una escuela secundaria diurna.

Por último, el capítulo tercero se compone de los resultados obtenidos en la intervención, y la conclusión correspondiente.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

1. ANTECEDENTES CONTEXTUALES

La institución en la cual se desarrolló el programa de intervención es una escuela secundaria Diurna turno vespertino; ubicada en la colonia Pedregal de Santo Domingo, delegación Coyoacán, DF.

Santo Domingo comenzó a existir hace más de treinta años, a partir de la invasión de los terrenos comunales el 3 de septiembre de 1971, con cientos de familias que invadieron tierras comunales adyacentes a Ciudad Universitaria, (Safa,1992)

Estas familias, provienen del Distrito Federal, Guerrero, Michoacán, Oaxaca, Guanajuato, Hidalgo y otros estados los cuales se dieron cita para edificar las calles y escuelas. El Pedregal de Santo Domingo se organiza en 253 manzanas, 13 secciones, prácticamente cuenta con todos los servicios, servicios que los mismos habitantes gestionaron, los pobladores son, en su mayoría, de un nivel socioeconómico bajo. Colonia llena de pequeños talleres, negocios, bullicio callejero, tienditas, papelerías, tortillerías, entre puestos y tianguis, paredes con graffiti, etc. (García 2005)

Es de esta forma que con la invasión, son las clases populares las que construyen el mismo espacio urbano, Santo Domingo es ahora lo que se llama “una colonia popular”.

Precisamente por la demanda de servicios educativos de la colonia; se fundó la “Escuelita” Emiliano Zapata atendiendo a alumnos de diferentes niveles educativos; posteriormente fue necesario fundar la escuela secundaria diurna el 1º de septiembre de 1976.

Debido a la demanda poblacional actualmente presta servicio aproximadamente a 1000 alumnos con un rango de edad de entre 11 y 16 años. Cuenta con dos turnos: matutino y vespertino.

La escuela cuenta con un edificio dividido en dos plantas, en la planta principal se ubica la dirección, la subdirección, el departamento de trabajo social, de

orientación, enfermería, sala para profesores, biblioteca, laboratorios, salón de música, una caseta de vigilancia, baños para alumnos y para profesores, se cuenta además con dos canchas deportivas y un teatro al aire libre, así como la cooperativa. En el primer y segundo piso se encuentran ubicados los salones y una caseta de vigilancia por piso.

Los recursos humanos con que cuenta la escuela en el turno vespertino son: director, subdirector, contador, profesores de cada asignatura (aproximadamente 16) con 6 maestros de talleres (electrónica, secretariado, artes plásticas, etc.) una trabajadora social, 2 licenciadas en Psicología, ubicados en el departamento de orientación, una licenciada en Pedagogía, dos prefectos, un médico y 4 secretarias.

La escuela lleva a cabo programas como “Escuela para padres” dirigido por el área de pedagogía y “Operación mochila” con el fin de que los alumnos no lleven artículos inadecuados que estén fuera del reglamento escolar (drogas, armas, discman, cosméticos, cuters etc.) a la institución escolar, por último el programa “Ombligos al aire” dirigido a los alumnos con el fin de brindar información sobre la ITS (Infecciones de Transmisión Sexual).

2. ANTECEDENTES TEORICOS

2.1 ORIENTACIÓN PSICOEDUCATIVA

2.1.1 origen y concepto de orientación psicoeducativa

La orientación se encasilla en el área vocacional o profesional y, por eso, para algunos, la orientación se limita solo a esta área. Sin embargo a lo largo del siglo XX, la orientación ha ampliado considerablemente su campo de intervención: como orientación educativa (dificultades de aprendizaje,

estrategias de aprendizaje, atención a la diversidad) prevención y desarrollo personal, educación para la carrera, desarrollo de la carrera en las organizaciones, educación para la vida, etc.

La orientación hoy, se concibe como un “proceso de ayuda a la persona en la conciencia de si mismo, sobre los demás y sobre la realidad que le rodea, con el objeto de ir integrando un conjunto de valores que le permitan su interrelación” (Valdivia, 1994, citado en Bisquerra, 2001, p.46).

La orientación tiene como base a la psicología y pedagogía , complementándose, para cubrir tanto las necesidades educativas como psicológicas, a si mismo la orientación educativa es una disciplina que se ubica en un contexto político, económico, social y educativo, bajo este marco de necesidades sociales y de ampliación de necesidades de respuesta profesional, se proponen una serie de acciones que pueden formar parte de los programas de trabajo, mediante las cuales el orientador realice una función social de mejor calidad, por lo que se pueden concretar las funciones del orientador educativo en tres ejes:

1. Pedagógico: posibilidad de formar y transformar las capacidades cognitivas, enseñar a pensar mediante programas de entrenamiento que estimulen el pensamiento crítico y la actitud solidaria de ayudar a otras para alcanzar mejores niveles de vida.
2. Psicológico: salvaguarda la integridad emocional de las personas, así como propicia actitudes y valores de responsabilidad, respeto convivencia y participación, así como factores de organización y transformación social, ofrece atención a la personalidad de los individuos y su vinculación armónica con la sociedad mediante el conocimiento y practica de las normas y estructura de los grupos en su ámbito familiar, escolar, laboral y social.
3. socioeconómico: búsqueda de las capacidades ocupacionales, a través del conocimiento de los intereses, aptitudes, destrezas, habilidades, actitudes y valores y la relación que guardan con las distintas carreras.(Bisquerra 2001)

Veraz (2002) manifiesta que la orientación psicoeducativa es un proceso de ayuda continua y profesional a todas las personas en todos los aspectos, con el objetivo de promover la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda su vida.

Por lo anterior, se destaca que la orientación, cumple con la función de “ayudar” proporcionando estrategias al orientado, desarrollando, incrementando o fortaleciendo habilidades para mejorar la adaptación al medio. Por lo cual el orientador debe contar con habilidades para realizar su tarea adecuadamente

2.1.2 Habilidades del orientador

Por la función que cumple la orientación es importante conocer los puntos que muestran claramente las características que debe de tener un orientador psicoeducativo:

❖ Código del orientador

1. Que tus acciones estén constantemente inspiradas por la colaboración o ayuda espontánea y afectuosa de los demás.
2. No dejes en ningún momento de seguir estudiando y dirigirse hacia la actualización en conocimientos generales, de orientación y pedagogía.
3. Cultiva tu habilidad para expresarte en forma clara, amena y persuasiva; pero al mismo tiempo, y tal vez con mayor esfuerzo, aprende a escuchar a los demás.
4. Controla tus emociones de tal modo que no pierdas la serenidad y, por lo tanto, no te veas envuelto en los mismos conflictos humanos que quieres resolver.
5. Al enfocar los problemas humanos, actúa con mucho tacto y oportunidad.
6. Que tu forma preferida de educar sea con el buen ejemplo.
7. Reconoce el derecho que toda persona tiene para elegir y realizar su propia forma de vida.

8. Sé compresivo y acepta a todos tal como son, a pesar de sus diferencias y debilidades; pero siempre que sea posible procura que el sujeto modifique su conducta con fundamento en valores universales.
9. Mejora tus relaciones interpersonales para que te ganes la simpatía e incrementa y fortalece las habilidades para el establecimiento de las relaciones con alumnos, profesores y padres de familia.
10. No rehuyas el trabajo laborioso y monótono, puesto que un orientador no puede ser efectivo, si no lleva a cabo actividades como calificar, tabular, llenar fichas, archivar, etc.
11. Procura ser cada vez más organizado y sistemático.
12. Trata de adaptarte a las más diversas personalidades y situaciones.
13. Conviértete en agudo e incansable observador de la conducta humana.
14. Haz de la investigación experimental uno de los pilares fundamentales de tu labor para que procedas con objetividad.
15. Sé optimista; confía en el joven y en su posibilidad de superar las dificultades, máxime cuando se le estimula adecuadamente
16. Aprende tanto de los éxitos como de los fracasos tenidos en tu trabajo para que, reiterando los aciertos y evitando los errores, te superes constantemente.
17. Que la profundidad de tus enseñanzas se acompañe de un buen sentido del humor.
18. Actúa con profesionalismo y con un alto sentido de responsabilidad,
19. Sé muy discreto y reservado con los datos y demás información, para que te ganes la confianza de las personas a quienes orientas.

Como se observa el orientador debe contar no sólo con conocimientos, sino también con habilidades de relaciones interpersonales, habilidades de comunicación (escuchar, expresarse adecuadamente, retroalimentar, emitir respuestas adecuadas etc.), crear vínculos con el orientado, ya que esto le va permitir organizar y transmitir los mensajes de manera mas significativa, producirá en el orientado interés hacia las actividades lo que contribuirá a un ambiente más favorable, posibilitando a su vez a un aprendizaje más significativo.

Es por ello que el orientador debe de contar con habilidades sin olvidar los objetivos propios de la orientación; mismos que van dirigidos al orientado.

Objetivos generales pretendidos por los profesionales de orientación:

- Desarrollar al máximo la personalidad
- Conseguir la auto orientación
- Conseguir la auto comprensión y aceptación de uno mismo
- Alcanzar la madurez para la toma de decisiones educativas y vocacionales
- Lograr la aceptación y el ajuste
- Conseguir un aprendizaje optimo en los años de la escolaridad

(Rodríguez, 1998, citado en Bisquerra 2001, Pág.46)

El orientador y la orientación psicoeducativa tratan de enfocarse a metas en común para lograr cambios favorecedores y positivos en los alumnos, y así proveerles de habilidades para que puedan pasar cada etapa de su vida con mayor ecuanimidad, ya que finalmente ellos son los actores esenciales dentro de la orientación.

Estos objetivos son cada vez más autoexigentes ya que hoy por hoy no basta para la orientación con corregir problemas presentes, cobra relevancia intervenir antes de que se presenten los problemas.

2.1.3 Intervención y prevención

La orientación psicoeducativa asume un amplio marco de intervención, en donde la finalidad principal es la atención preventiva y el desarrollo, utilizando estrategias para conseguir los resultados propuestos.

Los modelos utilizados para cumplir los objetivos que se propone son los siguientes:

1. Modelo clínico: centrado en la atención individualizada, donde la entrevista personal es la técnica característica.

2. Modelo de programas: que se propone anticiparse a los problemas y cuya finalidad es la prevención de los mismos y el desarrollo integral de la persona
3. Modelo de consulta: intervención indirecta e individual o grupal, basadas en un modelo contextualizado de colaboración y dinamización. (Bisquerra, 2001; Martínez 2002)

El modelo de programas se relaciona estrechamente con los propósitos del documento, a continuación se describirá brevemente las características generales de estos.

- Programas preventivos: en estos va ligada la prevención con el desarrollo y ambos conducen a la acción social, al cambio o transformación que supone la propia intervención , en este tipo de programas se da la intervención primaria , se da en grupos grandes , más que en individuos concretos y se dirige a poblaciones que no hayan experimentado los desajustes previsibles.
- Programas de desarrollo personal: llamados también programas de educación o formación psicológica y se enfatiza en el logro de competencias psicológicas y personales por parte de sus receptores , parten por parte del principio de prevención y desarrollo de las dimensiones afectivas en un contexto interactivo de relaciones interpersonales,

Este tipo de programas plantea que las aportaciones de la educación afectiva y del desarrollo contribuyen un modo de orientación que se basa en la intervención educativa como motor del desarrollo humano, todos estos tipos de programas, potencian y trabajan sobre los sentimientos el desarrollo de las habilidades de comunicación, la toma de decisiones la resolución de conflictos etc.....

- Programas centrados en los aspectos vocacionales: se denominan también programas de orientación profesional o de educación para la carrera, desarrollan procesos de formación y orientación profesional a lo largo de todo el ciclo vital y la relación existente entre los procesos de

orientación y formación trabajando también en la rama ocupacional, y organizacional. (Martínez, 2002)

Cuando hablamos de prevención, imaginamos evitar algo doloroso o aversivo para nosotros o para algún ser querido de ahí que Lofquist (1983, citado por Fernández, 1994) afirme que la prevención es un proceso activo y asertivo de crear condiciones y atributos personales, que promuevan el bienestar de la gente.

Por otro lado Galván, (1993) manifiesta que las acciones de prevención consisten fundamentalmente en la posibilidad de identificación de riesgos, predicción de sucesos indeseables en donde se puedan dar la manipulación de factores que permitan evitar posponer o aminorar los efectos de dichos factores

Por lo tanto la prevención hace referencia a evitar que algo malo suceda para lo que se interviene *ante factum* (antes del hecho), presentándose en tres niveles de prevención:

1. prevención primaria: supone reducir el índice de nuevos caso problema. para ello hay que actuar en contra de las circunstancias negativas antes de que tengan oportunidad de producir efectos.
2. prevención secundaria: esta orientada a evitar que un problema ya presente se agrave o complique con la aparición de otros daños asociados, también evita que un problema o estado se repita
3. Prevención terciaria: se logra cuando se previene que una persona muy grave (por daños únicos o complejos) mueran o sufra por secuelas graves. (Catalina y Dooley, 1882,citado en Fernàndez , 1994).

La intervención y la prevención dentro de un marco psicoeducativo representa sin duda una labor que le va permitir al orientador, la oportunidad de evitar o reducir conductas inadecuadas antes de que ya no tengan solución inmediata, y al alumno la posibilidad de mejorar ciertos aspectos de su personalidad para lograr una armonía y desarrollo en general; como lo menciona Arnold P, et al (1989) la orientación implica un enfoque preventivo en el ámbito de salud

mental paralelo al campo de la educación en el que sus objetivos específicos no consisten en aumentar las aptitudes académicas, sino en enseñar conceptos y conductas relacionados con los valores, la moral y los aspectos emocionales.

2.1.4 Orientación educativa en secundaria

La educación, exige no solo contribuir a la adquisición de conocimientos, y esto lo constata la Ley General de Educación cuyo artículo 7º. manifiesta que ésta deberá “contribuir al desarrollo integral del individuo, para que ejerza plenamente sus capacidades humanas”. Por otro lado la escuela es un escenario que alberga a los alumnos y que permite facilitar dichos aprendizajes favorables para el alumno como bien lo afirma (Álvarez 1999, pag.36) “Esta en la raíz misma de la escuela ser una arena donde uno de los retos fundamentales es conocerse a uno mismo a través del conocimiento de los demás”.

De acuerdo a lo anterior, la distinción de los contextos de intervención esta en función del proceso evolutivo del individuo a orientar, y que mejor oportunidad que en el adolescente, se trata de una categorización centrada en el orientado, no en el orientador, “el orientado se encuentra en primer lugar en el sistema educativo” (Bisquerra, 2001, p.13), por tanto, la orientación en el sistema escolar atiende al individuo en tanto es alumno o estudiante.

(Monroy 2002) propone un perfil profesional para aquellos que trabajan directamente con adolescentes, lo cual es adecuado para tomar en cuenta en los propósitos de este documento,

Algunos elementos del perfil son los siguientes:

- ✓ Conocer los aspectos básicos de la adolescencia
- ✓ Tener conciencia de que el concepto de salud , especialmente en el adolescente , trasciende de lo biológico y tiene énfasis en lo psicosocial
- ✓ Comprender que el adolescente es un sujeto de cambios bruscos en lo biopsicosocial y las reacciones que se derivan de estos cambios.
- ✓ Entender la necesidad de conocer la situación familiar y los principales ambientes (escuela, trabajo, comunidad), en relación con la salud y el bienestar de los adolescentes.

- ✓ Conocer la importancia de circunstancias que aumentan o disminuyen las probabilidades de riesgo de problemas de conducta y sus consecuencias.
- ✓ Entender los objetivos y dimensiones de los programas en los cuales se desempeña y que lo que desarrolla como actividades es parte de un todo adaptable al contexto social y ecológico.
- ✓ Valorar y promover la participación del adolescente y su grupo en las acciones de educación para la salud.
- ✓ Poseer un genuino y sincero interés por otros seres humanos y en especial por los adolescentes.
- ✓ Saber proporcionar información imparcial, objetiva, adaptada a la edad física, emocional y mental, así como a la experiencia de los adolescentes, con afecto y respetando siempre su personalidad.
- ✓ Inspirar respeto, franqueza y libertad de expresión. saber escuchar.
- ✓ Dar respuestas basadas siempre en el conocimiento científico
- ✓ Saber imponer una disciplina positiva para que se respeten los adolescentes entre si.
- ✓ Guiar pláticas, discusiones, dinámicas de grupo, debates y otras actividades, en forma afectuosa e inteligente, sin tratar de imponer sus propios puntos de vista.
- ✓ Dar valor y reconocimiento a la verdad, a la autodeterminación, al esfuerzo cooperativo , a la igualdad y a la individualidad del hombre
- ✓ Hablar con términos científicos apropiados y conocer los que son de uso común entre los jóvenes.
- ✓ Estar conciente de que el ejemplo, la evidencia de los hechos, la información, el entendimiento de los motivos y de las reacciones, el afecto y el respeto, constituyen una enseñanza más eficaz que la simple palabra.

De esta forma el profesional que trabaja con los adolescentes debe conocerse a si mismo, pero también debe conocer a la población con la que trabajará, en este caso los adolescentes, para lograr mejores resultados en el ejercicio profesional.

La Orientación en el nivel medio básico (secundaria), cobra importancia por la necesidad que tiene este nivel educativo ya que, como lo menciona Martín, (1997, pàg.20) “el salto que se produce entre la educación primaria y secundaria en la que intervienen normalmente de 1 a 4 profesores , a la secundaria, en la que pueden llegar a impartir a un mismo grupo, hasta doce profesores, supone una dificultad añadida para los alumnos ya que tienen que acoplarse a maneras distintas de dar clase y, sobre todo, los profesores pasan con los alumnos un tiempo demasiado breve que hace difícil conocerlos a fondo” , esto puede llevar a pensar que los profesores tienen una meta que deben cumplir (fines cognitivos) y no tienen tiempo para desarrollar en el alumno el aprendizaje afectivo o inclusive el psicomotriz , elementos necesarios para la formación integral del estudiante y por ende del adolescente.

Una adecuada orientación puede ofrecer al alumno un abanico de posibilidades ya que “cuando los alumnos eligen una determinada opción entre las posibles, lo hacen guiados por la percepción que tienen de sus capacidades y por sus propias motivaciones e intereses” (Ib).

Por ello el ambiente educativo, a nivel secundaria, es un escenario donde el alumno puede adquirir aprendizajes en donde potencialice sus habilidades humanas que le permitan conceptuar e incorporar significativamente la experiencia, para posteriormente aplicarla a su vida diaria.

Basado en lo anterior se enlistan los principios de la Orientación Educativa:

- Educar es orientar para la vida: por ello los aprendizajes han de ser funcionales, deben estar en conexión con el entorno de los alumnos, al tiempo de guardar relación con el futuro. El proceso orientador articula los aspectos sociales e individuales de la educación.
- Orientar es asesorar sobre opciones alternativas, ayudando a recorrer el itinerario educativo mas adecuado.
- Orientar es capacitar para el propio aprendizaje contribuyendo al desarrollo de capacidades metacognitivas así como estrategias de control y manejo de procedimientos de aprendizaje.

- Orientar es educar en la capacidad para tomar decisiones debido a la trascendencia personal o de futuro que ello conlleva.(Bisquerra 2001, p.43)

2.1.5 El taller como forma de trabajo

El taller es una forma pedagógica que pretende lograr la integración de teoría y la práctica de una forma interactiva entre el orientador y los alumnos, donde conjuntamente buscan resolver problemas específicos, “El Taller hace posible un aumento de comunicación en todo el centro escolar con la personalización y responsabilidad en el trabajo” (Abadía 1999, p.36)

Dentro de los objetivos que pueden lograrse en el taller se encuentran:

1. Promover y facilitar una educación integral de manera simultánea con el proceso de aprendizaje
2. Interrelacionar la formación teórica con la experiencia práctica.
3. Superar el concepto que se tiene del alumno en la educación tradicional de un miembro pasivo, transformándolo en activo
4. Producir un proceso de transformación social a los miembros de una comunidad
5. Crear situaciones que implican ofrecer al alumno la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas, objetivas, críticas y autocríticas.
6. Posibilitar el contacto con la realidad social a través de los problemas específicos de una comunidad determinada (Hernández 2002, p. 32)

De esta forma los objetivos están plenamente definidos, complementando lo anterior Monroy (2002), menciona que es recomendable trabajar con adolescentes técnicas afectivo-participativas que faciliten su involucramiento afectivo-cognoscitivo, donde canalicen su energía y no agredan su autonomía e independencia evitando que enfrentamientos con la autoridad en donde el facilitador será aquella persona que facilite el aprendizaje de alguna habilidad.

Por ejemplo: mediante discusión en grupos pequeños, phillips 6-6, lluvia de ideas, expositiva.

A continuación se describen brevemente:

Técnica: discusión en grupos pequeños

Descripción: consiste en un intercambio mutuo de ideas y opiniones entre los integrantes de un grupo relativamente pequeño.

Organización:

- el grupo mayor se divide en varios grupos relativamente pequeños
- se establece el tiempo destinado a la discusión y se elaboran algunas reglas que deben de ser tomadas en cuenta en el transcurso del trabajo.
- Formados los subgrupos se inicia la discusión del tema
- Una vez transcurrido el tiempo establecido finaliza la discusión. Si el problema aun no ha sido resuelto, el grupo decide si se alarga el lapso o si se concede la oportunidad de una nueva reunión.(Monroy, 2002, p.203),

Técnica: Phillips 6-6

Descripción: un grupo grande se divide en subgrupos de seis personas, para discutir durante seis minutos un tema y llegar a una conclusión. De los informes de todos los subgrupos se extrae luego la conclusión general.

Organización:

- El facilitador precisa el tema o asunto a tratar y organiza al grupo en subgrupos.
- Los subgrupos designan un coordinador y un secretario. Un minuto antes de terminar el tiempo, el director da el aviso para que los subgrupos hagan el resumen.
- En el desarrollo del trabajo se pretende que cada participante exponga durante un minuto aproximadamente, el secretario toma una nota fiel de las aportaciones y del resumen.

- Cada subgrupo lee el resumen elaborado, todos toman conocimiento de los diversos puntos de vista, extraen conclusiones sobre ellos y se hace un resumen final.

Técnica: lluvia de ideas

Descripción: en un grupo reducido los miembros exponen, con la mayor libertad ,sobre un tema o un problema, con el objeto de producir ideas originales o soluciones nuevas, una variante de esta técnica es la lluvia de ideas por tarjetas, las ideas se apuntan en la tarjeta y se va haciendo un esquema en el pizarrón.

Organización:

- Se informa con anticipación al grupo sobre el tema o asunto a tratar.
- El facilitador del grupo da las indicaciones sobre el procedimiento a seguir y designa un secretario, que no sea del grupo, para tomar nota
- Se inicia la libre exposición de ideas, no hay critica ni censura de las mismas para propiciar la espontaneidad
- Una vez aportadas las ideas , se examina la posibilidad de ponerlas en practica según la realidad y pensando también en el “cómo”
- El facilitador del grupo hace una síntesis y todos trabajan en la elaboración de las conclusiones. (Moreno, 2000, p. 32).

Técnica: expositiva

Descripción: se refiere a la exposición oral de un tema, hecha por un experto ante un grupo, puede ser usada para lograr objetivos relacionados con el aprendizaje de conocimientos teóricos o informaciones de diversos tipos.

Organización:

- El facilitador expone un tema previamente escogido, estimula la motivación de los participantes a lo largo de toda la sesión, verificar la comprensión de los conocimientos transmitidos, por medio de las preguntas.
- La actividad del participante consiste en reflexionar sobre lo que escucha, contestar preguntas que el expositor formula y posteriormente aclarar aquellos incisos que no hallan quedado comprendidos. (Monroy, 2002, p.206).

Estas técnicas son herramientas importantes para el trabajo grupal con adolescentes, aunadas a las dinámicas vivenciales que se presentan mediante juegos los participantes interactúan de distintas formas como las que a continuación se describen:

- Juegos de presentación: son juegos que permiten el primer acercamiento y contacto fomenta en un ambiente agradable y que permite un primer acercamiento, con los integrantes como; conocer el nombre y algunos datos básicos de las personas que integran el grupo.
- De conocimiento: juegos destinados a permitir a las personas conocerse entre si llegando a un conocimiento más profundo y vital. El grupo puede crear mediante el juego, espacios en los que los miembros puedan conocerse más o menos en profundidad, a partir de situaciones distintas a los estereotipos de la realidad.
- De afirmación: supone el desarrollo del autoconcepto de cada persona y su afirmación como tal en el grupo se ponen en juego los mecanismos en que se basa la seguridad de si mismos; se trata a veces de hacer concientes las propias limitaciones.
- De confianza: creación de un clima favorable, estimulando la confianza con uno mismo y con el grupo.
- De comunicación: el desarrollar la comunicación verbal, tanto en la expresión de las necesidades o sentimientos como en la escucha activa, es parte de este proceso. Escuchar supone no solamente comprender, sino estar abierto a las necesidades de los demás y al compromiso. El desarrollo de formas de comunicación no verbal supone también una riqueza de innumerables experiencias para la potenciación de las relaciones interpersonales y el fortalecimiento del grupo. (Cascón S; Martín B; 2000, p.15).

Tanto las técnicas de grupo como las dinámicas pueden contribuir a promoción de los aprendizajes de comunicación y asertividad, ya que éstos no se comparan con lo tradicionalista a lo que están acostumbrados los alumnos.

También existen objetivos claramente definidos en el taller los cuales deben estar estrechamente relacionados con las actividades cotidianas de los participantes, por ello a continuación se enlistan las formas en las que se realiza un taller y que espera el alumno del mismo.

Forma de realización del taller.

- Se requiere de un lugar en el que se van a desarrollar las actividades infraestructura, mobiliario y equipamiento (salones, pupitres, pizarrón borrador, marcadores o gises, etc.)
- Se escoge el tema de trabajo y al facilitador o facilitadores de grupo.
- Los facilitadores programan las actividades (eligen subtemas, fijan un horario para cada actividad, incluyendo los descansos, hacen una lista de la biografía de los integrantes de grupo que deberán consultar antes de las reuniones, preparan con anterioridad todo el material que se utilizará, los facilitadores explican a los participantes la forma en que se trabajará , especifican las tareas a realizar por cada subtema, así como el material que se espera obtener en cada mesa en un tiempo determinado. (Hernández 2002,p.26)

Los alumnos del taller necesitan:

- sentirse parte de, que se les reconozca como miembros del grupo, se les tome en cuenta, incluso se les extrañe cuando no están presentes.
- necesitan sentirse aceptados y valorados ya que se muestran amenazados cuando se rechazan sus ideas, aportaciones y sentimientos, (cuando sienten que su persona no es valorada).
- necesitan sentirse escuchados y comprendidos; quienes conforman un grupo desean que no se les oiga, sino que se escuchen sus palabras y también su corazón. Buscan sentirse comprendidos en sus propios términos, como cada uno es, desde su propia unicidad.

- Señalan su propio ritmo, es decir dentro de un grupo hay diferentes niveles de aprendizaje, cada uno se descubre el momento en el que tiene la posibilidad de hacerlo
- La relación personal es determinante en el proceso de crecimiento individual y grupal, la interacción de persona a persona que se genere entre los miembros del grupo y con el facilitador es el elemento fundamental para acercarse al desarrollo del propio potencial. (Loreto.1996, p.39).

Coulson (1972, citado en Araiza, 2002) considera que la sola participación del orientado es suficiente para promover el desarrollo personal, y sostiene que puede haber un aprendizaje personal acelerado, que solo se aprende en comunidad, en donde se aprende de los otros”.

Por todo lo anterior, el taller representa una gran herramienta para el orientador psicoeducativo, el trabajo grupal, involucra además de conocimientos, sentimientos, actitudes, liderazgo entre otras tanto del facilitador como del alumno, la información se proporciona fundamentalmente a través de asesorías por parte de los facilitadores, los cuales facilitan el desarrollo de las habilidades en los participantes y permiten la elaboración de un producto que puede ser un instrumento o una estrategia que debe ser evaluable, tangible, útil y aplicable.

2.1.6 Mecanismos de evaluación

A partir de lo anterior es importante conocer los mecanismos de evaluación que tiene que manejar el facilitador, por lo cual evaluar significa llevar un proceso sistemático y continuo mediante el cual se determina el grado en que se están logrando los objetivos del aprendizaje, es decir reúne todas las evidencias posibles que en forma objetiva podamos encontrar a favor o en contra de las actividades que se están desarrollando dentro del proceso enseñanza aprendizaje.

Los tres tipos de evaluación son:

Evaluación diagnóstica: determina si los alumnos poseen los requisitos para iniciar el estudio de una unidad o curso, nos permite comparar objetivos propuestos, y determina la situación personal, física, emocional y familiar en que se encuentran los alumnos al iniciar un curso u otra actividad.

Evaluación formativa: orienta la actividad a través de sus informes sobre la forma en que se van alcanzando los objetivos. Pretende valorar las conductas intermedias del estudiante para descubrir como se van alcanzando parcialmente los objetivos propuestos.

Evaluación sumaria: valora la conducta o conductas finales que se observan en el educando al final del proceso, certifica que se han alcanzado los objetivos propuestos. (Moreno 2000, p.45),

El trabajo con adolescentes implica conocer todas las características que involucra la orientación psicoeducativa, ya que amplía el marco de conocimiento acerca de la aplicación misma de dicha área ; es necesario también tomar en cuenta las características o el potencial con el que cuenta el ser humano en este caso el adolescente , además, cómo éstas características influyen o son influidas en el medio en el que se desenvuelven, ya que negar que estamos inmersos en un medio social o negar las características inherentes con las que contamos inevitablemente nos conduciría a una incertidumbre, tanto de si mismos como de los demás.

2.2 ENFOQUE HUMANISTA Y ECOLÓGICO

El enfoque humanista y ecológico ha sido sin duda una guía que ha permitido determinar la labor psicoeducativa, del presente trabajo, por una lado el enfoque humanista concibe a la persona desde una tendencia actualizante, dado que es una motivación innata, presente en toda forma de vida, dirigida a desarrollar sus potenciales hasta el mayor límite posible; en el caso del enfoque ecológico se sustenta, desde el punto de vista evolutivo, en donde el ambiente y la persona juegan un papel dinámico sin embargo, puntualiza la capacidad de la persona por descubrir, sostener o alterar sus propiedades , por lo cuál ambos enfoques se complementan dando dirección a la concepción del adolescente.

2.2.1 Orígenes del enfoque humanista

La psicología humanista se origina en Estados Unidos en el año de 1950, atendiendo a las dimensiones humanas, concibiéndolas como totalidades dinámicas y actualizantes en relación con su contexto interpersonal; sus principios se fundamentan en la corriente fenomenológica de Husserl, en donde la realidad se apoya en un fenómeno y este fenómeno es la percepción individual del evento Hernández (1991) describe al fenómeno como “lo conocido a través de los sentidos y de la experiencia inmediata, más que a través de deducciones” (P.45) ; es decir, una persona responde al ambiente de acuerdo a percepciones e interpretaciones propias.

Las aportaciones al enfoque humanista se patentan con el pensamiento humanista y el existencial concibiendo al hombre como “ser en el mundo, arrojado ahí, tiene que determinar su esencia a través de su existencia, lo que supone ejercer su libertad, “estar condenado a ser libre y ser responsable de su conducta” “(Hernández 1991, p.47).

El objetivo principal del enfoque humanista existencial es que “la persona al tomar conciencia de sí misma, se responsabilice de su propia existencia y sea capaz de reconocer que a pesar de las condiciones impuestas por el ambiente, de las limitaciones físicas y de las experiencias que obstaculizan el desarrollo natural, existe en todo individuo un potencial que naturalmente tiende hacia la autorrealización. El proceso de desarrollo de las potencialidades humanas depende de la apertura a la experiencia, al aprendizaje y al cambio, así como a una búsqueda continua y constante del sentido de la propia vida y de sus significados” (González 1995, p.50).

De esta forma el enfoque humanista sustenta que el ser humano es el principal agente de su propio cambio; particularizando esta idea a la etapa adolescente, fundamenta enormemente la capacidad y el potencial que tiene él mismo para reconocer sus capacidades y potenciarlas lo mayor posible.

2.2.2 El enfoque humanista y Carl Rogers

Sin duda en el enfoque humanista ubica al ser humano como el principal actor de su propio cambio “El enfoque humanista es fundamentalmente una orientación hacia la totalidad de la psicología más que una rama o escuela específica. Se fundamenta en el respeto por la valoración de las personas, respeto por los distintos enfoques, apertura hacia métodos aceptables, e interés por la exploración de nuevos aspectos de la conducta humana. Como tercera fuerza de la psicología contemporánea, ésta se encarga de temas que tienen poca relevancia en las teorías y sistemas existentes, ejemplos, amor, creatividad, self, desarrollo, organismo, gratificación de necesidades básicas, autoactualización, valores superiores, ser, espontaneidad, autonomía, responsabilidad “(Ib).

En este sentido el enfoque humanista adopta una postura psicológica que contribuye ampliamente a conocer al hombre ofreciéndole a su vez un marco propicio para su desarrollo personal; el enfoque humanista para objeto de este trabajo se tomará en cuenta desde el punto de vista de Carl Rogers, ya que concibe el hombre como un ser activo, en donde como característica principal es orientada hacia el desarrollo personal y como ser activo se concibió al adolescente durante todo el proceso de su participación en la presente propuesta.

La teoría de C. Rogers está construida a partir de una sola “fuerza de vida” que llama la tendencia actualizante, la cual es una motivación innata presente en toda forma de vida dirigida a desarrollar sus potenciales hasta el mayor límite posible; la tendencia actualizante es un concepto básico para la terapia centrada en la persona, y hace referencia específicamente a la espontaneidad automática del organismo a responder en situaciones favorables, de acuerdo a sus percepciones las cuales razonará y si éstas son positivas y enriquecedoras para la persona, las hará suyas, si la tendencia actualizante se ejerce en condiciones favorables, el individuo desarrollará un sentido de madurez.

Otro concepto proporcionado por C. Rogers (citado por Quitmann, 1989.p.133) es la autorrealización vista como un proceso “Todo ser humano plantea, en su opinión, dos preguntas: ¿Quién soy yo?, ¿cómo puedo convertirme en “mi mismo”?, para contestar estas preguntas el hombre debe atravesar una maraña de máscaras de defensa antes de descubrir al extraño que ha vivido tras ellas, al extraño: es decir a él mismo. Un hombre que sigue este proceso es una persona que desarrolla confianza en su organismo, que hace valoraciones a partir de si mismo, y ve su vida como un proceso que fluye, en el que descubre constantemente nuevos aspectos de su ver en la corriente de su experiencia” es así que la autorrealización requiere constantemente de valoraciones objetivas tanto internas como externas para poder conocerse a sí mismos.

Precisamente “el si mismo” es visto por Rogers (en Quitmann, 1989.p.135) como la “comprobación subjetiva que el individuo hace de la realidad, es un supuesto previo que se confirma o se rechaza más tarde mediante la comprobación de la realidad”; para Rogers el comportamiento humano se va conformando en base a una estructura de valoraciones del sí mismo (base psicológica de su existencia) y de la experiencias, las cuales deben de tener un equilibrio; éste ultimo Rogers lo concibe como congruencia en la cual se puede dar de tres formas distintas:

1. Entre el sí mismo, tal y como lo percibe la persona y la vivencia experimentada concreta.
2. Entre la realidad subjetiva y la realidad del mundo.
3. Entre el si mismo y un si mismo deseado.

De esta forma la experiencia juega un papel fundamental dentro del ser humano, influyendo inevitablemente tanto en sus propias percepciones, como en sus acciones. Rogers se refiere a la experiencia como todo lo que sucede en un organismo y que está potencialmente disponible a la conciencia, lo cual se confirma en la validez de la realidad. Sin descartar que la noción de la experiencia abarque acontecimientos del individuo conciente, como de los fenómenos que son inconscientes.

Juan Lafarga (citado por Loreto G (1996), es un autor que ha seguido la línea humanista de Carl Rogers y concibe al hombre de la siguiente manera: “El hombre a partir de la conciencia, es decir por la capacidad no sólo de percibir, si no de percibirse a si mismo percibiendo. Esto permite actuar con libertad convirtiéndose el ser humano en un co-creador del proceso evolutivo del propio universo” el autor afirma qué, el organismo humano desbloqueado de presiones internas y externas es capaz de crecer en direcciones insospechadas.

El enfoque centrado en la persona se basa en los siguientes principios:

- a) La persona es valiosa por si misma, independientemente de su edad, nivel socioeconómico, estado civil, nacionalidad etc.
- b) La naturaleza humana es constructiva, digna de confianza, existen situaciones enajenantes que pueden bloquear el desarrollo constructivo del ser humano, pero incluso en estos ambientes adversos la persona conserva la tendencia hacia su desarrollo integral.
- c) La motivación básica del ser humano es su autorrealización (autoactualización), por medio de la cual desarrolla sus potencialidades
- d) La filosofía humanista considera que los impulsos agresivos son partes o elementos del hombre que surgen como producto de la enajenación en la cual pierde contacto consigo mismo, se cierra y adopta aptitudes defensivas. Esta enajenación produce incongruencia y contradicción
- e) La salud se manifiesta al vivir funcionalmente como un organismo total, integrado y unificado, es decir, cuando el individuo no tiene necesidad de negar aspecto de su existencia o de su experiencia.
- f) La agresividad surge cuando el individuo requiere defensa o protección a fin de sobrevivir y desarrollarse.
- g) El aprendizaje significativo tiene que ser descubierto en la propia existencia.
- h) Se puede confiar en la persona y en su innata curiosidad y deseo de aprender. el ser humano desea descubrir nuevos horizontes y adquirir nuevas posibilidades. (Gonzáles, 1991, p.14)

Estos principios nos indican que el enfoque humanista confía en que la persona posee todo el potencial para llegar a ser un ser humano en esencia, mostrándose tal cuál es, sabiendo discriminar entre lo que le es favorable o no; como lo manifiesta Lafarga (citado por Loreto, 1996, p.10), "Toda persona es capaz, en condiciones favorables, de explorar su propia existencia y debido a su impulso natural al crecimiento, efectuar los cambios que considere más apropiados para si mismo".

Rogers se interesa por describir a la persona sana, en términos de funcionamiento completo y comprende las siguientes cualidades:

1. Apertura a la experiencia: Es la percepción precisa de las experiencias propias en el mundo, incluyendo los propios sentimientos. comprender la capacidad de aceptar la realidad. Los sentimientos son una parte importante de la apertura puesto que conllevan a la valoración experimentada. Si no es posible dar apertura a los propios sentimientos, no se podrá lograr la actualización, por ello es necesario distinguir los sentimientos reales de aquellos derivados de la ansiedad subsiguiente a cuestiones de valía personal.
2. Vivencia existencial: corresponde al vivir en el aquí y ahora. manteniéndose en contacto con la realidad,
3. Confianza organísmica: proporciona una guía por los procesos de evaluación o valoración vivida o experimentada. Es la confianza en si mismos, hacer aquello que se "cree" que está bien; aquello que surge de forma natural. Rogers se refiere a la confianza en el propio yo; en el sí mismo real.
4. Libertad y experiencia: el autor asume que se está rodeado de un universo determinista, por ejemplo no se puede retar a la gravedad ya que invariablemente sería una batalla perdida y el sentimiento de libertad se da cuando se brindan las oportunidades. Señala que la persona funciona al cien por ciento si reconoce ese sentimiento de libertad y asume las responsabilidades de sus oportunidades.

Creatividad: Al sentirse libre y responsable uno actuará acorde con esto y participará en el mundo. Una persona completamente funcional, en contacto

con la actualización se sentirá obligada por naturaleza a contribuir a la actualización de otros. Esto se puede hacer a través de la creatividad en las artes o en las ciencias, a través de la preocupación social o el amor paternal, o simplemente haciendo lo mejor posible el trabajo propio. (Medrano, 2004)

2.2.3 El humanismo en la educación

Comúnmente en la escuela al estudiante se le suele ver como un ser pasivo y receptivo, en donde se valora más una calificación, es decir, el aspecto cognitivo; sin embargo Carl Rogers ha contribuido a la labor psicoeducativa, ya que ha destacado aspectos de las relaciones humanas en la educación, en donde manifiesta que el aprendizaje que tiene lugar desde la nuca hacia arriba y que no involucra sentimientos o significado personal no tiene relevancia para la persona total.

La educación humanista juega un papel fundamental ya que ésta “se basa en la idea de que todos los alumnos son diferentes y los ayuda a ser más con ellos mismos. En este sentido, se considera que es necesario ayudar a los estudiantes a explotar y comprender más adecuadamente el conocimiento de su persona y los significados de sus experiencias” (Hamachek, 1987, citado por Hernández Rojas 1997, p.16).

Rogers propugna lo que él ha denominado una educación democrática-centrada en la persona, la cual consiste en conferir la responsabilidad de la educación al alumno, esta educación centrada en la persona, tiene las siguientes características:

1. La persona es capaz de responsabilizarse y de controlarse a sí misma en su auto-aprendizaje.
2. El contexto educativo debe crear las condiciones favorables para facilitar y liberar las capacidades de autoaprendizaje existentes en cada individuo; el alumno aprende a través de sus propias experiencias y es muy difícil enseñar a otra persona directamente.
3. En la educación se debe asumir una perspectiva globalizante de lo intelectual, lo afectivo y lo interpersonal

4. El objetivo central de la educación debiese ser el crear alumnos con iniciativa y autodeterminación y que sepan colaborar solidariamente con sus semejantes sin que por ello dejen de desarrollar su individualidad. (Hernández , 1997, p.19).

Asumiendo que “la personalidad humana, se concibe como una organización que está en proceso de desarrollo continuo y que la persona para ser explicada y comprendida apropiadamente debe ser estudiada en su contexto interpersonal y social y en donde la persona es la principal fuente de desarrollo personal e integral” (Hernández,1997, p.7) de ahí que el estudiante, y en este caso el adolescente, tenga la oportunidad de incrementar sus potencialidades desde el punto de vista tanto cognoscitivo como afectivo sin descartar el aspecto interpersonal y social .

De acuerdo a Gómez (citado en Loreto, 1996) el humanismo, a pesar de que sitúa a la persona como actor de su propio cambio y desarrollo, está lejos de ser un concepto individualista ya que el poder de la persona, es una manera de entender la integración y el equilibrio entre las necesidades individuales y las sociales, y en donde supone el desarrollo de aspectos como la autoestima , la responsabilidad, el respeto, la conciencia personal y comunitaria, la integración interpersonal y social y el reconocimiento de nuestra capacidad individual para influir y contribuir en el proceso de cambio.

También menciona que la tendencia hacia la autorrealización y el crecimiento va mas allá del individuo y ésta no puede entenderse sino en el contexto de valores y significados compartidos que trascienden la existencia individual aislada y que le dan sentido a las relaciones interpersonales, tanto en la intimidad como en el compromiso con grupos y comunidades mayores como lo menciona Riegel (1975) citado por Shea y Baver. (1999.p.7) “cualquier cambio individual debe verse dentro del contexto del sistema social y cultural mas amplio”.

Es por ello que continuación se presentará el Enfoque Ecológico, el cuál es una explicación acerca de los ambientes en los que se mueve el adolescente que puede influir directa o indirectamente en él, produciendo actitudes positivas o negativas tanto a si mismo como hacia los demás

2.2.4 Enfoque ecológico

Para poder explicar la conducta humana se tiene que abordar a partir de un aspecto personal, como anteriormente se señalaba , sin embargo podría resultar muy sesgado, si sólo se abordara desde esa perspectiva, ya que como seres sociales, la interacción entre las personas resulta fundamentalmente necesaria y en donde esencialmente estos sistemas de interacción también rodean la conducta.

El Enfoque Ecológico concibe a los individuos como “personas dinámicas y en crecimiento, que se mueven en forma progresiva a los escenarios en que se encuentran y los reestructuran” Shea y Baver (1999, p7). De esta forma el enfoque plantea que el ser humano tiende hacia su propio desarrollo tomando en cuenta a las personas que le rodean.

“El enfoque ecológico se distingue por su interés en la acomodación actual y progresiva entre el aprendiz humano en crecimiento y su entorno inmediato y la manera en que esta relación se forma y se reconcilia por fuerzas provenientes de aspectos distintos al medio social del individuo” Shea y Bauer. (1999, p7). La manera en que el enfoque manifiesta cómo sobrevivimos en el medio social, el como influimos nosotros en el medio y como el medio influye en cada uno , es sin duda un punto importante, ya que muchas veces el no reconocer esta afirmación y negarla a su vez invariablemente puede producir conflictos, ya que la negativa de reconocer que existen otras personas que piensan y sienten similarmente a nosotros y que éstas se mueven dentro de nuestro mismo ambiente social, nos puede llevar a un aislamiento y, por lo mismo, a marcadas diferencias en la manera de pensar y por consecuencia una punteada incomunicación.

2.2.5 El enfoque ecológico de Urie Bronfenbrenner

Urie Bronfenbrenner, autor de la Teoría ecológica se enfoca a los contextos sociales en los que el ser humano se desenvuelve y, manifiesta que "se deben de tomar en cuenta otros factores, para entender la conducta, aquellos aspectos del entorno que están más allá de la situación inmediata, en la que funciona el individuo, y que pueden repercutir de alguna forma en la conducta". (Shaea y Bauer, 1999,p.6)

La Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner se basa en cinco sistemas ambientales que van desde las interacciones interpersonales, cercanas hasta la cultura misma.

Bronfenbrenner concibe a "el ambiente" como un "conjunto de estructuras seriadas, en donde cada una cabe dentro de la siguiente" (Bronfenbrenner, 1986), por ejemplo en el caso del adolescente que convive con su familia, pero a su vez tiene que asistir a una obra de teatro, el adolescente no necesariamente tiene que conocer a los actores de la obra para poder estar en ella, sin embargo esta participando activamente en un "ambiente" de una o de otra forma.

El "individuo" sin duda es la parte fundamental de toda esta teoría, y se concibe en términos de un ente "interactivo" y constructor de escenarios sociales, y se ubicado de acuerdo a su sexo, edad, salud etc.

A continuación se plantearán los cinco sistemas en los cuales se desenvuelve el individuo:

- 1) Microsistema: escenario en el que el individuo pasa un tiempo considerable. Algunos contextos pertenecientes al microsistema son la familia del alumno, sus pares, la escuela y el vecindario.
- 2) El mesosistema: involucra vínculos entre microsistemas. Es decir las interacciones que se pueden dar entre el microsistema (los papás y el adolescente, o la amistad que se puede dar dentro de la escuela).

- 3) El exosistema: trabaja cuando las experiencias en un escenario, en el que el estudiante no tiene un papel activo, influyen en lo que los alumnos y maestros experimentan en el contexto inmediato. Por ejemplo cuando los alumnos van a ver una obra de teatro por consideración del maestro para comentarla en la clase de literatura.
- 4) El macrosistema: involucra la extensa cultura en la que tanto alumnos como maestros viven, incluyendo los valores y costumbres de la sociedad. Por ejemplo la fiesta de graduación, de presentación de los 3 y 15 años, el día de la primavera, el día de la independencia de México, navidad, año nuevo.
- 5) El cronosistema: se refiere a las condiciones socio-históricas del desarrollo de los alumnos. Por ejemplo antes se utilizaba el correo postal para comunicarse, hoy en día el correo electrónico es el más usual, así que los adolescentes están creciendo en un ambiente definido por computadoras y nuevos medios de comunicación. (Santrok.W,2002, p.90)

De esta forma el ambiente ecológico, abarca seis niveles, los cuales van más allá de una situación determinada o inmediata, y que puede afectar positiva o negativamente al adolescente.

Bronfenbrenner, (1986) utiliza el concepto de “desarrollo” haciendo referencia al contenido, es decir aquello que se percibe, desea o piensa y cómo ese contenido va cambiando en la medida en el que el individuo se expone al ambiente e interactúa con él; es así que el desarrollo tiene una concepción cambiante de acuerdo a la persona, al ambiente ecológico y a la relación que pueda darse, de ahí que se conciba al adolescente capaz de descubrir, mantener o modificar sus propiedades.

El desarrollo humano es un proceso por el cuál la persona en desarrollo adquiere una concepción del ambiente ecológico más amplia, diferenciada y válida, que se motiva y se vuelve capaz de realizar actividades que revelen

las propiedades de ese ambiente, lo apoyen y lo reestructuren a niveles de igual o mayor complejidad en cuanto su forma y contenido; en relación a la adolescencia, el desarrollo del mismo se basará en si son capaces de discriminar los diferentes ambientes (familia, escuela, reglas o exigencias sociales etc.), en los que está inmerso y cómo esos ambientes serán detonadores para responder a sus propias exigencias (por ejemplo en la familia reconocerá el adolescente que para que halla una convivencia armónica, al salir tiene que pedir permiso o avisar, no decir groserías etc.; en la escuela, cumplir con las actividades para acreditar el ciclo escolar y así pasar al siguiente nivel hasta que concluya su tercer año de secundaria, obtenga el certificado para ingresar al siguiente nivel educativo.(ib)

Uno de los aspectos más importantes en que se fundamenta la teoría ecológica del desarrollo humano es el proceso de la acomodación mutua que se lleva a cabo entre el individuo y su entorno, en este proceso es en donde se producen las transiciones ecológicas, las cuales se llevan a cabo cuando la posición de una persona del ambiente ecológico, se modifica como consecuencia de un cambio de rol, de entorno o de ambos a la vez. (Bronfenbrenner 1986). Por ejemplo, qué consecuencias podrá haber si, una niña que siempre ha estado en colegios para niñas, ingresa a una escuela pública y mixta; o la repentina ausencia de un padre a causa de un accidente o separación; la acomodación consistirá en la forma en que estos adolescentes manejen la modificación de esos ambientes.

En general la Teoría Ecológica sustenta, que el individuo participa en diferentes ambientes, Santrok (2002) menciona que en la teoría de Bronfenbrenner los contextos sociales en los cuales el niño o adolescente vive son fuertes influencias en su desarrollo, esto involucra un proceso de adaptación en cuanto personas, experiencias y situaciones, lo cuál puede tener efectos positivos como lo plantea Bronfenbrenner (1986): “los efectos evolutivos positivos de la participación en entornos múltiples se ven incrementados, cuando los entornos se producen en contextos culturales o subculturales que son diferentes entre si “ (p.18), deduciendo que los ambientes no son excluyentes, por el contrario, nutren al individuo haciéndolo más hábil en sus interacciones sociales.

El autor hace referencia en que los entornos de un mesosistema, tiene un potencial evolutivo y se modularà en la medida en que los roles, actividades y las dadas en las que participe el individuo, se vinculen con ambos entornos, estimulando el establecimiento de una confianza mutua con la orientación positiva y un equilibrio de poderes, un vinculo complementario que logre cumplir esto con respecto al adolescente en desarrollo se llama “vinculo de apoyo” ;este vinculo de apoyo es “el potencial evolutivo de un entorno que aumenta en función del número de vínculos de apoyo que existen entre ese entorno y otros.

Por ejemplo si a un adolescente se le da la orientación de cualquier tipo esta será un vínculo de apoyo para que el adolescente desarrolle su potencial; el vínculo de apoyo se puede proporcionar desde la familia (padres o hermanos), en la escuela (profesores), orientador vocacional, trabajador social, etc., de esta forma el vinculo de apoyo puede lograr en cualquier individuo una llevadera adaptación a los procesos por los que este pasando el individuo.

2.2.6 El enfoque ecológico en la educación

Algunas estrategias que son aplicables, de acuerdo a la teoría de Brofenbrenner en el salón de clases son:

- 1) Piense acerca de que el niño forma parte de un número de sistemas ambientales diferentes.
- 2) Preste atención a la conexión entre escuelas y familias
- 3) Reconozca la importancia de la comunidad, el status socioeconómico, y la cultura dentro del desarrollo del niño.
- 4) Vivimos en una sociedad cambiante, por lo que es importante entender estos cambios socio-históricos. (Santrok.W.2002, p.92)

El enfoque ecológico cobra importancia debido a los fenómenos de cambio que están sufriendo los ámbitos donde viven y actúan los grupos vulnerables, ya que son cada vez más severos, en el país los aspectos económicos y las

políticas de desarrollo afectan todos los estratos, nacional, intermedio, local, familiar e individual.

Monroy, (2002), reconoce este enfoque y manifiesta que los cambios culturales por migraciones y alteraciones en la dinámica y estructuras familiares son fenómenos que preocupan, la familia experimenta cambios estructurales y dinámicos por el incremento considerable de violencia intrafamiliar ya que la defensa de la gente joven se destruye ante los factores de riesgo en aumento, también menciona que la escuela esta invadida de violencia y otras conductas riesgosas, incluidos el consumo de fármacos, y la actividad sexual no protegida. Si bien existen muchos aspectos negativos dentro de nuestro ambiente ecológico, también existen los positivos, los cuales contribuyen al bienestar no solamente del adolescente, si no de la población en general, el punto es saber aprovechar los aspectos positivos que proporciona el ambiente

Este enfoque integrador es un marco de referencia en donde el adolescente no solo es él mismo, si no que, su forma de pensar, actuar elegir, decidir etc. Se maneja en función de todo el ambiente en el que está inmerso, por lo cual se tomó en cuenta para entender el desarrollo personal del adolescente, y, de esta forma, exista un común denominador, considerando la participación de sectores, instituciones, grupos e individuos de manera activa y así lograr, con ellos efectos positivos.

2.3 ADOLESCENCIA

2.3.1 Concepto de adolescencia

El término adolescente tiene una larga historia que se remonta al latín *adolescere* que significa “crecer hacia” o “crecer”. (Horrocks, 1986, p.17); sin embargo MEXFAM (1996), manifiesta que hasta finales del siglo XVII empezó a utilizarse el término “adolescencia” ya que anteriormente se hablaba casi sólo de “niños” o “adultos” y la pubertad sólo marcaba el límite entre ambas etapas, con la evolución de la institución escolar, e implantación de normas que prohibían el trabajo con niños, comenzó a hablarse de juventud, así fué como

se preste mayor atención a las transformaciones de la pubertad y la adolescencia.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera a la adolescencia como “Un periodo de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad de reproducirse, transita de los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida su independencia económica” (citado en Manual tips, 2001, p.92)

MEXFAM (1996, p.68) define a la Adolescencia como un “periodo crucial del ciclo vital en que los individuos toman una nueva dirección de su desarrollo, alcanzan su madurez sexual, se apoyan en los recursos psicológicos y sociales que obtuvieron en su crecimiento previo, recuperando para si las funciones que les permita elaborar su identidad y plantearse un proyecto de vida propio.”

Pick y Vargas E (2000), manifiestan que la adolescencia es una época de cambios físicos, sociales, emocionales, es una búsqueda de identidad y comprensión de valores.

Velasco, (2002) define a la adolescencia como “La etapa del desarrollo humano, que tiene un comienzo y una duración variables, la cual marca el final de la niñez y crea los cimientos para la edad adulta, está marcada por cambios interdependientes en las dimensiones, biológicas, psicológicas y sociales del ser humano” (citado por Monroy A, 2002, Pág.11).

Las definiciones coinciden en los cambios: físico, psicológico y social del adolescente, además de la influencia cultural de su medio, por lo cual las definiciones no son excluyentes por el contrario, cada una realiza importantes aportaciones para el concepto, pero sin duda la definición de Velasco, sintetiza todos estos factores que intervienen en la adolescencia por lo cual esta definición se toma en cuenta para delimitar la concepción sobre el adolescente.

2.3.2 Teorías psicológicas de la adolescencia

La adolescencia es una etapa de la vida en la que muchos teóricos de la psicología se detienen, para aportar una explicación sobre los cambios de dicha etapa.

Jean Piaget, Se enfoca a la adolescencia desde el punto de vista cognoscitivo, dicha etapa la percibe como un periodo de intelectualización, en donde ubica al adolescente en la etapa de las operaciones formales, ya que es capaz de generar hipótesis, de acuerdo a lo observado a su alrededor, es capaz de reflexionar lo que es y lo que no es. El adolescente posee una iniciativa por incorporarse en la sociedad y es capaz de extraer sus propias deducciones sobre lo que acontece a su alrededor.

Erick Homburger Ericsson exponente de la teoría del desarrollo del hombre, le presta atención a la interacción entre la persona y el ambiente a lo largo de su vida, que abarca desde la niñez a la vejez y en donde cada etapa representa una crisis, considera el crecimiento y el cambio de la personalidad como algo fluctuante.

Erickson manifiesta que el adolescente busca su identidad, es decir busca un sentido coherente de individualidad la cual se moldea a partir de la personalidad y las situaciones que se le vayan presentando, vive en una crisis, sin embargo, es importante aclarar que la crisis, no se debe concebir como “una tensión abrumadora, sino más bien como un punto de desvío o perspectiva de cambio en la vida del individuo, cuando un nuevo problema debe ser enfrentado y dominado”(Hall y Lindzey 1978, p. 68).

El éxito que se tenga en resolver una crisis determinará un bienestar psicológico, de esta forma el adolescente desea saber quién es y quién desea ser, estableciendo una escala de valores en donde tomará en cuenta su propio estilo de vida que lo ayude a separar su identidad de la de los otros, comúnmente adultos, lo cual genera el distanciamiento de ambos.

Comúnmente busca la identificación entre sus amigos, compañeros con los que compartan cosas en común, estas conductas manifiestan la necesidad de pertenecer socialmente a un grupo; por otra parte, el idealismo es un elemento

importante de esta etapa, el cual puede afectar los objetivos que los adolescentes tratan de alcanzar, ya que si sus logros quedan cortos, en relación con sus expectativas, se decepcionan y se desaniman.

Es de esta forma que Erickson toma en cuenta a la adolescencia como una etapa en donde este se mueve como un ser social, buscando su identidad conjuntamente a los grupos que le rodean.

Tomando en cuenta la premisa anterior, (al adolescente como el ser social) este invariablemente relaciona sus deseos o necesidades con lo que la sociedad le demanda, ambos puntos representan la tarea evolutiva, la cual es promovida por Robert Havighurst (1972), ya que las tareas evolutivas son las habilidades conocimientos, funciones y actitudes que tienen que adquirir los adolescentes en determinado momento, el dominio de las tareas representará una adaptación y preparación para tareas posteriores las cuales implican mayor compromiso; sin embargo como lo menciona Havighurst (1972), "existe un momento sensible para enseñar una tarea" (p.38)

Havighurst (1972), manifiesta que las ocho tareas fundamentales que se presentan en la etapa de la adolescencia son:

- I. Aceptar el propio físico y utilizar el cuerpo con eficacia.
- II. Formar relaciones nuevas y más duraderas con los iguales de ambos sexos.
- III. Adoptar un rol sexual social masculino o femenino
- IV. Alcanzar independencia emocional de los padres y otros adultos
- V. Prepararse para una profesión
- VI. Prepararse para la vida en matrimonio o en familia
- VII. Desear y lograr una conducta socialmente responsable
- VIII. Adoptar un conjunto de valores y un sistema ético como guía de la conducta, desarrollar una ideología. (López S,2005)

La atribución de la responsabilidad y la interioridad, de un adolescente, significa atribuir responsabilidades en niveles superiores de conceptualización, por tanto debe haber interiorizado la responsabilidad como un significado para si mismo, y debe ser interno en el sentido de que crea que los sucesos pueden

cambiarse y que pueden crearse nuevas condiciones como resultado de sus propios esfuerzos.

3.3.3 Cambios biológicos y físicos

Antes de introducir los múltiples cambios que se presentan en la adolescencia es importante diferenciar la pubertad de la adolescencia, Lechner (1976), hace referencia a la pubertad como un proceso de maduración hormonal, lo cual se manifiesta en las características físicas; por otro lado la adolescencia se refiere al proceso psicológico, social y de maduración, básicamente sería un periodo de adaptación a los cambios producidos por la pubertad.

Al respecto la Organización Mundial de la Salud (OMS), define al periodo adolescente como la etapa entre 10 y 19 años de edad, asimismo considera el periodo que va de los 10 a los 14 años como adolescencia temprana y de 15 a 19 años como adolescencia tardía. Dicha organización delimita el periodo de juventud entre 15 y 25 años, por lo cual la primera fase de adolescencia está vinculada con el inicio de la pubertad, mientras que la fase tardía se vincula con el inicio de la juventud (Monroy, 2002, p.14).

Inicialmente los cambios hormonales son los que producen los cambios físicos presentados en esta etapa. El inicio de la secuencia de hechos la da el cerebro, y donde el hipotálamo ha de madurar para que se inicie la pubertad, es importante mencionar que desde el nacimiento, se generan pequeñas cantidades de hormonas sexuales que sin embargo las inhiben otras hormonas, en la pubertad las células hipotalámicas se vuelven menos sensibles a las hormonas sexuales y de esta forma el hipotálamo aumenta su estímulo sobre la hipófisis, estimulando la secreción de hormonas sexuales y de crecimiento. (Monroy 2002)

El desarrollo de las características sexuales primarias y secundarias se presenta tanto en hombres como en mujeres; la edad de inicio varía

considerablemente ya que influyen factores genéticos, ambientales y nutricionales.

MEXFAM (1996) señala que, las características sexuales primarias, hacen referencia a la constitución de los órganos sexuales que intervienen en la copulación y la reproducción; las características sexuales secundarias hacen referencia a las modificaciones corporales que sirven como índice de masculinidad y feminidad y que están asociadas directamente con el desarrollo de la sexualidad y de la reproducción.

En la mujer, el inicio de desarrollo físico se presenta más temprano, con una diferencia de dos años en relación con los hombres, aquéllas que inician su pubertad a menor edad alcanzan pronto su estatura adulta. Los cambios en estatura y peso se acentúan, las características del diformismo corporal se hacen patentes; en la mujer, se presenta una secreción mucosa transparente en los genitales aproximadamente seis meses antes de la menarquia, se presenta el vello púbico, el crecimiento de los pechos indicacando el inicio de la pubertad, se ensancha y redondea la cadera.

En el hombre, se da el “estirón”; ya que los huesos se tornan toscos y los músculos se ensanchan a nivel de tórax y hombros, los órganos internos (corazón, pulmones y genitales) crecen, la presión sistólica es mayor en ellos, la capacidad de su sangre para transportar oxígeno aumenta y durante el reposo la frecuencia cardiaca disminuye, el escroto comienza a cambiar de color, el pene aumenta la longitud y grosor, el vello púbico crece en la base del pene, al mismo tiempo que ,los testículos crecen , la próstata también lo hace , presentándose en ese momento las primeras eyaculaciones que suelen conocerse como “sueños húmedos”, las glándulas sebáceas y sudoríparas incrementan su producción , aparece el acné, tanto en la cara como en la parte anterior del tórax y la espalda.

La voz infantil pasa a hacerse grave y profunda al desarrollarse la laringe.

De esta forma el desarrollo físico de la adolescencia se presenta abrupta y desarmónicamente ya que crece por segmentos, al aumentar de tamaño, manos, brazos, pies y piernas, la cara crece también a expensas de la

mandíbula, los labios se tornan gruesos y carnosos, la nariz se ensancha y se alarga, manifestando desproporciones corporales; se acentúan en unos más que en otros, estos nuevos cuerpos pueden hacer sentir al adolescente extraño de su propio cuerpo, sin embargo la concientización y aceptación que los adolescentes adquieran de su nueva coraza será su tarea a realizar.

3.3.4 Cambios psicológicos

En la adolescencia se modifica el estado de pensamiento y forma y consecuentemente su concepción del mundo, Horrocks (1986,p.14) plantea en cuanto a la adolescencia los siguientes puntos:

- ✓ La adolescencia es una época en la que el individuo se hace cada vez más conciente de si mismo, intenta poner a prueba sus conceptos ramificados del yo, en comparación con la realidad y trabaja gradualmente hacia la autoestabilización que caracterizará su vida adulta. Durante este periodo, el joven aprende el rol personal y social que con más probabilidad se ajustará a su concepto de sí mismo, así como a su concepto de los demás.
- ✓ La adolescencia es una época de búsqueda de estatus como individuo; la sumisión infantil tiende a emanciparse de la autoridad paterna y, por lo general, existe una tendencia a luchar contra aquellas relaciones en las que el adolescente queda subordinado debido a su inferioridad, (edad, experiencia y habilidades) es el periodo en el que surgen y se desarrollan los intereses vocacionales y se lucha por la independencia económica
- ✓ La adolescencia tiende a ser una etapa de desarrollo y evaluación de valores. La búsqueda de valores de control, en torno a los cuales la persona puede integrar su vida, va acompañada del desarrollo de los ideales propios y la aceptación de su persona en relación con dichos ideales, es un tiempo de conflictos entre el idealismo juvenil y la realidad.

Erickson (1964, citado por Monroy ,2002) llegó a la conclusión de que el conflicto principal de la adolescencia es la difusión de la identidad la cual tiene cuatro componentes principales:

- 1.- Problema de la intimidad: La persona puede temer el compromiso o la implicación de estrechas relaciones interpersonales debido a la posible pérdida de su propia identidad, este miedo puede conducir a las relaciones estereotipadas, formalizadas o al aislamiento.
- 2.- Difusión de la perspectiva temporal: Al adolescente le resulta imposible planificar para el futuro o mantener cualquier sentido del tiempo.
- 3.- Difusión de la laboriosidad: El joven tiene dificultad para aplicar sus recursos de un modo realista al trabajo o al estudio. Estas actividades suponen compromiso y, como defensa contra este, el individuo puede encontrar imposible concentrarse, o emprender obsesivamente una única actividad, excluyendo todas las demás.
- 4.- Elección de una identidad negativa: El joven selecciona una identidad que es exactamente la opuesta a la preferida por los padres o por otros adultos que revisten importancia para el joven.

Una de las “características psicológicas de los adolescentes en esta etapa son las constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo, las cuales mencionan que se manifiestan con un sentimiento básico de ansiedad y depresión vinculado al crecimiento (no es niño pero tampoco adulto), a veces los adolescentes tienen una actitud autista la cual se manifiesta como sentido de soledad, frustración, desaliento y aburrimiento , sin embargo los adolescentes siempre están preparados para la acción, elaborando constantemente sus vivencias y fracasos”. Abestury y Knobel (1989, citado por Monroy, 2002)

De esta forma las dos tareas fundamentales del adolescente son: la lucha por la reconstrucción de su realidad psíquica (mundo interno) y la lucha por la reconstrucción de sus vínculos con el mundo externo, ambas supeditadas a una tercera básica, que es la lucha por la identidad; reconstruir sin perder de vista un fin fundamental: ser uno mismo en el tiempo y en el espacio en

relación con los demás y con el propio cuerpo". (Fernández Moujan 1997, citado por MEXFAM, 1997)

El desarrollo psicológico del adolescente es, sin duda, un factor importante, que se debe cuidar, ya que su adaptación exitosa, tanto a si mismo como socialmente, puede garantizar un sano crecimiento.

2.3.5 Cambios sociológicos

Si los cambios físicos y fisiológicos durante la adolescencia fueran tan sólo un asunto de cambios en estructura y función, se podrían sencillamente describir y registrar y pasar entonces a otros temas, sin embargo, fué importante y necesario abordar los cambios psicológicos que anteriormente se describieron, aunado a estos invariablemente se presenta el aspecto social el cual es una dimensión de impacto para el adolescente.

El cambio estructurado funcional en el adolescente, es sólo el punto de partida desde el cual evoluciona, la conducta social, la actitud hacia si mismo y hacia otras personas, y el conjunto total de valores que le proporciona significado y orientación a su vida.

El ritmo y la dirección de madurez de un individuo puede tener efectos significativos sobre su aceptación y estatus social, sobre la eficiencia de su participación en varias actividades, y con toda probabilidad sobre su ajuste emocional, en cuanto a que un estatus físico y desviado puede evitarle hacer las cosas que considere importantes. Pero el problema es reciproco, si los sucesos sociales y psicológicos están condicionados por el crecimiento físico, este puede verse afectado a su vez por aquellos, el crecimiento es algo más que un asunto individual engendrado internamente, también es una cuestión del medio y de la cultura recibiendo influencia de estos. (Horrocks (2001)

(MEXFAM (1996) en el aspecto social de los adolescentes manifiesta que éstos necesitan y buscan la socialización, buscan un espacio de pertenencia,

expresión, participación de debate, ingresos económicos, de recreación, creación y juego, además de conocimientos y dudas que se enlacen y los conduzcan a nuevos horizontes

Monroy, (2002) señala que el adolescente modifica su lenguaje, modo de vestir y de actuar, por otro lado se puede observar que en las mujeres y en hombres se acentúa su aliño personal, estos cambios les dan una apertura al mundo social

En la adolescencia se acentúa la lucha por una independencia, tanto personal como con la familia.

Una vez iniciada esta separación necesitará encontrar nuevas figuras en las cuales tenga la posibilidad de identificarse, en donde le proporcionen una guía y apoyo emocional; de esta forma se apoyan en sus iguales, Horrocks (1986), afirma que la adolescencia es una etapa en la que se dan más comúnmente las relaciones de grupo, en donde están ansiosos por lograr estatus y reconocimiento entre los de su edad, desea conformar sus acciones y estándares a los de sus iguales, también afirma que es la época en la que surgen los intereses heterosexuales, que pueden hacer complejas y conflictivas sus emociones y actividades.

La búsqueda de relaciones y enamoramientos de los adolescente en un principio pueden ser platónicos (maestro, artistas, compañeros de clase etc), para posteriormente concretar relaciones de pareja con personas más cercanas a su realidad

Lo importante del proceso en el de socialización es que el adolescente aprenda a interiorizar los diversos elementos de la cultura (valores, normas, códigos simbólicos), además de las experiencias emocionales y físicas que integra a su personalidad para adaptarse a su contexto social.

2.3.6 Aspectos cognitivos

En la adolescencia se origina el pensamiento de las operaciones formales y según Piaget en esta adquiere la capacidad de manejar hipótesis, este

proceso de elaboración se acentúa cuando intenta contestar las antiguas preguntas: ¿Quién y que soy yo?, ¿hacia donde voy?

Los cambios cognitivos que puede experimentar el adolescente según Hoffman, et al (1996). Son:

- ❖ Pensar por medio de hipótesis: Los adolescentes pueden emplear el razonamiento lógico para resolver problemas de un modo distinto; pueden formular hipótesis y probarlas de modo sistemático, puesto que no están atados a una situación específica, pueden traducir el conflicto en imágenes, proposiciones, y otras representaciones mentales.
- ❖ Pensar en posibilidades: Los adolescentes pueden pensar en posibles consecuencias antes de que sucedan o en situaciones que no han ocurrido nunca, puesto que no están limitados por las barreras de su propia experiencia, pueden imaginar otras formas de organizar el mundo y su sociedad.
- ❖ Pensar sobre el pensar: Otro cambio cognitivo característico de esta etapa de desarrollo es la capacidad de pensar acerca de los propios pensamientos, lo que refleja un sofisticado nivel de metacognición. Una vez que los adolescentes se dan cuenta de que las personas pueden adivinar sus intenciones. Este tipo de conciencia recursiva les permite actuar deliberadamente para poder ocultar sus intenciones. Tales acciones demuestran la habilidad de pensar en los pensamientos de los demás.
- ❖ Audiencia imaginaria: se refiere a la creencia del adolescente de que las otras personas comparten sus propias preocupaciones sobre ellos mismos y creen que están pendientes de su aspecto, conducta y acciones, se vuelven más conscientes de sí mismos y constantemente actúan para una audiencia imaginaria.
- ❖ Fábula personal: se refiere al sentimiento del adolescente de que es indestructible y único. El sentido de creerse único les conduce a la

convicción de que sus opiniones y sentimientos son totalmente distintos de los otros, nadie ha experimentado el mundo de la forma que el o ella lo experimentan ahora.

Elkind, 1998 (citado en Papalia,2001) proponen aspectos similares a los anteriores ellos señalan que ciertos comportamientos y actitudes inmaduros se pueden dar por:

- ❖ La tendencia a discutir: debido a que buscan constantemente la oportunidad de encontrar y demostrar sus nuevas habilidades en razonamiento.
- ❖ Indecisión: se debe a la dificultad de decidir sobre situaciones que pueden parecer sencillas
- ❖ Búsqueda de fallas en las figuras de autoridad: se origina por descubrir que los adultos que llegaron a venerar ya no comparten con ellos sus ideales.
- ❖ Hipocresía evidente: es el fallo de los adolescentes en no reconocer la diferencia entre expresar un ideal y hacer los sacrificios necesarios para lograr lo que quieren.

El adolescente muestra una extraordinaria sensibilidad en relación con su sentimiento de ser distinto, no solo de los otros sino también de si mismo Reacciona con respuestas inmediatas a lo que piensa de si mismo, o a lo que otros piensan de él dado que su imagen de si sé halla en un estado de fluctuación, es especialmente vulnerable a los juicios de otros.

El adolescente es capaz, por si mismo, de aplicar la lógica y la conceptualización abstracta a la realidad, por lo cual si se le proporciona una participación amplia y efectiva podrá confrontar sus metas y valores, el adolescente es capaz de “reflexionar”, es decir mirar su propia forma de pensar y la de los demás, esta conciencia de su capacidad critica y reflexiva lo lleva a revisar las enseñanzas recibidas y analizar las cuestiones vitales presentes. MEXFAM (1996.p.84)

La adolescencia involucra múltiples factores, entonces, la tarea de los adultos consiste en incluir al adolescente en el mundo social, comprender sus cambios sin juzgarlos y conocer sin criticar su actitud.

2.4 COMUNICACIÓN

La comunicación viene del verbo latino *Communicare* que significa repartir, compartir, hacer participe de algo; sin embargo es importante que nos remontemos a los orígenes de dicho tema.

2.4.1 Orígenes en el estudio de la comunicación

La comunicación tiene antecedentes desde la antigua retórica Aristotélica la cual es considerada como el primer intento de sistematización teórica del proceso de comunicación, en términos generales, la retórica constituyó una disciplina, que reino en occidente durante más de Veinte siglos López & Simonetti (1984, p.7) señalan que dicha “es un arte de la persuasión mediante la palabra”

Aristóteles definió el estudio de la comunicación como la búsqueda de todos los medios de persuasión que tenemos a nuestro alcance. Para esto consideró tres componentes:

La persona que habla, el discurso que se pronuncia y la persona que escucha. Gráficamente el Modelo Griego de la Comunicación se representa de la siguiente manera

Fig. 1 MODELO GRIEGO DE LA COMUNICACIÓN



Aristóteles se ocupó de reunir y explicitar los fundamentos de este arte retórico describiendo las características que deben tener el orador y el discurso, con el objeto de persuadir al oyente; sin embargo los modelos se han ido modificando con el paso del tiempo mejorando todos los factores que intervienen en el

proceso de la comunicación. A continuación se explicarán algunos modelos, considerados importantes:

2.4.2 Modelos de Comunicación

2.4.2.1 Teoría matemática de la comunicación

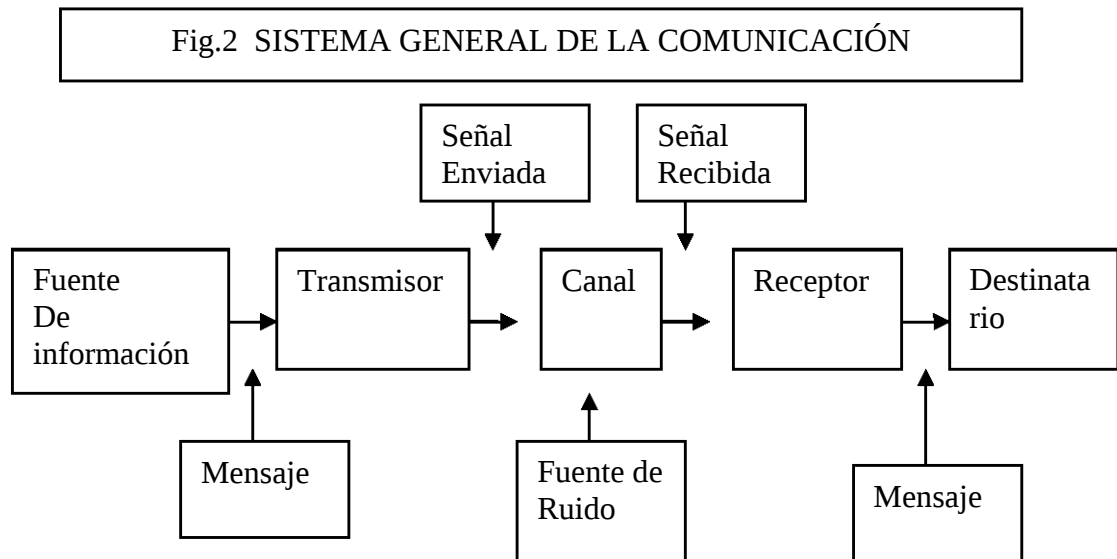
La presente teoría se desarrolla específicamente en el área de la telegrafía donde surge la necesidad de determinar con la máxima precisión, la capacidad de los diferentes sistemas para transmitir información. Shannon y Weaver desarrollaron los principios definitivos de esta teoría la cual se centra en los problemas que surgen en los sistemas destinados a manipular información, es decir se buscan los mejores métodos para utilizar los diversos sistemas de comunicación.

El Concepto de comunicación que maneja la Teoría matemática de la Comunicación lo aborda Weaver (1972) la define como: la inclusión de todos los procedimientos mediante los cuales una mente puede influir en otra

En este proceso de comunicación se distinguen tres niveles de análisis:

1. Nivel técnico: se analizan problemas que surgen en torno a la fidelidad con que la información puede ser transmitida desde el emisor hasta el receptor
2. Nivel semántico: se estudia el significado del mensaje y su interpretación
3. Nivel pragmático: se analizan los efectos conductuales de la comunicación, la influencia o efectividad del mensaje en tanto da lugar a una conducta.

El modelo comunicacional de Shannon Y Weaver se basa en un sistema de comunicación General se representa de la siguiente manera:



- 1.-Fuente de información: selecciona el mensaje deseado de un conjunto de mensajes posibles
- 2.-Transmisor: transforma o codifica la información en una forma apropiada al canal
- 3.-Señal: es el mensaje codificado por el transmisor
- 4.-Canal: es el medio a través del cual las señales son transmitidas al punto de recepción.
- 5.- Fuente de ruido: es el conjunto de distorsiones o adiciones no deseadas por la fuente de información que afectan a la señal. Puede consistir en distorsiones del sonido (radio, teléfono), distorsiones de la imagen (TV), etc.
- 6.-Receptor: decodifica o vuelve a transformar la señal transmitida en el mensaje original o en una aproximación de éste haciéndolo llegar a su destino.

El modelo da una mayor importancia a la información misma, sin considerar el significado o propósito de los mensajes, ésta teoría conceptualiza el término de información como el grado de libertad de una fuente para elegir un mensaje de un conjunto de posibles mensajes.

Maneja la comunicación en un sentido muy amplio ya que se pueden incluir, en diferentes contextos, de comunicación, por ejemplo en la mercadotecnia o cuando un político da un discurso, o cuando el profesor da clases, o cuando los

padres dan órdenes impositivas a sus hijos todos estos actores sociales excluyen los factores psicológicos que pueden intervenir e impactar al receptor.

2.4.2.2 Modelo de Wilbur Schramm

El modelo que propone Schramm hace referencia a la comunicación humana interpersonal en donde se pueden apreciar las funciones específicas de cada elemento (Fig.3) La comunicación es “el compartir una orientación con respecto a un conjunto informacional de signos” (Schramm, 1973, p.18).

Schramm, manifiesta que, para que este proceso pueda llevarse a cabo, es necesario que se cuente con un campo común de experiencias, que entre más grande sea éste dará lugar a una comunicación más eficaz, es decir que los signos y sus significados tienen que ser comunes, ya que eso avala la experiencia del individuo, el cual es el marco de referencia para que se pueda suscitar la comunicación entre un individuo o grupo.

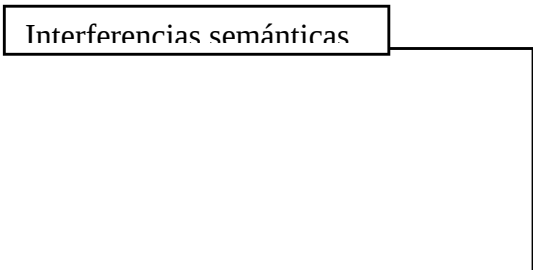
Los tres tipos de comunicación que se pueden dar en este modelo son:

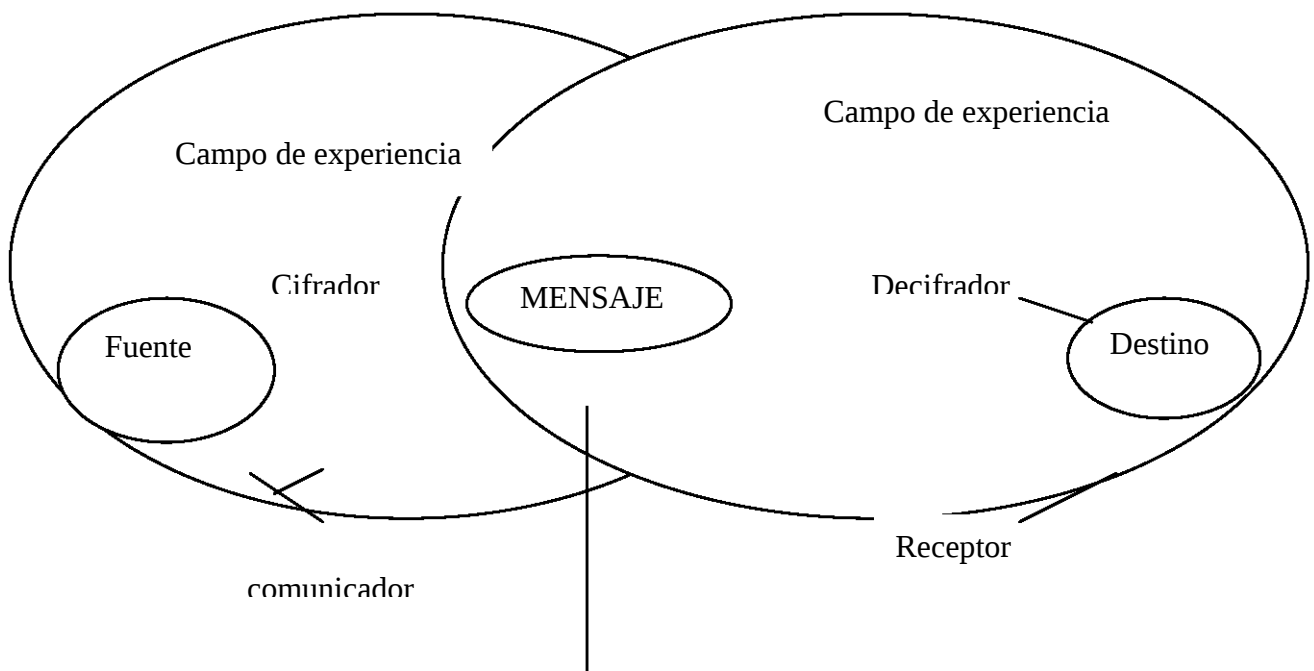
1. Incidental: consiste en enviar un mensaje al receptor, sin haber tenido la intención de hacerlo, y frecuentemente sin saber que se está haciendo.
2. Consumatoria: surge como consecuencia de un estado emocional o motivacional del individuo (alegría, tristeza, ansiedad) y es la mera expresión de estos estados.
3. Instrumental: lleva a cabo intenciones definidas (el emisor para el receptor) y variarán éstas por las reacciones que emita el receptor.

En la emisión del mensaje, en donde la interpretación de estos puede ser de significado connotativo dicho se refiere al contenido emocional y el significado denotativo señala el significado en definición, ambos contenidos se pueden manifestar en un solo mensaje.

Fig.3 MODELO DE WILBUR SCHRAMM

Interferencias semánticas





↓
Campo común de experiencias, mientras más grande sea,
la comunicación será más eficaz

Schramm, manifiesta que el mensaje es el producto de la comunicación ya que se ha tomado en cuenta el campo común de experiencias, y el cual toma en cuenta al código: grupo de símbolos que pueden ser estructurados de manera que tenga algún significado para alguien. El contenido es el material del mensaje seleccionado por la fuente para expresar el propósito. El grado de la eficacia de la comunicación dependerá de las experiencias similares del emisor y del receptor.

Sin duda este modelo toma mucho en cuenta el contexto en el cual se desenvuelven las experiencias, mismas que se adquieren sólo en base a la interacción y su grado de eficacia depende de las cosas comunes que compartan, además toma en cuenta los estados emocionales por los que atraviesa una persona al experimentar determinada situación.

Este modelo pese a que lleva más de 3 décadas nos da un panorama acerca de la importancia que juega la sociedad desde un punto de vista general, ya que los significados se adquieren mediante la misma. Fue un importante antecedente para Berlo, ya que posteriormente es el que logra integrar los elementos de Schramm con ideas propias y así es como surge el modelo que a continuación se presentará.

2.4.2.3 Modelo del proceso de comunicación de Berlo

Berlo supone que la comunicación constituye un proceso, es decir, una estructura cuyos elementos se interrelacionen en forma dinámica y mutuamente influyente. (Ver la Fig.4)

Se refiere a la comunicación, como un medio para influir y afectar intencionalmente en los demás con respecto la transmisión y recepción de mensajes los cuales son eventos de conducta que se hallan relacionados con los estados internos de las personas (citado por López & Simonetti 1984, p.90) concibe al hombre como un agente efectivo que le permita alterar la relación original que existe entre él y su medio que le rodea.

En el proceso de comunicación de Berlo se distingue en los siguientes componentes:

Fuente de comunicación: corresponde a una persona o grupo de personas con un objetivo y una razón para comunicar.

Encodificador: es el que toma las ideas de la fuente para ponerlas en un código (conjunto de símbolos estructurados, de tal manera que tienen el mismo significado: por ejemplo los idiomas.)

Mensaje: es el propósito de la fuente (emisor) el cual es expresado de alguna forma.

Basado en el modelo de Berlo, Armo amplía este componente con lo siguiente:

Código: es el conjunto de símbolos estructurados, que tienen el mismo significado para el emisor y para el receptor; (por ejemplo los diversos idiomas.)

Símbolos naturales: el humo, que es símbolo del fuego., o el propio fuego, que es símbolo de peligro.

Símbolos convencionales: son los símbolos creados por el hombre (por ejemplo las matemáticas)

El contenido del mensaje esta constituido por la información que transmite el emisor. De la afirmación anterior, automáticamente se deduce la diferencia que existe entre los conceptos de información y comunicación: ya que la comunicación se refiere a todo el proceso, mientras que la información es el contenido de la comunicación.

Canal: es el medio por el cual se transmite o se recibe un mensaje, el canal es definido por los sentidos, a través del cual el receptor puede percibir el mensaje transmitido.

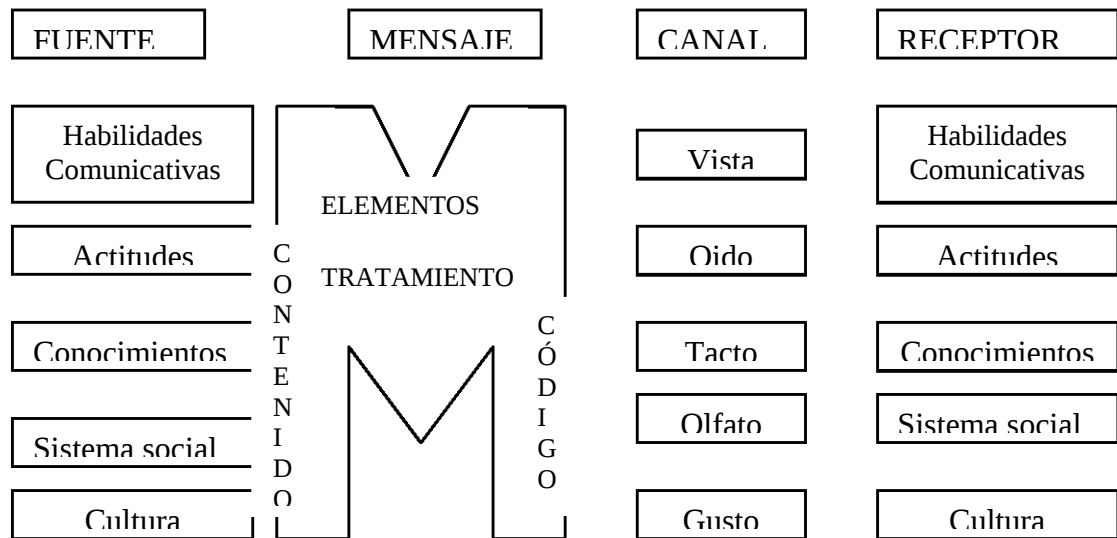
En la comunicación la palabra canal ha recibido por lo menos tres acepciones:

- ❖ Mecanismos de unión: son las habilidades en codificadoras y decodificadoras necesarias para establecer la comunicación, como son los mecanismos vocales, los sistemas musculares de la mano, del rostro y de las demás partes del cuerpo (que son mecanismos encodificadores “hablar”), así como las facultades sensoriales (que son los mecanismos decodificadores “escuchar”).
- ❖ Vehículos de transporte: se refiere fundamentalmente a los medios públicos de comunicación, tales como el teléfono, la prensa, la radio, el cine y la televisión. Transparencias, diapositivas.
- ❖ Medios de transporte: se refiere a los elementos en los que se desenvuelve el vehículo de transporte: ondas sonoras

Receptor: _corresponde a la persona o grupo de personas que son el objetivo de la comunicación.

Berlo, (citado por López y Simonetti, 1984,p.91) utiliza un término llamado fidelidad de la comunicación la cual se refiere como el “grado en el que el comunicador ha logrado afectar según su propósito al receptor” .

Fig. 4 MODELO DE LA COMUNICACIÓN DE BERLO



Como anteriormente se menciona, para que haya una adecuada comunicación debe haber necesariamente el receptor pero también, la fidelidad, que tiene que tener tanto la fuente como el receptor estas se distinguen en cinco factores:

1. Habilidades comunicativas: implica saber identificar lo que quiere expresar y para poderlo hacer con toda intención se debe contar con habilidades (dominio del lenguaje, habilidad verbal, escribir, pensar reflexionar.)
2. Actitudes: éstas se encuentran enfocadas en el emisor (fuente) y se divide en tres tipos:
 - Actitud del emisor hacia si mismo: el emisor debe ser seguro de comunicar.
 - Actitud del emisor hacia el mensaje: el emisor debe comprender y estar convencido de su mensaje.
 - Actitud del emisor hacia el receptor: cuando el receptor se da cuenta que el emisor realmente lo aprecia, se halla más dispuesto a aceptar lo que le dicen.
3. Conocimiento: se refiere al nivel de conocimiento que posee el emisor con respecto al tema de su mensaje, como al proceso de comunicación en si mismo (si el conocimiento es mayor, la fidelidad lo será de igual manera.)

4 y 5. Sistema sociocultural; se refiere a la ubicación, tanto del emisor como del receptor, en un contexto social y cultural determinado, ya que esta posición condicionará los roles que desempeña, su estatus, prestigio etc. Berlo manifiesta que esto incide en la forma en que el emisor se va a dirigir.

El modelo propone que si se tiene una fidelidad, esta se verá en la respuesta la cual será la retroalimentación para el emisor, esta retroalimentación permitirá al emisor controlar el tipo de mensaje que envíe el receptor para así lograr su propósito original.

Es así como se puede explicar, que mediante este modelo, todo comunicador tiene una imagen de su receptor, ya que prevé posibles respuestas e intenta predecirlas antes de que ocurran. Por lo cual la comunicación, en este modelo, es un proceso en donde se polariza hacia el lado del emisor, ya que se tiene la intención de un propósito el cual es producir una respuesta específica en los demás.

La importancia que da este modelo al canal de comunicación cobra relevancia debido a que comúnmente se da por hecho que se conocen dichos canales, minimizando su importancia, según estudios realizados acerca de la comunicación las palabras que usamos cuando hablamos apenas impactan en 15% de la atención de la persona que escucha, el tono de voz en 28% y los gestos en 57%. Las personas que están envueltas en un conflicto comunicacional, como son la distancia-rebeldía, la desconfianza, los celos etc., no están concientes de lo que dicen, del tono de voz ni de sus gestos". Ocampo(2000, p.35); por su parte Blander y Grinder (1996) insisten en que la capacidad de percibir y detectar es algo aprendido y se puede hacer cada vez mejor , e insisten en que los sentidos no son simples receptáculos pasivos de toda la información externa sino que necesariamente hay una selección de ésta ya que uno aprende a elegirla activamente, de modo útil y provechosa; los autores manifiestan que debemos de percatarnos de ciertas dimensiones de la experiencia sensorial empleándolas como herramientas "claves" de acceso, para comunicarnos con mayor eficacia.

El contenido del modelo es adecuado ya que da a conocer las habilidades con las que se debe contar para poder emitir un mensaje prestando a su vez importancia a los factores que intervienen en la comunicación.

Velasco (1996) manifiesta que la comunicación eficaz se logra cuando las personas son capaces de transmitir información de uno mismo y a su vez procesar la de la gente que esta alrededor, de forma adecuada y oportuna. Esto nos da a entender que la comunicación es bidireccional en donde cada factor de la comunicación es importante, ya que para exista la comunicación debe haber interacción.

2.4.2.4 Enfoque interaccional de la comunicación

El presente enfoque se concibe como una nueva forma de conceptuar el comportamiento humano lo cual representa un “modelo de la comunicación humana” como lo manifiesta López y Simonetti, (1984), estos mismos autores hacen una recopilación de los principales postulados de este enfoque ya que son considerados de gran relevancia en diversas áreas de la Psicología destacando su carácter circular de causalidad en la comunicación. La definición de comunicación sugiere que un individuo no comunica participa en una comunicación o se convierte en parte de ella es decir debe entenderse a nivel transaccional (Watzlawick, 1971, citado por López y Simonetti, 1984)

El enfoque tiene las siguientes bases:

1. Cibernética y teoría general de sistemas
 2. Orientación de reglas de la comunicación
 3. Teoría de los tipos lógicos
 4. Teoría de grupos
- Cibernética y teoría general de sistemas

La cibernética tiene como base un mecanismo de control básico (retroalimentación) controla la acción con el propósito que sea eficaz, llevando esta información al campo de la comunicación, la retroalimentación es básica en dicho proceso; por otro lado en cuanto al sistema, es el conjunto de objetos en donde se relaciona el objeto con el atributo, es así como se maneja el concepto de sistema interaccional, en donde el objeto es la persona que se comunica con la otra y el atributo es el comportamiento, es así que ambos mantienen unidos al sistema.

Un "sistema puede ser abierto y ordenado en jerarquías, intrapersonal, diálogos internos, familia, comunidad, ciudad, la propiedad radica en la totalidad es decir son inseparables coherentes y se interrelacionan" (López & Simonetti, 1984), ya que un cambio provoca otro cambio en todos los demás y en el sistema total, por lo cual la interacción es el patrón de las secuencias comunicativas recíprocas e inseparables de sus participantes que son claramente observable en el aquí y en el ahora.

La causalidad circular que maneja el sistema se manifiesta en la interacción, un comportamiento causa otro, y estos se van retroalimentando (mecanismo de control), esta retroalimentación es indica el flujo circular de la información, ésta va a ser registrada en las acciones lo cual permitirá controlar y corregir acciones futuras, los sistemas interpersonales entonces se entienden como circuitos de retroalimentación.

La equifinalidad, explica el comportamiento del sistema, dado el estado actual en que se encuentra (Ib); es decir preside sobre el origen de los problemas humanos que persisten solo si son mantenidos por los sistemas de interacción actuales (Ib), también manifiesta que un cambio final favorable "puede ser alcanzado desde condiciones iniciales diferentes a través de diversas vías de desarrollo" (Ib). Es así que la retroalimentación juega un papel importante dentro del sistema en el cual se da la comunicación.

- Orientación de reglas de comunicación

La interacción es como una secuencia de movimientos estrictamente gobernados por reglas.

Es así que cada uno de los participantes en la comunicación corresponde al otro en donde las reglas se manifiestan inevitablemente ya que ésta es una

fórmula para relacionarse; estas reglas son normas , las cuales son mecanismos homeostáticos que guían el comportamiento y pueden ser delimitadas o reforzadas, es decir nos comunicamos y relacionamos según reglas pero no nos percatamos de las reglas que guían el comportamiento ya que no percibimos explícitamente las reglas que sigue nuestra comunicación cuando es eficaz y las que viola cuando es perturbada (Ib)

- Teoría de los tipos lógicos

Esta teoría da un orden jerárquico riguroso en los niveles de abstracción, es decir, cada persona está capacitada para obtener información acerca de a qué objeto puede o no aproximarse, Bateson, manifiesta que existen niveles de aprendizaje, las personas no solo aprenden conexiones, contenidos o tareas específicas, sino tan bien aprenden a aprender. En la comunicación la persona comunica como debe de ser entendida la información y también esta es capaz de interpretar para comprender los mensajes, esto le va a permitir definir marcos o premisas psicológicas dentro de los cuales deben ser entendidos los problemas de una persona, permitiéndole funcionar mejor.

- Teoría de grupos

Esta teoría hace referencias hacia las relaciones interpersonales en donde explica la interdependencia observada entre la persistencia y el cambio de los problemas en la que se pueden verificar una serie de cambios al interior del grupo sin que se altere o cambie la naturaleza constante de éste, para esto se proponen tres postulados:

1. Invarianza: son determinadas situaciones en que cualquier intento por lograr un cambio desde dentro del grupo solo contribuye a perpetuar y complicar el problema.
2. Combinación: es la puntuación de la secuencia de los hechos en donde se dan las interacciones circulares dando por hecho que no hay un origen por que hay un continuo.
3. Inverso e identidad: intenta un cambio realizando aquello que parece ser lo opuesto a lo que se venia intentando y sin embargo la situación global en nada cambia.

Indudablemente este enfoque suministra un panorama de varios factores que intervienen dentro de la comunicación y que muchos de los modelos no los

muestran, así mismo estos aspectos dan una amplia explicación ya que además de las bases que manifiestan proponen cinco axiomas los cuales se pueden llevar tanto a la comunicación intrapersonal como a la interpersonal. A continuación se explicaran de manera general los cinco axiomas con su respectivo trastorno de comunicación asociado.

Primer axioma: La imposibilidad de no poder comunicar parte de la premisa de que todo comportamiento en una situación de interacción tiene un valor comunicativo (comunicación verbal y no verbal) y en una situación interpersonal todo comportamiento influye sobre los demás y a su vez responden a tales mensajes comportándose y comunicando también (interpretación).

Transtorno: el negar comunicarse puede constituir una perturbación que se genera al violar alguno de los axiomas de la comunicación, presentándose cuando las personas se comprometen en una serie de actitudes para no comunicarse con el otro (descalificaciones, cambios de tema, respuestas monosilabicas, malos entendidos, contradicciones, etc.). Éstas actitudes permiten creer que nuestra comunicación no tiene sentido alguno, ni valor comunicativo tampoco; “todas estas maniobras (actitudes) constituyen intentos de no comprometerse aparentemente en una relación y de negar también que las negativas a comunicarse constituyen una comunicación en si mismo”. (López y Simonetti, 1984, p.166)

Segundo axioma: Los niveles de contenido y relación de la comunicación: en este axioma se concibe el nivel de contenido en cuanto al aspecto del mensaje (información) y el nivel de relación de la comunicación se refiere a los participantes de dicha comunicación (emisor y receptor); también se incluyen otros niveles dentro de este axioma tal como el metalingüístico mensaje implícito o explícito acerca de la codificación lingüística realizada al enviar el mensaje; en cuanto al nivel meta comunicativo: es aquel el que se incluye todo el mensaje implícito y explícito acerca de la relación que se establece entre los hablantes incluye todo el mensaje acerca de la relación que se establece, e interviene los gestos , posturas etc.. Por último el nivel

meta.metacomunicativo: se representa por el contexto éste indica como deben ser “interpretados” dichos mensajes .

Transtorno: se caracteriza por una constante lucha acerca de la relación y el aspecto de contenido pasa a segundo plano; es así que los participantes no concuerdan con respecto al contenido de su comunicación, ni a la definición de su relación

Si hay un desacuerdo en el nivel de contenido pero de acuerdo en el nivel relacional, “los desacuerdos se pueden resolver a nivel de información contrastándolos con la realidad” López & Simonetti, (1984). Sin embargo si se presentan acuerdos en el nivel de contenido pero no en el relacional puede amenazar la estabilidad de la relación puesto que cuando deja de existir la necesidad de acuerdo en el contenido se pone en evidencia el desacuerdo en cuanto a la relación.

López & Simonetti, (1984) manifiestan que “las personas necesitan comunicarse con otras con el propósito de construirse un si mismo, más allá del intercambio de información, es probablemente éste el gran objetivo de la comunicación” (p.189) en donde la similitud entre la visión que uno tiene de si mismo y la visión que el otro tiene de uno, determina, más que cualquier cosa la naturaleza de la relación que se tendrá y la posibilidad de desarrollar una identidad y ser comprendido”

Tercer axioma: Comunicación digital y analógica; en cuanto a la comunicación analógica incluye eventos del mundo expresados mediante una semejanza a la estructura similar del objeto representado, y se conserva y repiten de alguna manera las relaciones formales del fenómeno representado, fotografías, mímica etc., estas expresiones proponen un tipo particular de relación que el otro puede aceptar, rechazar o definir, se refiere más en términos de comportamiento. En cuanto a la comunicación digital es la expresión de un conjunto de signos arbitrarios que no guardan ninguna semejanza estructural con un objeto o evento (comunicación verbal).

Transtorno: estos se pueden originar de cómo se pasa de una comunicación digital a una comunicación analógica como ejemplo, citaré el mismo que López & Simonetti explican “Cuando no soy capaz de decir que: no quiero estar aquí, y

esto se transforma en un desmayo" (p.191) este regreso de lo digital a lo analógico es una de las consecuencias por la incapacidad de comunicar lo que pensamos o sentimos, con la simple expresión mediante las palabras. Esto puede bloquear nuestros aspectos relacionales.

Cuarto axioma: Puntuación de la secuencia de los hechos; se refiere a la relación de dependencia mutua y circular, aquí se dan los intercambios comportamentales en los cuales se puede estar de acuerdo o no, lo cual permite organizar los propios comportamientos y el de los demás.

Trastorno: el principal trastorno se origina en que uno de los participantes no maneja la misma cantidad de información que el otro, pero este lo ignora, lo cual puede causar malos entendidos, las personas "olvidan que hay tantas versiones en el mundo como personas que existen", genera una serie de conflictos interaccionales en los cuales cada uno de los miembros de la relación sostiene que cualquier puntuación de la realidad distinta a la propia, tiene que deberse necesariamente a la mala intención o irracionalidad del otro" (López & Simonetti, 1984, p.192); esta afirmación se puede deber a la diferente percepción de las inadecuadas interacciones experimentadas. Estos mismos autores dicen que se puede dar la profecía auto cumplida la cual es aquella conducta que provoca en los demás una reacción, ésta genera un patrón de relación repetitiva obligando a los demás a adoptar una posición complementaria en la cual refuerza mutuamente la puntuación que los miembros hacen de su relación esta puede ser positiva o negativa dependiendo del contexto, un ejemplo sería "cuando un adolescente parte de la premisa: "nadie se fija en mí" y se comporta de manera retraída y pasiva en las reuniones sociales (por ejemplo sentándose en un rincón, no habla una palabra, permanece cabizbaja, etc.) Lo más probable es que ante semejante comportamiento los demás reaccionen con indiferencia, no fijándose en ella y cumpliendo así la profecía que la adolescente había hecho de sí misma" (López & Simonetti, 1984, p.193). Es así que la puntuación depende del proceso circular y recursivo con el que cuentan además de la naturaleza de la relación entre los participantes.

Quinto axioma: Interacción simétrica y complementaria, en la interacción simétrica se refiere a que todos los participantes intercambian el mismo tipo de comportamiento, y la complementaria se establece cuando dos personas intercambian diferentes tipos de comportamientos, en donde uno es superior y el otro es inferior, sin embargo en la última no existe una posición mejor o peor que otra sino solo dos posiciones diferentes que se interrelacionan.

Trastorno: ocurre más en la interacción complementaria ya que se puede dar la competencia y esto puede provocar frustración y desgaste emocional.

Los intercambios simétricos o complementarios sirven como mecanismos homeostáticos que equilibran entre si y estabilizan la relación.

El enfoque interaccional de la comunicación es vasto y esto es lo que lo hace completo ya que tiene sentadas las bases de los procesos que intervienen en la comunicación de manera completa, desechando la idea de que la comunicación debe de ser solo unilateral.

Sin duda alguna este enfoque contribuye a los propósitos de esta investigación, ya que da un amplio panorama de cómo se mueve el individuo dentro de su medio y como este a su vez influye sobre él mismo, la comunicación a pesar de ser fundamental en los seres humanos, no se sabe como manejarla ya que en su más simple nivel la comunicación ocurre cuando la gente interactúa para compartir información y sentimientos para el beneficio de todos, sin embargo, la eficacia de la comunicación puede ser entorpecida y disminuida por una serie de complejos factores tales como, la comunicación defensiva o la incapacidad para revelar los auténticos sentimientos. Las comunicaciones más cruciales de la vida ocurren en situaciones tan comunes que, con frecuencia ni siquiera se piensa que en ellas se involucren habilidades para la comunicación.

De esta manera se concluye que: la comunicación involucra todo un proceso complejo y si no se tiene conocimiento de las habilidades con las que se deben contar, ciertamente pueden surgir problemas personales experimentando incapacidad para manifestar lo que se piensa atentando a su vez con la convivencia armónica dentro de esta sociedad.

2.4.3 Concepto de Comunicación

El Enfoque Interaccional de la Comunicación sin duda es el que tiene un vasto análisis acerca de dicho término, por lo cual para los propósitos de este trabajo se tomará en cuenta junto con la definición Hybels (1983), ya que se complementan.

La comunicación sugiere que un individuo no comunica “participa” en una comunicación o se convierte en parte de ella y debe entenderse a nivel transaccional.

Por otro lado Hybels (1983.p.16), manifiesta que “la comunicación subraya la necesidad de compartir en términos iguales, en un proceso caracterizado por la franqueza, espontaneidad, carencia de pretensiones, intensidad y la responsabilidad de una persona por la otra”.

2.4.4 Niveles de Comunicación

La comunicación se pueden dar en diferentes niveles, los cuales constatan el tipo de relación que se desea dependiendo de la profundidad del riesgo que se corre y el compromiso que se establece con los demás al comunicarse, esto se puede presentar en los siguientes niveles:

1. Nivel neutro: en este nivel se establece la comunicación mas superficial, la intimidad es cuidada con mecanismos de defensa que impiden a otros penetrar en el mundo de los valores, aspiraciones sentimientos, vivencias, actitudes de vida etc.; si se lleva este tipo de comunicación las relaciones inevitablemente serán superficiales ya que la personalidad se desenvolverá sin los riesgos de un compromiso con los demás.
2. Nivel exterior: este nivel se caracteriza por la comunicación en el entorno, en este caso se habla de algo o de alguien pero no de uno mismo evitando algún riesgo sobre si mismos; se dan conversaciones acerca de política, problemas sociales, del tiempo etc.
3. Nivel interior: este nivel afecta directamente a la personalidad, ya que supone alguna manifestación de nuestra intimidad que puede ir de menor a mayor profundidad. En el ámbito de la intimidad se ubican

experiencias de trabajo, intereses profesionales o personales, gustos y pasatiempos, relaciones familiares o de amistad entre otras. (González 1991)

El nivel superficial o neutro involucra en el adolescente y en cualquier persona en general una mayor comodidad ya que se evita el compromiso para con los demás y paralelamente se evita un riesgo sobre sí mismos por lo cual se evita la realidad, la cual se basa en los siguientes principios:

- ❖ los sentimientos y las emociones: lo que sentimos hacia los otros, hacia nosotros mismos, los acontecimientos que se pueden suscitar en base a ello.
- ❖ Los valores: como valoramos al mundo y a las personas, Basados en una jerarquía personal de valores.
- ❖ Las experiencias vitales: nuestra la historia íntima con éxitos y fracasos; los deseos y esperanzas; que se esperan de la vida y el plan que se construye en base a nosotros mismos y la historia personal.
- ❖ Las actitudes ante la vida: se refiere a las actitudes fundamentales ante la vida que definen la personalidad y explican el por qué de nuestras relaciones. (González 1991)

todos estos procesos intervienen dentro de la comunicación; en las relaciones superficiales solo llevan a relaciones efímeras experimentando una sensación de vacío, si bien las relaciones interiores implican un riesgo y compromiso, nos alimenta nuestra estima personal haciéndonos más definidos y libres como lo menciona López & Simonetti, (1984) la similitud entre la visión que uno tiene de si mismo y la visión que el otro tiene de uno , determina más que cualquier otra cosa la naturaleza de la relación que se tendrá y la posibilidad de desarrollar una identidad y ser comprendido. De las condiciones anteriores se deduce entonces que para poder comunicarse de manera eficaz, depende de la actitud habilidades o cualidades con las que se cuentan, del autoconocimiento y la actitud personal para poder explotar y potenciar las habilidades de comunicación.

2.4.5 Comunicación intrapersonal

En continuidad con lo anterior Gonzáles (1995, p23) define a la comunicación intrapersonal como “conciencia refleja o reflexión, comunicación consigo mismo”

Todos comenzamos la vida básicamente con la misma estructura corporal, sin embargo existe un gran número de diferencias individuales, dentro de este conjunto de características; no tenemos capacidad idénticas para captar el mundo que nos rodea, es así que la interpretación de lo que sentimos es distinta para cada individuo

Scott y Powers, (1985) manifiestan que si bien hay ciertas facetas de la estructura física que se hereda de nuestros padres y que forman parte de la identidad personal y a medida que las conocemos, aprendemos a evaluarlos y saber como los evalúan otros, es así como se procede a aceptar o cambiar las percepciones y las de los demás, respecto a estos rasgos. Es de esta forma que cada uno, se convierte en un individuo en todos los sentidos de la palabra y únicos en percepciones de si mismos y del mundo que nos rodea, sin embargo, se tienen en común muchas cosas, lo cual permite la identificación con otros.

A continuación se presentan algunas concepciones acerca de lo que se tiene en común como seres humanos:

1. Todos, tienen la inclinación a evitar lo que perciben como doloroso y buscar lo que perciben como agradable.
2. Todos los seres humanos tienen un sistema de necesidades inherentes con distinto nivel de satisfacción
3. Consistencia interna (percepción de mismos y como gustaría ser percibidos) (Ib)

Estos supuestos permiten visualizar e interpretar el porqué la gente se comporta de una forma, y esta dependerá en base a alguno de estos puntos o

a todos, lo cual ejercerá una gran comprensión sobre el estado psicológico y por ende sobre el sistema de identidad.

Por tanto el concepto total del propio “ser” se compone por lo menos de tres elementos:

1. Identidad personal: la perspectiva que cada uno de nosotros tiene de si mismo
2. Identidad social: la perspectiva que cada uno tiene sobre la visión de los demás y sobre nosotros mismos
3. Identidad ideal: la perspectiva que cada uno de nosotros quisiera que el mismo y los demás tuvieran de él.

✓ *Identidad personal*

La identidad personal es lo que uno cree que es, esta constituida por percepciones concientes o inconscientes que tenemos de nosotros mismos, donde las percepciones se toman del entorno y pueden incluir evaluaciones de rasgos físicos o evaluaciones de habilidades físicas o cognitivas, como valores, creencias, actitudes y opiniones; también algunos elementos de la identidad personal están profundamente arraigados por ser de enorme importancia y éstos pueden ser muy difíciles de cambiar; se proponen cuatro principios motivadores de la vida: valores, ética, cultura y actitudes; también manifiestan que luchamos por mantener un cierto grado de equilibrio en términos de evaluaciones personales de los distintos elementos que componen nuestra identidad personal, es decir se reconocen las limitaciones y se compensan haciendo evaluaciones internas positivas de si mismos descuidando algunas veces los aspectos negativos más notables es decir se tiende a ignorar los aspectos negativos de la identidad personal.

A si mismo lo que pensamos que somos y nuestras experiencias con otras personas de cualidades similares proveen el marco de conducta comunicativa que practicamos para nosotros mismos y para los demás. (Ib.)

Por lo anteriormente dicho es posible afirmar que la forma de pensar de los adolescentes depende de sus propias evaluaciones si éstas son positivas o

negativas y del ambiente en el que se desenvuelve, si estos son favorecedores o no, sin embargo para lograr un bienestar personal para el adolescente, depende mucho de él mismo en donde él puede ser agente de su propio cambio para mejorar los aspectos negativos de su forma de ser y potenciar los positivos para así tener un mayor impacto tanto en su propia comunicación (saber que es lo que piensa, siente, y quiere), como en la comunicación interpersonal.

✓ *Identidad Social*

Este tipo de identidad hace referencia a la percepción de cómo perciben los demás nuestra identidad es decir lo que pensamos que los demás piensan de uno, lo cual cobra importancia ya que en base a ello se pueden seleccionar las conductas comunicativas, utilizando nuestra percepción que tienen las personas significativas en nuestra vida para de esa forma entablar comunicaciones adecuadas o positivas.

✓ *Identidad ideal*

Son los objetivos a alcanzar para satisfacer necesidades, en determinada situación, y en la medida en la que se trabaje en las actividades diarias se trata de alcanzar un punto de consistencia entre la identidad personal y la identidad ideal; sin embargo la identidad ideal se debe basar en la realidad ya que la satisfacción psicológica que se obtiene alcanzando metas intermedias aumentará la oportunidad de conseguir el objetivo, y la inconsistencia que inevitablemente resulta de los pequeños fallos no será desastrosa.

Por tanto la identidad ideal es una herramienta para formar metas y para ser una fuente motivadora, sin embargo es preciso que sean metas a corto plazo y en niveles y de esta forma se reafirme la identidad personal para entablar adecuadas comunicaciones interpersonales.

2.4.6 Comunicación Interpersonal

Steward y D' Angelo (1975), citado por Scott y Powers (1985, p.48) piensan que "la comunicación se hace interpersonal cuando los individuos se sienten a

gusto compartiendo su humanidad” (p.48), es decir, la comunicación interpersonal se presenta cuando se interactúa o participa con otra persona. En ésta se van a dar intercambios de información, este tipo de comunicación se refiere inicialmente a características más superficiales de los comunicantes y se hace más fuerte a medida que pasan por las fases de conocimiento, amistad e intimidad; y la relación va ser satisfactoria dependiendo si uno y el interlocutor están psicológicamente cómodos con el grado de satisfacción de necesidades y con el nivel de interacción que caracteriza la relación.

Para que se logren relaciones interpersonales adecuadas es necesario que haya de por medio un compromiso con la otra persona; (Ib.) mencionan algunas competencias que exige una comunicación efectiva:

- Tiempo: la comunicación interpersonal se desarrolla de manera ordenada y secuencial de niveles superficiales y no íntimos a otros más complejos e íntimos. Es decir el tiempo que le dediquen a las relaciones será decisivo para entablar relaciones más profundas y duraderas.
- Compromiso consigo mismo y con los demás: no es necesario despojarse de la propia individualidad en el esfuerzo de hacer los intercambios de comunicación interpersonal más gratificantes y efectivos, debe ser uno sensible a las necesidades y sentimientos de las personas con las que se comunica.
- Empatía: visualizar y relacionarse con la percepción del entorno que tienen otros. Para ser empáticos se debe de situarse en el lugar del otro buscando claves e interpretando como ven ellos al mundo, para poder entender su manera de ser.
- Revelación y confianza: la disposición de compartir algo de nosotros mismos según lo pidan las circunstancias. La tendencia a invitar a que nos manifieste los sentimientos o su forma de pensar de los demás sin ser correspondido disminuye la efectividad de la comunicación interpersonal.
- Reciprocidad: Implica adoptar conductas que faciliten la satisfacción de una necesidad particular, paralelamente se aumenta la probabilidad de que esa misma persona nos ayude a satisfacer exactamente la misma

necesidad. Este tipo de interdependencia, que une a los seres humanos entre si, hace del concepto de reciprocidad una parte esencial de la transacción de la comunicación.

Cuando haya una comunicación interpersonal, es necesario que se tengan habilidades para reconocer que otras personas tambien tienen necesidades, al negar esto, disminuimos la calidad de vida .

2.4.7 La comunicación y el adolescente

El tema de comunicación resulta básica y, específicamente en el adolescente, adquiere una gran importancia ya que en esta época de la vida se retiran los lazos amorosos de su infancia que lo unían con sus padres, ya no buscará la total aprobación de su familia, él pondrá en juego las habilidades que ha adquirido durante la formación de su identidad así como las de comunicación que le ha brindado su familia y que le seguirá brindando a lo largo de toda su vida.

Es necesario que el adolescente haga conciente la importancia que tiene la comunicación para poder establecer relaciones positivas, en donde la comunicación interpersonal será su campo de acción, por lo cual los adolescentes serán agentes de su propio cambio y responsables de potenciar sus habilidades para que logren una armonía tanto consigo mismos como con las personas con las que interactúen.

2.5 AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD

En la adolescencia el sentimiento de adecuación y de seguridad se origina a partir de sus propias realizaciones en donde generalmente éstas provienen de sus pares, ya que el integrar un concepto de si mismo y formar una identidad, surge invariablemente la cuestión relacionada con la autoestima.

La asertividad es la manera como el adolescente demuestra habilidades interpersonales, siendo la comunicación una herramienta que le permitirá poder desenvolverse de manera adecuada, por lo cual la Asertividad sin duda es la aplicación referente a su seguridad personal.

2.5.1.1 Concepto de autoestima

Pick y Vargas (2000) definen la autoestima como la valoración, opinión, los sentimientos que cada uno tiene acerca de si mismos de los propios actos, los propios valores y las propias conductas.

Por su parte Brissett (1972, citado en Monroy 2002), menciona que la autoestima comprende dos procesos socios psicológicos: la Autovaloración y la Autoevaluación. La Autovaloración se relaciona con el sentido de seguridad y de merito personal que un individuo tiene como persona, la Autoevaluación se refiere a como se dirige al desempeño de un papel en una situación dada, ésta tiende a variar de una situación a otra.

Sin embargo como lo menciona Manual Tipps (2001) La mayoría de los autores coinciden básicamente en que es el conocimiento de uno mismo, aceptarse física, mental y emocionalmente con cualidades y limitaciones; apreciar nuestro valor por el hecho de ser seres humanos; además la capacidad de sentirse confiable ante uno mismo, y para actuar con responsabilidad y asertividad ante los demás. Por lo tanto la autoestima es un concepto que abarca un sentido básico de valía, de ser competente y merecedor de felicidad, se entiende mejor como la suma de la autoconfianza, que refleja el juicio implícito que cada uno hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida.

Esta última concepción se considera más integrada revelando puntos estratégicos en los que se basa la autoestima que, finalmente son características que se busca tanto en los adolescentes como en cualquier persona.

2.5.2 Componentes de la autoestima

Los componentes de la autoestima son el “Autoconcepto, la eficiencia personal, el respeto por uno mismo, la confianza y el amor” Manual Tipps (2001, p.160).

- El desarrollo del Autoconcepto

Cada uno tiene una imagen de sí mismo que está formada por las experiencias propias, esta imagen se ha formando desde el nacimiento y está construida por lo que se piensa o cree de los éxitos o fracasos; de ahí surge el concepto que se tiene de sí mismo y que se denomina autoconcepto el cual se refiere específicamente a “el conjunto de ideas y actitudes de las que se tiene conciencia en un momento dado. (Hamachek, 1981, citado en García, 1999 p. 23).

Desde el aspecto evolutivo de la autoconcepto en la adolescencia se plantea lo siguiente:

1. Conforme avanza la edad, disminuye la tendencia a concebirse a si mismo a partir del exterior social y aumenta la tendencia a concebirse a partir del interior psicológico.
2. Conforme avanza la edad disminuye la tendencia a concebirse a si mismo en términos de vínculos interpersonales (la conexión de si mismo con otros específicos) y aumenta la tendencia a concebirse en términos de sentimientos y relaciones interpersonales (los sentimientos de uno hacia los otros y de otros hacia uno).
3. Conforme avanza la edad hay una disminución en la tendencia a concebirse a sí mismo en términos materiales específicos y concretos y se da un aumento en la tendencia a concebirse en términos abstractos y conceptuales.
4. Conforme avanza la edad disminuye la tendencia a concebirse a sí mismo de un modo global, simple y no diferenciado, y un aumento en la tendencia a concebirse como objeto complejo, diferenciado.(Rosenberg 1986, citado en García 1999)

De esta forma que el término de autoconcepto se ubica en autodescripciones abstractas, incluye el conocimiento de lo que se es, lo que se quiere ser y de lo que se debe ser, así la autoestima se presenta como la conclusión final del proceso de autoevaluación. (Cava, Misitu 2000, Manual tipsps, 2001)

- La eficiencia personal

La eficiencia personal es la “capacidad de pensar, entender, elegir y tomar decisiones, confiando en la facultad para entender la realidad, sin posturas de juicio y con la convicción de que se es capaz de aprender, al adquirir una actitud dominante hacía los desafíos de la vida”. Manual tipsps (2001, p.165).

Este componente permite a los adolescentes a actuar con eficiencia en sus interacciones, al ser capaz de:

1. Dar y recibir amabilidad, cooperación confianza y amistad.
2. Superar situaciones adversas, se llaman así que son desfavorables o van en oposición a lo proyectado.
3. Recuperase ante situaciones de pérdida
4. Actuar con responsabilidad y firmeza ante situaciones de presión

La eficiencia personal genera un sentimiento de control sobre la propia vida, permitiendo en el adolescente ser un sujeto activo, y no espectador pasivo en su proceso de desarrollo.

- El respeto por uno mismo

Este punto se alcanza cuando se esta convencido de la valía personal, esto se expresa en una actitud positiva y reafirmativa ante las necesidades, derechos, sentimientos y deseos propios. La necesidad de respeto es básica e ineludible, y se nutre de la confianza, la admiración y el sano orgullo hacia uno mismo basados en la realidad. Este respeto genera en el adolescente expectativas de:

- ❖ relaciones amistosas enriquecedoras.
- ❖ Relaciones amorosas constructivas
- ❖ Relaciones interpersonales respetuosas.

Por lo cual cada uno es el resultado de una complicada red de experiencias, conocimientos, actitudes y valores que en conjunto ayuda a definir y a explicar quienes somos, tanto a nosotros mismos como a los demás.

2.5.1.3 Características de la autoestima

Sin duda alguna la autoestima representa para los adolescentes un asunto crucial, ya que sus experiencias sociales y su personalidad intervendrán en su nivel de autoestima. Rodríguez,(1988) propone en cuanto a la estima los siguientes elementos:

- ❖ Autoconocimiento: es conocer las partes que componen al yo , cuales son sus manifestaciones necesidades y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales es; conocer por que, como actúa y siente, al conocer todos estos elementos , que no funcionan aisladamente, sino que se interrelacionan para apoyarse el uno al otro, el individuo lograra tener una personalidad fuerte y unificada; si una de estas partes funcionan de manera deficiente, las otras se verán afectadas y su personalidad será débil y dividida, con sentimientos de ineficiencia y desvaloración.
- ❖ Autoconcepto: es una serie de creencias acerca de si mismo, que se manifiesta en la conducta.
- ❖ Autoevaluacion: es la capacidad interna para evaluar las cosas, considerándolas como buenas si son adecuadas para la persona, le satisfacen, interesan, son enriquecedoras, lo hacen sentir bien, le permiten crecer y aprender sin lastimar a los demás. Y evaluar como inadecuadas las que no le interesan, no le satisfacen, le hacen daño, y no le permiten crecer.
- ❖ Autoaceptacion: es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como las formas de ser y de sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Aceptar con orgullo las propias habilidades y capacidades, reconocer las fallas o debilidades sin sentirse devaluado.

- ❖ Auto - respeto: es atender las propias necesidades y valores para satisfacerlos. Expresar y manejar en forma conveniente, los sentimientos y las emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo lleve a sentirse una persona orgullosa de si mismo.
- ❖ Autoestima: esta es la síntesis de todos los pasos anteriores. (Citado en Ortiz 2002)

Los puntos anteriores son elementos y guías para tener una adecuada autoestima, ya que sin duda el conocer y reconocer las verdaderas habilidades y limitaciones, las virtudes y defectos, y a su vez incorporarse al terreno de la acción de manera positiva, puede favorecer al desarrollo del individuo, en este caso el del adolescente.

En cuanto a la diferenciación entre la autoestima baja y la autoestima alta, la primera se manifiesta, cuándo la persona se siente insignificante y se pasa la vida esperando que le ocurran las peores catástrofes, hasta que le ocurren, vive con el temor de ser pisoteada, menospreciada, abandonada, engañada, vive sus días aislada del mundo por lo cual experimenta una gran soledad, también tiene una enorme dificultad para comunicarse, cabe mencionar que se encuentra estrechamente relacionada con un pobre rendimiento académico/laboral y con diversos indicadores de malestar psicológico, tales como la ansiedad la depresión y otros trastornos.

En otro caso, el adolescente con autoestima alta, sabe diferenciar entre el mundo y las personas que le rodean, tiene confianza en sus capacidades, se caracteriza por su honestidad, su amor hacia si misma (o) y hacia los demás y por que se expresa con libertad. Demuestra integridad entre sus valores y sus acciones, entre lo que siente y lo que dice, entre su comunicación verbal y la no verbal, reconocen sus recursos, confía en su presente y tiene esperanza en el futuro, se acepta tal y como es, y al mismo tiempo desea mejorar y puede entender que no siempre es posible. (Pick 2000; García, 1999)

Branden, (1998) menciona que los seis pilares de la autoestima son:

- ✓ Vivir de manera conciente

- ✓ Aceptación de si mismo
- ✓ Experimentar y aceptar
- ✓ Responsabilidad de si mismo
- ✓ Autoafirmación
- ✓ Vivir con propósito y productivamente

2.5.1.4 Autoestima y adolescencia

La autoestima es un continuo, ya que se va desarrollando durante toda la vida, en el adolescente influirán tanto las experiencias externas (mensajes transmitidos tanto verbal y no verbalmente por padres, amigos, maestros, cultura etc.), como las internas (creencias, sentimientos, conductas), a través de la reflexión, llegará a un conocimiento de si mismo que le permitirá realizar un proyecto de vida a corto, mediano, y largo plazo que esté relacionada a una meta accesible a su realidad. (Manual Tipps 2001)

Por ello, es importante reafirmar en el adolescente su sentido de responsabilidad, su capacidad de comunicación, para que así logren autonomía y autocontrol lo cual se manifestará directamente en la mejora de la capacidad en la toma de decisiones y la solución de problemas, si se conocen y están concientes de sus cambios, crearan su propia escala de valores, y desarrollaran sus capacidades de aceptación y respeto a si mismos , se aceptarán y respetarán, y como consecuencia obtendrán seguridad, aunado al desarrollo personal y a una sana autoestima.

2.5.2. Asertividad

2.5.2.1 Origen y concepto de Asertividad

El concepto de Asertividad surgió en Estados Unidos de América a finales de 1949 y de esta forma, la Asertividad” se deriva del ingles, del el verbo “assert” que significa manifestar, expresar con fuerza, afirmar positiva, segura y plenamente; en nuestro idioma, la palabra “assertio-tionis” proviene del latín, y expresa el hecho de afirmar, sostener y dar por cierta y asentada una cosa.

Flores y Díaz (1993) mencionan a Andrew Salter (1949), autor del libro: "Conditioned Reflex Therapy", dicho autor describe las primeras formas de adiestramiento asertivo en donde en un principio, define a este concepto como un rasgo de la personalidad, sin embargo posteriormente, Wolpe (1958,1969), considerado como el responsable del desarrollo del concepto de Asertividad, y utilizado con mayor frecuencia, define el concepto como: la expresión de derechos y a la expresión adecuada dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad. De ahí que los individuos puedan ser o no asertivos.

En el campo de la Asertividad varios autores proponen definiciones:

"Actuar asertivamente significa hacer valer los derechos, expresando lo que uno cree, siente y quiere en forma directa, honesta y de manera apropiada, respetando los derechos de la otra persona" (Jakubowski y Lange, 1978, citado en Flores y Díaz 1993, p. 30)

"La Asertividad es la habilidad de expresar sentimientos, pensamientos y percepciones, de elegir como reaccionar y de hablar de los derechos propios cuando es apropiado, esto con el fin de elevar la autoestima y de ayudar a desarrollar la autoconfianza para expresar acuerdos y desacuerdos cuando se cree importante, e incluso pedir a otros un cambio en su comportamiento ofensivo. (Aguilar, 1987.p.6),

"La Asertividad es una habilidad que esta estrechamente ligada al respeto y cariño por uno mismo y, por ende, a los demás." (Castanyer, 1996, p.12)

"Ser asertivo implica procesar sentimientos, reconocerlos y nombrarlos; aceptarlos y expresarlos. Es tomar decisiones, definir el problema, buscar alternativas de solución, evaluarlas y actuar. Es expresar las decisiones con firmeza, con seguridad y sin agredir a los demás y hacerse responsable de la conducta que se sigue y de sus consecuencias. (Manual Tipps, 2001, p. 176).

Flores y Díaz (1993p.31), manifiestan que en la mayoría de las definiciones de Asertividad siempre están presentes tres características generales:

1. el individuo tiene “derecho” a expresarse
2. es necesario respetar al otro individuo.
3. se espera que las consecuencias del comportamiento sean satisfactorias para ambos miembros de la interacción.

Cada definición nutre a la otra, las tres primeras definiciones plantean la conducta deseable en el adolescente o en una persona en general. En cuanto a la definición propuesta por Manual Tipps es adecuada para los propósitos del trabajo ya que describe plenamente como entrar en el terreno de la acción es decir, orienta y da los elementos para ser asertivos en cualquier situación, lo cual resulta significativa.

Por otro lado, es importante diferenciar, antes de continuar, que la conducta del individuo puede ser dividida en tres tipos, la conducta asertiva que inicialmente se planteo y que será el aspecto medular tanto de este tema, como del documento en general, por otro lado se encuentra la conducta pasiva o también llamada no-asertiva y por último la conducta agresiva. Estos tipos de conductas también se les suele llamar “Respuestas” Asertiva, pasiva o agresiva.

A continuación se expondrán las características de estos tres tipos de conducta.

2.5.2.2 Asertividad y sus componentes

Los elementos anteriores planteados de Asertividad, encaminan la introducción de la conducta asertiva, la cual resulta ser la más idónea, ya que es la que permite expresar o transmitir mensajes, sentimientos, creencias u opiniones de manera honesta, oportuna y respetuosa, como anteriormente se distinguió en las definiciones de dicho concepto, la importancia de dicha conducta, es establecer una relación de respeto mutuo, reconociendo y respetando los derechos tanto de la persona que emite el mensaje, como del receptor del mensaje. Uno de los principales componentes de la Asertividad son los que a continuación se señalan:

- El respeto a si mismo. Tener ideas positivas y constructivas de lo que se es, no reaccionar a todas las exigencias de los demás, valorar las propias necesidades, percibirse como un ser humano con capacidades y debilidades superables; inclinarse por el bienestar y la salud integral, dándole calidad al propio estilo de la vida.
- El respeto por los demás. Tener claro que cada persona tiene derecho a sus propias creencias; no etiquetar a las personas sin antes conocerlas; aceptar que los demás no saben actuar como se quisiera o espera.
- Ser directo. Desarrollar la capacidad de emitir un mensaje sin rodeos, con un contenido claro y, ante todo, respetuoso.
- Ser honesto: ser congruente con lo que se dice, se cree, se siente y se hace, sin faltar a la verdad, es necesario poner atención en no convertir la honestidad en agresividad disfrazada de sinceridad.
- Ser oportuno. Reconocer la mejor ocasión para expresar un mensaje, sin perder de vista los derechos asertivos. tener en cuenta el contexto, desarrollar un sentido de la oportunidad y prudencia para saber como decir las cosas y elegir el mejor momento, mantener firmeza en la transmisión del mensaje para negociar o aclarar una situación.
- Conocer las propias emociones. Estas juegan un papel fundamental en la comunicación; si dominan al individuo tal vez sus mensajes serán exagerados o demasiado suaves. Es mejor mantener el control de las mismas, para encausarlas de manera que no se acumulen si no qué, por el contrario, puedan servir como mecanismo protector en situaciones concretas.
- Saber escuchar. Es el primer paso para una buena comunicación. Requiere de un esfuerzo por comprender lo que los demás quieren transmitir.
- La congruencia entre el mensaje verbal y el corporal. Lo que se expresa, el tono de voz, el contacto visual, las gesticulaciones y la postura de nuestro cuerpo, deben tener una armonía.
- Ve y acepta la realidad
- Actúa y habla con base en hechos concretos y objetivos
- Toma decisiones por voluntad propia

- Acepta errores y aciertos
- Utiliza las capacidades personales con gusto
- No siente vergüenza de usar sus capacidades personales
- Es autoafirmativo, siendo al mismo tiempo gentil y considerado
- No es agresivo, esta dispuesto a dirigir así como a dejar que otros dirijan
- Puede madurar desarrollarse y tener éxito sin resentimiento
- Permite que otros maduren, se desarrollen y tengan éxito. (Manual Tipps, 2001; Aguilar 1988; Flores 1989; citado en García, 1999)

Sin duda estos componentes se relacionan directamente con la autoestima que cada persona posea, como lo afirma Rodríguez M, (1988) “El manejo de la Asertividad en la persona se da cuando ésta posee una autoestima alta, sabe perdonarse a si misma y tiene buen juicio, ser asertivo es ser conciente de si mismo, de la realidad de los sentimientos propios, y de su conducta.” (Citado en García, 1999, p. 74). Siguiendo esta idea Ocampo (2000) menciona que hay que aprender a conocernos, a escuchar a nuestro ser interno para tener la seguridad absoluta de que todas las estructuras de la personalidad mantengan su balance y su estabilidad, ya que estas son las bases del amor incondicional, el cual éste esta dirigido a promover la autorrealización o actualización personal.

Los componentes anteriores también hacen referencia a habilidades comunicativas, las que involucran, la comunicación verbal (componentes paralingüísticos como el volumen, el tono, la fluidez, la claridad y velocidad al emitir un mensaje) como la no verbal (mirada, expresión facial, postura corporal).

Considerando lo anterior, se observa que la Asertividad representa una compleja estructura, la cual si es debidamente reforzada se convertirá en una actitud y, por ende, en relaciones estrechas, cordiales y armoniosas.

Es así que los componentes de la Asertividad contienen puntos clave que debemos de manejar para poder tener una libre expresión, sin transgredir los derechos de las demás personas.

Aguilar, (1987), señala que los mensajes que proyecta una conducta asertiva son: “Esto es lo que yo pienso”,
“Esto es lo que yo siento”,
“Así es como yo veo la situación”.

Por otro lado Jakubowski y Lange (1978) enfatizan cuatro tipos de conducta asertiva:

1. Asertividad básica: se refiere a la expresión y afirmación de los derechos, las creencias y los sentimientos personales, conlleva la expresión de afecto o aprecio hacia otra persona.
2. Asertividad Empática: este tipo de Asertividad va más allá de una expresión de sentimientos o necesidades dado que implica la transmisión de reconocimiento de la situación o de los sentimientos de la persona.
3. Asertividad escalar: en este tipo inicia con el mínimo de respuestas asertivas que pueden involucrar emociones negativas y posibles resultados negativos. Sin embargo la idea encamina que se debe ser mas firme en defender los derechos, sin llegar a ser agresivo u ofensivo.
4. Asertividad confrontativa: es la descripción de manera objetiva a la persona, en lo que dijo, en como lo hizo, para confrontar los hechos.

2.5.2.3 Consecuencias positivas de la conducta asertiva

La Asertividad invariablemente implica mucho tacto y muchas habilidades como se ha ido revisando Fensterheim H y Baer J (1976, citado en Manual Tipps) manifiestan que el aprendizaje asertivo adopta la norma de:

- La experiencia del sentimiento por si solo no es suficiente.

- La expresión del sentimiento por si solo no es suficiente.

Estos autores señalan que el poder comunicar a otra persona los sentimientos, de modo directo, honesto y adecuado y preferentemente en el mismo momento en que lo sienten , el solo hecho de hacerlo puede convertir a la persona en un ser más vivo, más sensible, más conciente de los sentimientos propios y más abierta a los sentimientos de los demás, además a medida que el individuo incorpora el concepto de la experiencia de los sentimientos y conforme va dominando las conductas involucradas, llega a ser capaz de expresarse espontáneamente en cualquier situación. Aparte estos autores mencionan también que el entrenamiento en la Asertividad puede provocar en el sujeto sentimientos de falsedad y actitudes poco naturales. Sin embargo a medida que descubren su estilo propio y único de expresión, y ejercitan un nuevo modo de comunicación, se les ira haciendo más habitual, de tal forma que llegan a informar que ha ocurrido un enriquecimiento en sus emociones así como en sus expresiones emocionales proyectándose los cambios en sus actitudes hacia si mismos así como en la interacción con los demás.

2.5.2.4 Conducta No-Asertiva

Es la forma de expresión débil de los propios sentimientos, creencias u opiniones que al no responder a los requerimientos de la situación interpersonal que se enfrenta, permite que se violen los derechos de la persona (Aguilar, 1991, citado en Manual Tipps 2001, p.179). Así el individuo tiende a respetar a los demás pero no a si mismo.

Las causas de la conducta no asertiva son:

- La falta de control emocional (predominio del temor y la ansiedad), por querer ser aprobado por otros.
- Los mensajes sociales: "No seas egoísta", porque la regla es: "Dar muchas veces a los demás no cuenta, pensar de vez en cuando en mí, ya que me hace automáticamente egoísta". Es necesario hacer un análisis racional, justo y honesto de si mismos, ya que a veces la fuente del conflicto es la inflexibilidad, rigidez y "egoísmo" del otro.

- La persona piensa que "No vale lo suficiente", pues sigue creyendo que el nivel de valor está en función de los atributos o cualidades que posea.
- Falta de habilidad, como la falta de exposición a situaciones novedosas que provocan tensión.
- Ignorar los derechos como personas. (Ib)

Castanyer, (1996, p.26) explica el comportamiento externo, el patrón de pensamiento y los sentimientos y emociones que experimenta la persona que adopta este tipo de conducta:

* Comportamiento externo. Volumen de voz bajo, habla poco fluida, bloqueos, tartamudeos, vacilaciones, silencios, muletillas.

* Patrones de pensamiento. Consideran que si evitan molestar u ofender a los demás, son personas "sacrificadas", utilizan pensamientos como: lo que yo sienta, piense o desee, no importa, importa lo que tu pienses, sientas o desees", "es necesario ser querido y apreciado por todo el mundo" y experimentan una constante sensación de ser incomprendido, manipulado y no tenido en cuenta.

* Sentimientos y emociones.- Impotencia, mucha energía mental, frecuentes sentimientos de culpabilidad, baja autoestima, deshonestidad emocional (pueden sentirse agresivos, hostiles, pero no lo manifiestan y a veces no lo reconocen ni ante si mismos, pueden experimentar también ansiedad y depresión.

Este comportamiento desafortunadamente impide el enriquecimiento de la interacción social, así como del fortalecimiento de la autoestima, provocando inevitablemente efectos negativos tanto para si mismos, como para las demás personas, ya que no debemos olvidar que somos seres sociales y que de una o de otra forma interactuamos para cubrir necesidades básicas.

2.5.2.4 Conducta agresiva

"Es la forma de expresión de los sentimientos, creencias, formas de pensar y opiniones que pretende hacer valer lo propio, atacando o no considerando la

autoestima, dignidad y sensibilidad de los demás” (Aguilar, 1991, citado en Manual Tipps 2001, p. 181)

Las causas de la conducta agresiva son:

- Falta de control emocional: acumular enojo, inseguridad, temor y resentimientos.
- No reconocer los derechos de los demás ni los propios: tener poca o nula sensibilidad ante la dignidad y los sentimientos de los demás.
- Tener como antecedente una conducta no asertiva: no saber expresar los mensajes oportuna y constructivamente.
- Éxito en situaciones previas donde se utilizó la conducta agresiva:
- Errores en la forma de expresión: confundir lo que es ser sincero, franco y libre de expresión con ser inapropiado y ser agresivo.
- No tolerar la frustración: cuando no se ven cumplidas las expectativas que se tiene de alguna persona o acontecimiento. (Manual Tipps 2001, p 181).

Como se puede observar en este tipo de conducta se defiende en exceso los derechos o intereses personales sin embargo se defienden de manera no adecuada, a continuación se presenta el comportamiento externo, el patrón de pensamiento y los sentimientos y emociones que experimenta la persona que adopta este tipo de conducta:

Comportamiento externo._Volumen de voz elevado, a veces habla poco fluida por ser demasiado precipitada, habla tajante, tiende a hacer interrupciones, y utiliza insultos y amenazas, puede mantener contacto ocular retador, pone cara y manos tensas, adopta posturas que invade el espacio de otros, puede presentar conducta de contraataque.

Patrones de pensamiento._Piensan que si no se comportan de esta forma, son excesivamente vulnerables, no les interesan los pensamientos de los demás, sitúan todo en términos de ganar o perder.

Sentimientos y emociones._Pueden presentar ansiedad creciente, soledad, sentimientos de incompreensión, culpa, frustración, baja autoestima, sensación

de falta de control, enfado constante que extiende cada vez mas a personas y situaciones, sienten que son honestos ya que expresan lo que sienten y “no engañan a nadie” (Castamer,1996 p.26)

Este tipo de personas puede sufrir las consecuencias por esta actitud, consecuencias como rechazo o huida por parte de los demás, o puede crear un circulo vicioso donde fuerce a los demás a ser hostiles y así aumentar en ellos cada vez mas su agresividad. Por lo cual las relaciones humanas pueden enfrentar la desintegración o el rompimiento

2.5.2.6 Obstáculos generales para ser asertivos

En los 3 tipos de conducta se observaron las características que cada una tiene, en el caso de la falta de asertividad las principales causas por las que una persona puede tener problemas de asertividad son:

- a) La persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada. En esta premisa se afirma que la conducta asertiva se va aprendiendo por imitación y refuerzo, donde los modelos de comportamiento han influido demasiado.
- Se ha dado un castigo sistemático a las conductas asertivas. El castigo no sólo es un castigo físico necesariamente sino también recriminaciones, desprecios, prohibiciones, sanciones etc.
- Falta de refuerzo, suficiente a las conductas asertivas: esta falta de refuerzo puede restarle valor a la conducta asertiva como algo positivo.
- La persona no ha aprendido a valorar el refuerzo social. Es decir ante una sonrisa, alabanza, simpatía o muestras de afecto aquella persona no responderá a ninguna conducta que vaya encaminada a obtenerlos.
- La persona obtiene más refuerzo por conductas no asertivas o agresivas. Desafortunadamente al tímido se le tiene que estar ayudando brindándole atención y el agresivo ha aprendido que si grita más, más rápidamente conseguirá lo que quiere.

- La persona no sabe discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta.
- b) la persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial._ Esta afirmación se puede deber a que pudo haber tenido experiencias aversivas al ser asertivo, por lo cual experimentó sensaciones de ansiedad, en donde a partir de ese momento la respuesta asertiva se ve disminuida.
- c) La persona no conoce o rechaza sus derechos. El ámbito educativo fomenta y desarrolla, en su mayoría, aspectos cognitivos, en la familia la obediencia fiel se promueve, en la cultura de igual forma o en su defecto se fomenta la agresividad, no hay tiempo o espacio para fomentar habilidades afectivas que promuevan el desarrollo comunicativo humano, por lo cual se desconocen los derechos que tenemos o que tienen las demás personas.
- d) La persona posee unos patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva. Las creencias o ideas mentales negativas que se forman comúnmente basadas en hechos no reales, pueden ser un obstáculo para activar la asertividad.(Ib.)

Esta última premisa respaldada por Albert Ellis (Ib.) el cual delimita las ideas irracionales, llamadas así porque no responden a una lógica ni son objetivas, las cuales se exponen a continuación:

1. Es necesario para ser un ser humano ser querido y aceptado por todo el mundo.
2. Uno tiene que ser muy competente y saber resolverlo todo si quiere considerarse necesario y útil.
3. Hay gente mala y despreciable que debe recibir su merecido
4. Es horrible que las cosas no salgan de la misma forma que a uno le gustaría
5. La desgracia humana es debida a causas externas y la gente no tiene ninguna o muy pocas posibilidades de controlar sus disgustos y trastornos.

6. Si algo es o puede ser peligroso o atemorizante, hay que preocuparse mucho al respecto, y recrearse constantemente en la posibilidad de que ocurra.
7. Es más fácil evitar que hacer frente a algunas dificultades o responsabilidades personales.
8. Siempre se necesita de alguien más fuerte que uno mismo en quien poder confiar.
9. Un suceso pasado es importante y determinante de la conducta presente, por si algo nos afectó mucho, pues continuará afectándonos indefinidamente.
10. No debe de estar permanentemente preocupado por los problemas de los demás.

Aguilar (1987), complementa la información de los obstáculos de la Asertividad y hace referencia a factores como:

- Racionalización: son las razones (o yo las llamaría justificaciones), por las que elegimos no ser asertivos. (“de todos modos nada cambiaría”, “solo estoy siendo amable”)
- Socialización: se presenta cuando en nuestro medio se ha enseñado a actuar y a pensar de manera no asertiva, ya que se han internalizado muchos mensajes que inhiben la conducta asertiva (“no contradigas a tus padres” “no seas egoísta” “deja hablar a los demás”)
- Una reacción emocional inadecuada: miedo ,culpa, preocupación fuera de lugar (reírse en un velorio, “platicar en clase”)
- No aceptar nuestros derechos.
- Falta de conocimiento de lo que es y no una conducta asertiva: ya que se tiende a confundir la asertividad con la agresión, a No-asertividad con la amabilidad.

- Permitir la manipulación por parte de otros: por el hecho de quedar bien.

2.5.2.7 Derechos asertivos

- ✓ Ser mi propio juez, tomar la responsabilidad de mi vida.
- ✓ No justificar mis acciones y/o deseos.
- ✓ Preguntarse a sí mismo si puedo intervenir y responsabilizarme de buscar soluciones a los problemas de los demás.
- ✓ Puedo cambiar mi estilo de vida conforme voy creciendo.
- ✓ Soy responsable de mis actos.
- ✓ Puedo no saber sobre algunos temas.
- ✓ Puedo rechazar la buena voluntad de los demás, cuando me quieren manipular.
- ✓ Puedo tomar decisiones ilógicas para los demás.
- ✓ No tengo que adivinar los pensamientos, sentimientos, y deseos de los demás.
- ✓ No soy perfecto, pero si perfectible.

De acuerdo a lo revisado la asertividad resulta ser la aplicación de las habilidades comunicativas, donde la autoestima es un respaldo importante para abordar dicho tema, el cual es un elemento importante para las relaciones armónicas.

3. EXPERIENCIAS SIMILARES

La experiencia de otras investigaciones es sin duda una guía de aprendizaje, ya que proporcionan metodología, vivencias, resultados, etc., por lo cual a continuación se expondrá una breve revisión de algunas investigaciones, consideradas, debido a que algunas características relacionadas con la presente investigación.

Sin duda la comunicación implica interacción, y la maestra Ríos R. de la FES Iztacala, realiza y dirige investigaciones sobre interacciones sociales en con la población adolescente; ella implementó un entrenamiento asertivo en solución de problemas, para evitar embarazos no deseados, teniendo resultados efectivos, aún en el seguimiento de seis meses después de la intervención.

Fuentes, Carpintero Martínez, Soriano y Hernández (1997) , realizaron un análisis con adolescentes de entre 14 y 19 años, sobre la asociación existente entre variables de la personalidad (como expresividad, autoconciencia privada ,autoestima familiar , ansiedad social y habilidades de comunicación) y la autoestima en relación con los iguales y la intimidad experimentada con el mejor amigo (a), se utilizaron instrumentos como Personal Attributes Questionnaire, escala de autoconciencia , escala de autoestima de Hare, inventario de habilidades de comunicación, los resultados mostraron que tanto los chicos como las chicas, las habilidades de comunicación es la variable que por si sola predice un mayor porcentaje de la varianza en la autoestima con los iguales y en la intimidad con el mejor amigo.

Vogrin y Kassinove (1979, citado en Wielkiewicz,1999) dirigieron un entrenamiento asertivo con alumnos adolescentes, trabajaron 16 sesiones durante tres meses, el entrenamiento consistió en conferencias acerca de la naturaleza de la Asertividad , juego de roles de habilidades asertivas , o escuchar modelos autograbados de la falta de Asertividad, Asertividad o agresividad, se les pedía que desempeñaran distintos roles en situaciones hipotéticas , siempre contando con el asesoramiento y la enseñanza directa, del instructor, los resultados de la investigación revelaron que los sujetos que

participaban en el juego de roles evidenciaban mayores cambios positivos en habilidades asertivas

Flores y Díaz (1993) evaluaron el significado semántico de la asertividad y otros conceptos relacionados a estilos de interacción social, los resultados arrojaron que el concepto de asertividad se relacionaba con que algo es cierto, que hay certeza, que es correcto; se utilizó la palabra abnegación la cual se concibe como sufrimiento, bueno, madre, lealtad , otros conceptos utilizados fueron la agresividad, el enfrentamiento ,derechos, cortesía, lo interesante de este estudio, es que el significado psicológico del concepto es muy pobre, por otro lado la abnegación y la cortesía , presenta una riqueza conceptual mas amplia, los autores señalan , que esto es acorde con la cultura , ya que los conceptos que la definen son conceptos centrales en la filosofía del mexicano ubicados como formas adecuadas y socialmente deseable de encarar en las relaciones interpersonales, esta misma investigación encontró una relación en la que a medida que aumenta la escolaridad, se concibe más negativamente a la abnegación y a la agresividad , y mas positiva a la asertividad, la cortesía , la confianza en si mismos a si como los derechos. Por último concluyeron que es necesario tener una posición interaccionista, tomando a la personalidad del sujeto como tal, así como también el contexto situacional y por ende cultural, ya que la Asertividad estará determinada por ambos aspectos.

Díaz G.(1993), toma en cuenta los estudios realizados sobre Asertividad y establece una relación de la abnegación de la Asertividad, a través de sus estudios ha llegado a la conclusión que en México se encuentra una cultura abnegada y socialmente se espera que los demás sean igualmente abnegados (amables corteses, educados, cariñosos), concibiendo a la cultura mexicana como una cultura de amor, que sobrepone el amor o amistad por el poder , ya que el no abnegarse quebranta el mandato cultural, no abnegarse molesta y ofende al otro, no abnegarse puede provocar violencia en el otro.

En cuanto a los programas de orientación González y Granados , (2003) elaboraron una propuesta de orientación psicoeducativa para adolescentes a partir de su intervención anticipada, en donde observaron la necesidad de

promover temáticas como conocimiento de si mismo, responsabilidad ante la sexualidad, la prevención de la fármaco dependencia, así como la influencia de los medios masivos de comunicación teniendo, con el objetivo, el brindar información y promover la reflexión en base a las temáticas mencionadas, con la finalidad de prevenir conductas riesgosas tanto en el campo físico como emocional, por lo cual elaboraron un cuaderno de actividades para el adolescente y la crestomatía para el instructor , mostrando actividades totalmente planeadas.

Por otro lado Gil, (2002), utilizó la orientación educativa como medio para intervenir, en temáticas de : orientación educativa, y aprovechamiento escolar, proyecto de vida, incluyendo en éste tema la autoestima y los recursos como seres humanos , el ejercicio de la sexualidad y por último la elección profesional se utilizaron estrategias de enseñanza basadas en el constructivismo y utilizando como apoyo didáctico el libro de texto “Mi libro de segundo grado de orientación educativa de segundo grado” de Guerrero y Alcanzar, (1999), elaborado desde un enfoque humanista, la intervención se realizó en una secundaria con un grupo de 26 alumnos con un rango de edad de de 13 a 15 años trabajando dos sesiones de 50 minutos por semana durante 40 semanas, así mismo cabe mencionar que la institución brindo todo el apoyo a la investigadora, ya que al mismo tiempo se le permitía tener sesiones individuales, con los alumnos que requerían de mayor atención en el manejo de su autoestima, tratar asuntos administrativos , solucionar conflictos surgidos con algún profesor o dentro del mismo grupo.

Los resultados fueron alentadores ya que se observó un incremento en el promedio de calificaciones así como la disminución de los reportes de mala conducta, hubo un cambio de actitud en los alumnos mostrándose más respetuosos, comprensivos y tolerantes, con profesores, compañeros y padres.

Castillo (2004), diseñó y aplicó un taller vivencial de autoestima para adolescentes con el objetivo de promover y fortalecer la autoestima en los adolescentes de tal manera que surgiera en ellos , un interés por conocer más acerca de la misma propiciándola en su vida cotidiana, la intervención del taller se llevó a cabo en una secundaria de Santo Domingo con una duración de

ocho sesiones de 60 minutos cada una , la investigación no logro el objetivo planteado, ya que los adolescentes presentaban problemas de timidez, agresividad, falta de comunicación , que propiciaron la falta de participación durante las sesiones de trabajo, sin embargo notó en algunos cambios positivos en los resultados de la evaluación actitudinal.

CAPITULO II

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

❖ Propósito fundamental

Brindar al adolescente la oportunidad de conocer temáticas sobre comunicación y asertividad, mediante una enseñanza vivencial, con la finalidad que asimile la información básica paralelamente con la experiencia y le permita expresarse con seguridad y sin ninguna temor, haciendo valer sus derechos sin que infringir el de los demás.

❖ Objetivo General:

El objetivo fue implementar un taller teórico vivencial para la promoción de comunicación y Asertividad enfocado al adolescente, que permitiera fortalecer su desarrollo personal, haciéndolo responsable de si mismo, que le permita desarrollar relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas.

❖ Población destinataria

Los sujetos que participaron fueron 34 alumnos de primer año de secundaria, 21 del sexo femenino y 13 del sexo masculino con un rango de edad de 11 a 14 años. Pertenecientes a la secundaria diurna del turno vespertino en la Colonia Pedregal de Santo domingo.

❖ **Espacio de trabajo**

El taller teórico-vivencial se llevo a cabo dentro de las instalaciones de la Escuela Secundaria diurna del turno vespertino; el salón utilizado variaba en cada sesión, todos los salones cumplían con las siguientes características: contaban con un área de 6.68 por 7.23 metros cuadrados, cuenta con un escritorio y su silla correspondiente, aproximadamente 40 pupitres movibles (de madera, plástico o metal) por salón, un pizarrón de gis, un bote de basura; la ventilación cubiertas con rejas se ubicaba en la parte lateral, en la que algunas veces daba a la calle y otras a la explanada de la escuela. La ventilación e iluminación eran inadecuadas. La mayor parte del mobiliario se encuentra en muy mal estado.

❖ **Actividades principales**

- La revisión bibliográfica: fue una constante ya que se llevó a cabo desde que inicio el proyecto, hasta dos sesiones antes de terminar el programa de intervención.
- Selección de los instrumentos: en esta fase se realizó una revisión de instrumentos de evaluación que fueran adecuados para los propósitos de la investigación mismos que se utilizaron en la evaluación final.
- Evaluación inicial: después de haber seleccionado los instrumentos se aplicó el Cuestionario de detección de necesidades, la “Escala multidimensional de Asertividad” y la Escala de Autoconcepto “Yo soy”.
- Análisis de resultados: se valoraron los datos obtenidos de la evaluación inicial, de acuerdo a los lineamientos de los instrumentos; en el caso del cuestionario de detección de necesidades, consistió en obtener datos descriptivos.
- Elaboración y ajustes del programa: en esta fase se desarrollo el “Taller de promoción en comunicación y Asertividad”, delimitando los temas así como los objetivos perseguidos durante el proceso, sin embargo en ocasiones era necesario hacerle ajustes, por las características de los adolescentes.
- Evaluación final y cierre: para estas actividades se contemplo una sesión para el cierre y una sesión para la evaluación de los instrumentos finales.
- Elaboración del reporte de prácticas: paralelamente a las actividades anteriores se iba elaborando el reporte.
- NOTA: Cabe señalar que sólo se tomo en cuenta para el Diagrama de Gant las actividades “consideradas” relevantes para el reporte. sin embargo, es importante especificar que a parte de las actividades mencionadas se realizo:
 - o La presentación del proyecto a la escuela secundaria diurna, preparar.
 - o exponer un reporte solicitado por la secundaria de acuerdo al diagnostico inicial obtenido del grupo asignado (“1D”)

- o colaborar en una plática de infecciones de transmisión sexual (ITS), en la secundaria para profesores
- o participación en un taller sobre estrategias de manejo grupal proporcionado por el área educativa de la facultad de psicología.

Fases del Taller para la promoción de Comunicación y Asertividad

El taller se divide en cinco fases el cual consta de un total de 24 sesiones a través de las cuales se transmiten los contenidos a los alumnos.

Fase I: Integración grupal e información inicial (3 sesiones)

Sesión 1: Presentación e integración

Sesión 2: Presentación del taller de comunicación asertiva

Sesión 3: Distensión e integración grupal.

Fase II: Comunicación (6 sesiones)

Sesión 4: Identificar los componentes comunicativos

Sesión 5: Descubrir al emisor y al receptor

Sesión 6: Examinar tipos de mensajes

Sesión 7: Explicar la función de los sentidos

Sesión 8: Comparar la comunicación verbal de la no verbal.

Sesión 9: identificar la capacidad de diálogo.

Fase III: Autoestima (4 sesiones)

Sesión 10: Plantear la importancia de la comunicación con uno mismo

Sesión 11: Generalizar su concepto de autoestima

Sesión 12: Explicar la importancia de la autoestima

Sesión 13: Reconocer y valorar su capacidad

Fase IV: Comunicación Interpersonal (4 sesiones)

Sesión 14: Reflexionar sobre la comunicación interpersonal

Sesión 15: Explicar creencias acerca de la comunicación familiar

Sesión 16: Diferenciar los conflictos en la familia

Sesión 17: Identificar la importancia de la comunicación con pares.

Fase V: Asertividad (5 sesiones)

Sesión 18: Distinguir la conducta asertiva-pasiva-agresiva

Sesión 19: Comparar la conducta asertiva-pasiva

Sesión 20: Identificar las causas de la falta de Asertividad

Sesión 21: Conocer los derechos asertivos

Sesión 22: Resolver situaciones problemáticas.

Fase VI: Clausura del taller

Sesión 23: Cierre del “Taller de Comunicación Asertiva.

Sesión 24: Evaluación final.

❖ **Materiales , recursos e instrumentos**

<u>Materiales</u>	<u>Recursos</u>
Elaboración de material: mapas conceptuales, dibujos, cuadros sinópticos, tarjetones informativos, evaluaciones.	Rotafolios, sobres, hojas de colores, gises, cintas, globos, cartulinas revistas, pegamento, tijeras, pañoletas, maskin-tape, plumones revistas, pegamento, tijeras, pañoletas, maskin-tape, plumones Lápices, bolígrafos.

❖ **Instrumentos**

CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE NECESIDADES (VER ANEXO 2).

Elaborado en el área educativa por alumnas de semestres anteriores, bajo la supervisión de Lugo, G, (2003); cabe señalar que se modificaron algunos elementos, para que fuese adecuado aplicar para los alumnos de secundaria, y se realizaron los cambios bajo la misma supervisión.

Esta conformado por 9 apartados:

- I. Datos generales
- II. Área familiar,
- III. Área social
- IV. Área escolar
- V. Auto concepto,
- VI. Área de salud,
- VII. Sexualidad,
- VIII. Temas de tú interés,
- IX. Conocimientos previos.

Fuè aplicada con el propósito de conocer al alumno de manera general, así como de sus percepciones tanto de si mismos como de su entorno social, y en base a temas propuestos los alumnos manifiestan cual es de su mayor interés, permite evaluar conocimientos de sexualidad, asertividad, comunicación, por mencionar algunos.

ESCALA MULTIDIMENCIONAL DE ASERTIVIDAD. (VER ANEXO 3)

Elaborada por Flores, M. (1994), es un instrumento que mide la Asertividad, se compone de 50 afirmaciones y cuenta con opciones de respuesta tipo Likert. La escala cuenta con una validez de constructo obtenida a partir de un análisis factorial PA2 varimax. El instrumento mide cinco factores.

En la tabla 1 se muestra el número de reactivos que corresponden a cada factor. Las medias, desviaciones estándar y la Consistencia interna, obtenidas para cada uno de los factores de la escala multidimensional de Asertividad final para estudiantes.

Tabla 1.

Factores	No de reactivos	Media	Desviación Estándar	Alpha Conbach	de
----------	-----------------	-------	------------------------	------------------	----

<u>FACTOR I</u> ASERTIVIDAD	15	2.38	0.72	0.86
<u>FACTOR II</u> NO ASERTIV. EN EL AREA AFECTIVA	10	2.6	0.67	0.70
<u>FACTOR III</u> ASERTIVIDAD EN SITUACIONES COTIDIANAS	15	3.8	0.56	0.78
<u>FACTOR IV</u> ASERT. POR MEDIOS INDIRECTOS C/AUTORIDADES	3	3.3	0.89	0.58
<u>FACTOR V</u> NO ASERTIVIDAD EN EL AREA ESCOLAR	7	2.6	0.76	0.72

ESCALA DE AUTOCONCEPTO “YO SOY”. (VER ANEXO 4).

Elaborada por La Rosa (1994, citada en García, 1999), es una escala Diferencial Semántico y mide la percepción que una persona tiene de si misma, se compone de 8 dimensiones con 60 pares de adjetivos, cada par cuenta con un antónimo; la validez de constructo, se obtuvo a través del análisis factorial con rotación varimax y oblicua. En la tabla 2 se muestran los niveles de confiabilidad de la escala:

TABLA.2

DIMENSIONES	NIVELES DE CONFIABILIDAD
Sociabilidad Afiliativa (SA)	0.85
Sociabilidad Expresiva (SoEx)	0.85
Estado de animo (EA)	0.86
Interacción emocional (IE)	0.81
Salud emocional (SaEm)	0.76
Ocupacional educacional (OE)	0.80
Iniciativa (I)	0.71
Ético-Moral (EM)	0.77

Evaluación

❖ Evaluación diagnóstica:

- Cuestionario de detección de necesidades.
- Escala multidimensional de Asertividad
- Escala de Auto concepto “Yo soy”

Evaluación formativa o intermedia:

Se hizo un seguimiento intermedio, para comprobar la asimilación de conceptos en las fases de Comunicación, Asertividad y Autoestima (ver anexo 5, 6, 7,8). Cada sesión contaba con reflexiones o evaluaciones que correspondían al tema abordado (ver algunos ejemplos en Anexo 8).

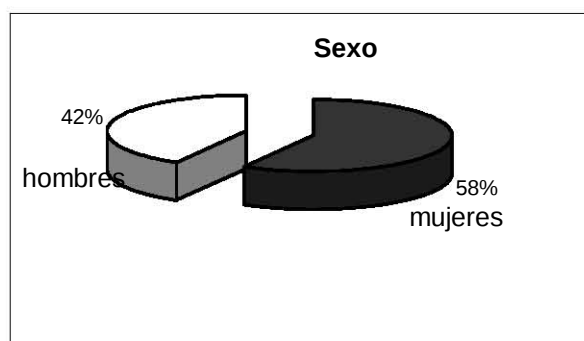
Evaluación sumaria

- Escala multidimensional de Asertividad
- Escala de Auto concepto “Yo soy”

CAPITULO III. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

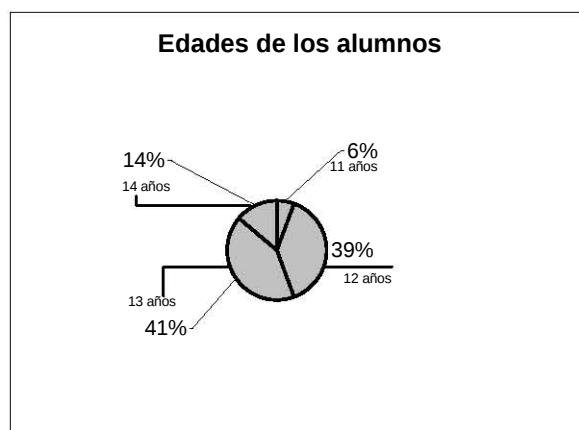
En la evaluación inicial se aplicó el Cuestionario de Detección de Necesidades así como la Escala Multidimensional de Asertividad y Autoconcepto “Yo soy”. A continuación se presentan los resultados obtenidos en el Cuestionario de Detección de Necesidades.

El grupo se conformó por 36 alumnos, de los cuales el 58% son del sexo femenino y el 42% del masculino. (Gráfica 1)



Grafica.1

Con un rango de edad de once a catorce años: el 80% de 12 y 13 años, 14 % cuenta con 14 años y 6% con 11 años, como se puede observar en la grafica 2.



Gráfica 2

El 19% del grupo estudia y trabaja (venden jugos, pizzas, trabajan en casa, o repartiendo volantes).

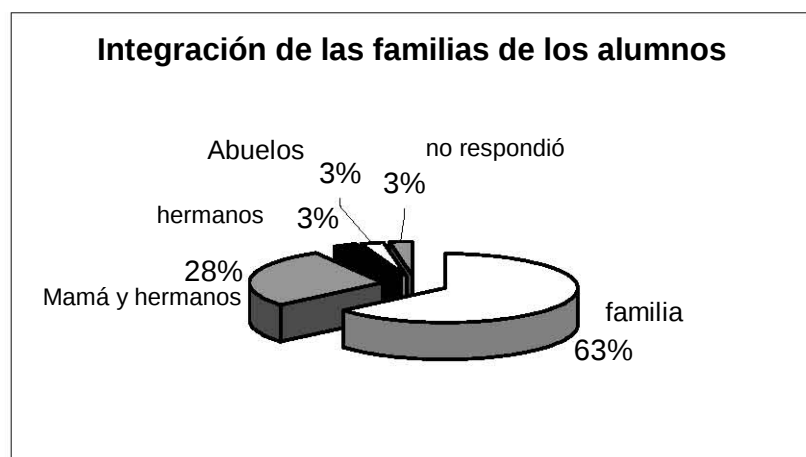
El rango de edad de las madres está entre 27 a 54 años de edad con un promedio de 36 años, en el caso de los Padres, su rango de edad es de 32 a 52 años (promedio de 37 años). En cuanto a la escolaridad de las mamás el 55% de los alumnos desconocen la información, y el resto reportó que el 28% estudiaron hasta la secundaria, el 17% restante tiene la preparatoria ó una carrera profesional; en el caso de los papás el 65% de los alumnos desconocen la escolaridad, y un 25 % concluyó la secundaria ,y el 10% no contesto la pregunta el alumno.

Con referencia a la ocupación de los padres el 47% de las mamás son amas de casa, el 28% son empleadas, comerciantes o profesionistas y en un 25% los

alumnos desconocen la información; el 57% de alumnos desconoce la ocupación de su papá, el 17% señala que tiene un oficio y el 26% son chóferes, comerciantes y profesionistas.

El estado civil de los padres es: casados 49%, unión libre 25% y el resto que es un 26% son separados, divorciados, solteros o viudos.

En el área familiar, se puede observar en la gráfica 3, que el 63% de los alumnos forman parte de una familia nuclear, el 34% vive con mamá y hermanos, el 3% con hermanos solamente ó abuelos y 3 % no contestó.



Gráfica. 3

El número de hermanos varían de ninguno a 6 hermanos: ubicándose en un 41% los que tienen dos hermanos.

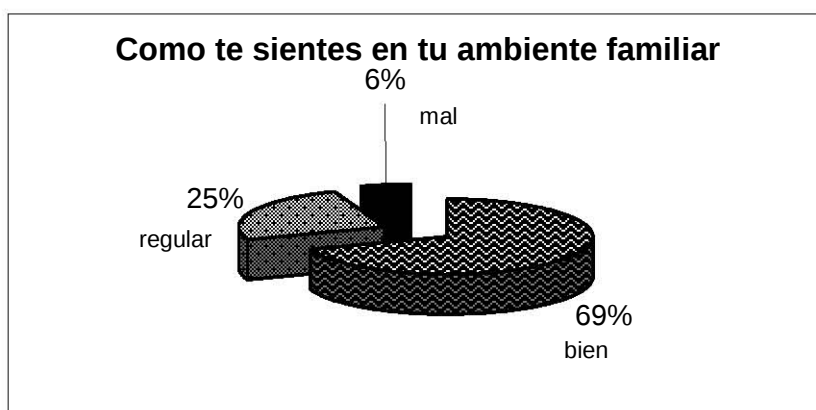
Las actividades que realizan los alumnos con los padres son variadas; sin embargo en un 38%, que es el mayor porcentaje, le ayudan a mamá al quehacer de casa, el 42% juegan, platican ó realizan tareas, el 20% restante reportan que “no hacen nada” ó que “no están en casa”, las mamás ; en el caso de los papás, en un 42% los alumnos manifiestan que no hacen nada, 17% no contestaron, el 41% realiza actividades recreativas como ver TV, jugar fútbol, ó ayuda en casa realizando trabajos con su papá, la actividad que hace el alumno con sus hermanos, son la tarea o jugar en un 58%, y platican un 6%, el 36% restante reportaron que “no hacen nada con ellos” o no contestaron.

La relación que lleva el alumno con los padres , en el caso de la mamá, consideran la relación “muy buena” en 41%, en un 39% “buena”, 11% “regular”, 6% no viven con ellas, y el 3% no contestó; en el caso del papá un 22 %, se llevan “muy bien” el 39% se llevan “bien” ó “regular” en la mayoría de los casos los alumnos argumentan que se llevan “regular” debido a que a veces no los “entienden” o que “casi no los ven”; el 39% restante “no viven con ellos” ó no contestó.

Y la relación con sus hermanos, el 42 % de los alumnos comentaron que es regular, debido a que con unos se lleva bien y con otros no, e incluso se dan peleas entre ellos, 33% se llevan bien, el 25% restante no contestó. La relación entre los padres en un 19% es buena, en un 23% excelente y el 58% de los alumnos se limitó a contestar.

En el establecimiento de las reglas, el 38% comentó que ambos padres participaban, en un 56% uno de los padres ó abuelos, tíos, hermanos y en un 6% “ninguno”.

por otro lado refiriéndose al ambiente familiar el 69% el alumno reporta que es bueno, mientras que el 25 % lo perciben como regular debido a que “a veces se pelean” (los padres) ó porque “no los entienden” (los papás a los alumnos) y el 6% de los alumnos restantes se siente mal en su ambiente familiar ya que a veces “no hay nadie en Casa” y “se sienten solos” . Ver gráfica 4



Grafica. 4

En relación a la comunicación en familia el 34% de los alumnos reporta que el tema principal de conversación es sobre la escuela (como van, tareas escolares si hay problemas etc.), con las mamás el 27 % habla sobre los

problemas familiares, 22% acerca de la escuela, 17 % de sexualidad y drogas; con los hermanos sus pláticas son referidas a programas de televisión, fútbol, escuela.

En cuanto a la conversación con amigos de la escuela, un 55% reportó hablan sobre intereses comunes (como la música, los novios, escuela, etc.) El 42 % “no hablan de nada” y el 3% no contestó

Sus relaciones de amistad las mantienen más en la escuela 54% y el 46% en su casa; Por otro lado, el 50 % del grupo manifestó que no tiene novio(a) y un 47% si tienen, el 3% restante se limitó a no responder. Los alumnos no se cierran a la posibilidad de conocer nuevas personas ya que en un 83% reportaron que les gustaría hacerlo, el 17% reporta que no le interesaría “conocer a más gente”.

Un 83% de los alumnos mencionan, que se sienten bien con sus amigos ya que “se hablan de sus cosas”, “son buena onda”, o “se la pasan bien con ellos” Las actividades que realizan con sus amigos son: el juego 44% y el 36% hacer tareas y platicar el 20% reportó que no hacían nada ó no contestaron. El 59 % de los alumnos manifiestan no saber lo que piensan sus amigos de ellos, sin embargo el 61% del grupo manifestó que si es importante saber la opinión que tienen de ellos y el 39 no le interesa saber.

A los alumnos se les pregunto si alguna vez se habían peleado física o verbalmente con alguien lo que un 47% respondió afirmativamente y el 53% no ha tenido enfrentamientos.

Un 86% los alumnos han asistido a escuelas públicas y el 14 % a privadas. Manifiestan que los problemas más frecuentes que tienen en la escuela son: de aprendizaje en un 33% y bajas calificaciones con un 24% El gusto por las materias que se imparten pueden variar ya que una de las materias principales y de su gusto son, matemáticas, español, geografía, historia, taller, educación física, biología, educación cívica y ética, ingles, sin embargo algunas de estas mismas materias no les gustan a otros.

Los alumnos en un 94% no realizan ninguna actividad extra-escolar y en un 6% sí lo hacen, (karate,).

En cuanto a las expectativas que tienen es en un 42% terminar una carrera profesional.

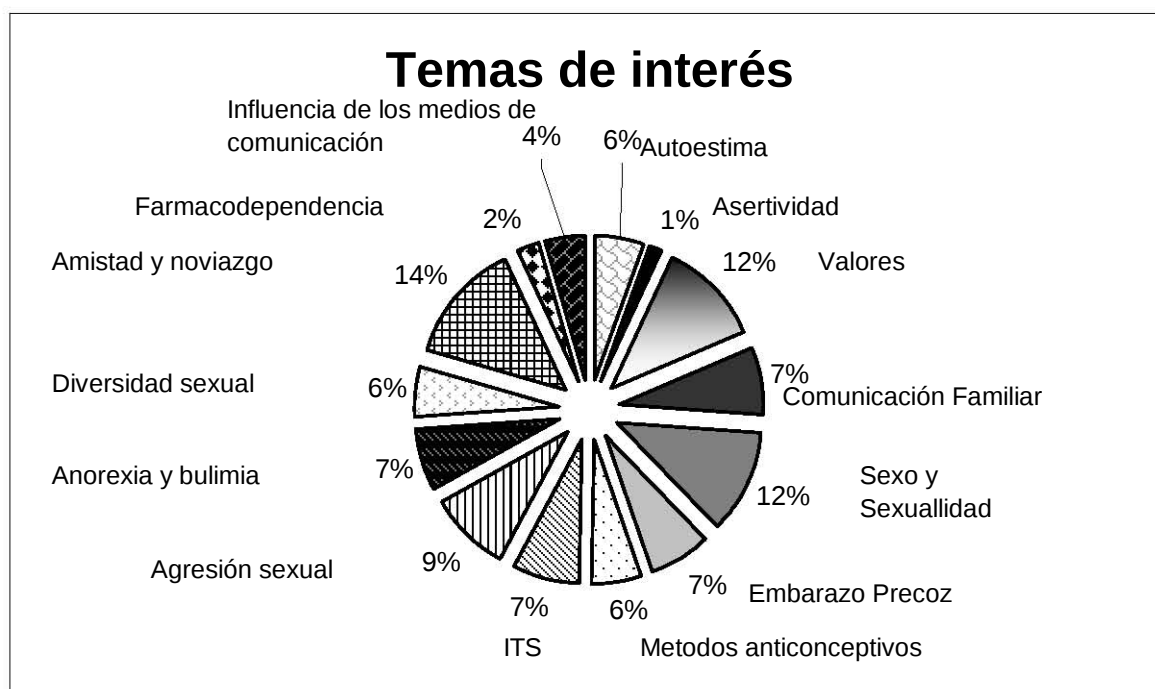
En cuanto a su auto- descripción, en un 38% describe su estado emocional (“a veces triste a veces contento”, “mas o menos, no me gusta mi forma de ser”, “soy muy enojón” “malo y no me gusta nada de mi”), el 20% se describe físicamente y 8 % describe lo que le gusta hacer, y el 34% no respondió a la pregunta.

Los alumnos en su sentir, física y emocionalmente reportaron en un 69% que se sentían bien debido a su buena salud y por que sienten el apoyo de sus padres, en un 14% regular, debido a “que a veces no les salen las cosas como quieren”, “no saben como comportarse”, “por que soy gordita” etc.... y un 3% se siente mal debido a las calificaciones que tienen, el 14% restante no contestó.

Con respecto al tema de la salud el 33% de los alumnos manifiestan que algún miembro de su familia padece alguna enfermedad.

En lo que respecta a su sexualidad los alumnos han obtenido información con su mamá en un 30% y un 27% por parte de maestros, el resto de los casos los alumnos reportan que no reciben información (43%).

En relación con los temas de interés propuestos en el cuestionario, los alumnos señalaron en un 14% Amistad y noviazgo, 12% Sexo y sexualidad, y 12% valores; (Ver gráfica 5).



Grafica 5. Porcentaje obtenido en los temas de interés

Los alumnos están concientes de los cambios que están experimentando, e identifican los físicos como uno de los principales (51%), en un 41% “los emocionales y Psicológicos” el 8% restante no contestó. Los cambios más difíciles, para ellos son los físicos (45%) ,29% los emocionales; 8% psicológicos, 5 % considera que ninguno, 5 % considera que todos han sido difíciles, 5% no contestaron y 3 % no saben.

En cuanto a los conocimientos generales acerca de los temas de interés, que se les presentaron en el cuestionario su nivel de conocimientos fue: (ver Tabla.

1)

1.- Asertividad	0%
3.- Farmacodependencia	0%
2.- Masturbación	0%
4.- Diferencia entre sexo y sexualidad	0%

5.- Anorexia y bulimia	0%
6.- Diferencia entre sexo protegido y sexo seguro	0%
7.- Abuso sexual	16%
8.- Relaciones de pareja	19%
9.- Autoestima	27%
10.-Métodos anticonceptivos	33%
11.-Violación	33%
12.-Valores	38%
13.-Embarazo adolescente	41%
14.-Enfermedades sexuales	47%
15.- Drogas	75%

Tabla 1. Nivel de conocimientos

En los resultados obtenidos en la Escala Multidimensional de Asertividad, se excluyeron dos casos para hacer el analisis estadistico, debido a que los alumnos se dieron de baja. (Ver tabla 2).

Tabla 2. Resumen del procesamiento de los casos

Evalua			N	%
Antes	Casos	Válidos	34	94.4
		Excluidos	2	5.6
		Total	36	100.0
Después	Casos	Válidos	34	94.4
		Excluidos	2	5.6
		Total	36	100.0

Posteriormente se sacaron las diferencias de medias en la evaluación inicial en comparación con la evaluación final. Podemos observar los resultados en la Tabla 3.

Tabla 3. Diferencias de Medias Grupal.

Evalua		N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
indirec	Antes	34	48.29	6.961	1.194
	Después	34	48.18	6.939	1.190
afectiva	Antes	34	30.56	6.292	1.079
	Después	34	29.82	5.864	1.006
cotidia	Antes	34	40.97	6.431	1.103
	Después	34	42.15	7.224	1.239
iautorid	Antes	34	9.44	2.464	.423
	Después	34	9.68	2.579	.442
escolar	Antes	34	19.91	4.628	.794
	Después	34	20.74	4.595	.788

Indirec: Factor I. Asertividad indirecta

Afectiva: Factor 2. No Asertividad en el área afectiva

Cotidia: Factor 3. Asertividad en situaciones cotidianas

iautorid: Factor 4. Asertividad por medios indirectos con autoridades

Escolar: Factor 5. No Asertividad en el área escolar.

En cuanto al factor I llamado “*Asertividad indirecta*”, se observa que se presentó una ligera disminución, lo cual indica que los adolescentes están dispuestos a tener enfrentamientos asertivos, enfrentando a familiares, compañeros o amigos.

En el factor II llamado “*No Asertividad en el área afectiva*” se obtuvo en la evaluación inicial una media de 30.56 y en la evaluación final un 29.82, lo cual indica que disminuyó la no Asertividad, por lo cual aumentó su Asertividad, es decir aumentó su habilidad para expresar sus opiniones, necesidades y sentimientos, haciendo valer sus derechos asertivos.

En el factor III “*Asertividad en situaciones cotidianas*” se obtuvo en la evaluación inicial una media de 40.97 en comparación con la evaluación final, con una media de 42.15 el incremento es notorio, lo que indica que el adolescente desarrolló habilidad para hacer valer sus derechos asertivos en situaciones de la vida cotidiana

El factor IV “*Asertividad por medios indirectos con autoridades*” arrojó medias iniciales y finales de 9.44 a 9.68 respectivamente, tuvo un mínimo incremento, lo cual significa que los adolescentes están más propensos a no tener habilidades para hacer valer sus derechos a padres, profesores, o cualquier

figura de autoridad personalmente sino que prefieren hacerlo mediante el teléfono, carta, mensaje.

Por último en el V factor *“No Asertividad en el área escolar”* se obtuvo una media de 19.91 en la evaluación inicial y en la final 20.74, indicando el aumento de no Asertividad, en clase o al realizar actividades ya sea con el profesor o con sus compañeros.

Para determinar si existían diferencias significativas en la Escala Multidimensional de Asertividad se realizó la prueba “t” de Student para muestras independientes con significancia de .05 (ver tabla 4), se arrojaron resultados (.945, .620, .481, .702, .464) de cada factor del I al V, correspondientemente; de acuerdo a estos resultados no se encontraron diferencias estadísticamente significativas, lo cual indica que los resultados se conservaron iguales.

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
									Inferior	Superior
indirec	Se han asumido varianzas iguales	.086	.771	.070	66	.945	.118	1.686	-3.248	3.483
	No se han asumid varianzas iguales			.070	65.999	.945	.118	1.686	-3.248	3.483
afectiva	Se han asumido varianzas iguales	.020	.888	.498	66	.620	.735	1.475	-2.210	3.680
	No se han asumid varianzas iguales			.498	65.676	.620	.735	1.475	-2.210	3.681
cotidia	Se han asumido varianzas iguales	.432	.513	-.709	66	.481	-1.176	1.659	-4.488	2.135
	No se han asumid varianzas iguales			-.709	65.128	.481	-1.176	1.659	-4.489	2.136
iautorid	Se han asumido varianzas iguales	.037	.849	-.385	66	.702	-.235	.612	-1.457	.986
	No se han asumid varianzas iguales			-.385	65.864	.702	-.235	.612	-1.457	.986
escolar	Se han asumido varianzas iguales	.003	.953	-.736	66	.464	-.824	1.118	-3.056	1.409
	No se han asumid varianzas iguales			-.736	65.997	.464	-.824	1.118	-3.056	1.409

Tabla 4. Prueba de muestras independientes de Escala Multidimensional de Asertividad.

En continuidad con los resultados de Asertividad, se consideró relevante la participación de los alumnos, ya que dentro del grupo se daban conductas de

participación, interés, etc... Contribuyendo al desarrollo del taller, dicho no puede pasar al vacío.

El Enfoque Interaccional de la Comunicación manifiesta que “para poder comprender una disfunción en un sistema interaccional se efectúa a través de la “observación” López y Simonetti, (1984, p. 146)

El mismo enfoque, manifiesta la importancia de la metacomunicación, en la participación interaccional: “El nivel metacomunicativo, se transmite generalmente en forma analógica mediante los gestos, cualidad de la voz, actitud “(López y Simonetti, 1984, p. 157) y “sus mensajes definen marcos premisas psicológicas dentro de las cuales deben ser “entendidos” los problemas de una persona”.(p.159)

Tomando en cuenta este indiscutible nivel metacomunicativo y mediante “La observación” se distinguieron dos tipos de casos, 1) los Adolescentes que participaron activamente en el taller y 2) Los Adolescentes que mostraban cierta indiferencia al taller. Se identificaron a los alumnos del caso 1, a través de los siguientes criterios de exclusión:

- ❖ Haber asistido a todas las sesiones de trabajo,
- ❖ “Gestos” de aceptación a la información proporcionada. (comunicación analógica)
- ❖ “Actitud”, de alerta (comunicación analógica)
- ❖ participación tanto en dinámicas como actividades.

Y los alumnos del caso 2, fueron aquellos que no cumplieron con por lo menos 2 de, los cuatro puntos mencionados. Todo esto con la finalidad de conocer más palpablemente la relación del taller con los resultados obtenidos de ambos casos.

Se realizó un análisis descriptivo en cada factor de la Escala Multidimensional de Asertividad, utilizando la media, (medida de tendencia central) para hacer un análisis de frecuencias, en los cinco factores de los que se compone el instrumento.

El grupo seleccionado del caso 1 se conformo por 10 alumnos, los cuales cumplieron con las características anteriormente señaladas, a continuación se presentan los resultados de cada uno de los factores.

En los resultados del factor I “Asertividad indirecta” (Tabla 5) se observan evidentemente diferencias, lo cual indica que 9 del total de los adolescentes disminuyó el nivel de Asertividad indirecta, es decir desarrollaron habilidad para enfrentar diferencias o desacuerdos con compañeros, amigos, o familiares.

XI:	XE:	XF:
Media inicial	Media esperada	Media final

Tabla 5. FI

suje	to	alumno	Sexo	FI. Asertividad indirecta		
				XI	XE	XF
1		A.A.E	hombre	3.2	2.3	3.3
2		A.B.Z.E	mujer	3.8	2.3	3.4
3		C.R.J.A	mujer	3.6	2.3	3.1
4		G.R.P.	mujer	3.6	2.3	3.0
5		M.R.G.	hombre	3.5	2.3	2.6
6		M.V.D.	mujer	3.5	2.3	2.6
7		R.H.J.L	hombre	3.2	2.3	2.4
8		S.G.M.	mujer	3.2	2.3	3.0
9		V.R.N.L	mujer	3.4	2.3	2.7
10		Z.R.S	mujer	3.5	2.3	3.7

En los resultados del factor II. “No Asertividad en el área afectiva”; Se puede observar en la tabla 6, qué 8 de los 10 adolescentes disminuyeron su puntaje del inicial al final, lo cual indica un incremento en su Asertividad, es decir los adolescentes son más capaces de expresarse, en cuanto a sentimientos, opiniones o necesidades.

Tabla.6. F II

sujeto	alumno	Sexo	Factor II. No Asertividad en el área afectiva.		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	2.5	2.6	2.9
2	A.B.Z.E	mujer	2.4	2.6	2.6
3	C.R.J.A	mujer	2.7	2.6	2.3
4	G.R.P.	mujer	2.6	2.6	2.0
5	M.R.G.	hombre	4.2	2.6	3.0
6	M.V.D.	mujer	3.1	2.6	2.7
7	R.H.J.L	hombre	3.5	2.6	2.7
8	S.G.M.	mujer	3.2	2.6	2.5
9	V.R.N.L	mujer	2.9	2.6	2.6
10	Z.R.S	mujer	2.8	2.6	2.5

En el factor III “Asertividad en situaciones cotidianas” se observa en la tabla. 7 que 9 adolescentes incrementaron la habilidad de hacer valer su derechos cuando no están de acuerdo con alguna situación, (se acentuó la Asertividad), generalmente aplicándola con personas que no son cercanas a ellos (as). 4 alumnos sobrepasaron la media esperada y 5 aumentaron su puntaje de la evaluación inicial en comparación con la final. 1 alumno disminuyo su puntaje en este tipo de Asertividad.

Tabla 7. Factor. III

sujeto	alumno	Sexo	Factor. III		
			Asertividad en situaciones cotidianas		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	3.6	3.8	4.7
2	A.B.Z.E	mujer	4.2	3.8	3.1
3	C.R.J.A	mujer	3.3	3.8	3.6
4	G.R.P.	mujer	3.4	3.8	3.7
5	M.R.G.	hombre	3.4	3.8	4.4
6	M.V.D.	mujer	3.4	3.8	3.7
7	R.H.J.L	hombre	3.8	3.8	4.0
8	S.G.M.	mujer	3.4	3.8	3.9
9	V.R.N.L	mujer	2.9	3.8	3.2
10	Z.R.S	mujer	3.1	3.8	3.6

El factor IV “Asertividad por medios indirectos con autoridades”, se observa qué, 7 alumnos disminuyeron su puntaje de la evaluación inicial a la final, (ver tabla. 8) lo que indica que han dejado de expresar lo que piensan o sienten con maestros o padres de manera “indirecta” para expresarlo ahora directamente.

Tabla 8. Factor. IV.

sujeto	alumno	Sexo	Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades		
			XI	XE	XF

1	A.A.E	hombre	2.3	3.3	2.6
2	A.B.Z.E	mujer	3.6	3.3	3.0
3	C.R.J.A	mujer	3.0	3.3	2.6
4	G.R.P.	mujer	4.6	3.3	3.6
5	M.R.G.	hombre	4.0	3.3	4.0
6	M.V.D.	mujer	2.6	3.3	2.0
7	R.H.J.L	hombre	3.0	3.3	2.6
8	S.G.M.	mujer	2.0	3.3	1.6
9	V.R.N.L	mujer	3.6	3.3	3.6
10	Z.R.S	mujer	3.6	3.3	3.3

Los resultados obtenidos en el V Factor “No Asertividad en el área escolar” se observa que 9 alumnos tuvieron una disminución del puntaje, disminuyendo a su vez su “No Asertividad” revelando la habilidad de los alumnos para hacer valer sus derechos, específicamente el en área escolar sean estos compañeros o profesores. Ver tabla 9.

Tabla 9. F V

sujeto	alumno	Sexo	Factor. V		
			No Asertividad en el área escolar		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	2.0	2.6	3.0
2	A.B.Z.E	mujer	1.7	2.6	1.4
3	C.R.J.A	mujer	3.0	2.6	1.8
4	G.R.P.	mujer	3.7	2.6	2.7
5	M.R.G.	hombre	3.7	2.6	3.5

6	M.V.D.	mujer	2.8	2.6	2.2
7	R.H.J.L	hombre	3.1	2.6	2.8
8	S.G.M.	mujer	4.0	2.6	2.8
9	V.R.N.L	mujer	2.7	2.6	2.5
10	Z.R.S	mujer	3.0	2.6	2.7

El grupo seleccionado del caso: 2 quedo conformado por 7 alumnos, a continuación se presentan los resultados:

En los resultados del factor I “Asertividad indirecta”, se observa en la tabla. 10 que 2 de los alumnos fortalecieron su Asertividad directa, es decir son capaces de expresar sus emociones, sentimientos y de hacer valer sus derechos, los 5 alumnos restantes, reforzarón la conducta de expresión de necesidades, sentimientos y pensamientos por medio de teléfono o cartas.

Tabla 10. FI

sujeto	alumno	Sexo	FI. Asertividad indirecta		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	2.2	2.3	2.4
2	J.M.A	mujer	2.5	2.3	3.6
3	L.R.M.L	mujer	3.4	2.3	3.7
4	L.H.G	mujer	3.3	2.3	3.6
5	M.H.K.G	mujer	3.3	2.3	3.0
6	S.H.C.B	mujer	3.3	2.3	2.9
7	V.P.F	Hombre	2.3	2.3	3.2

El Factor II. “No Asertividad en el área afectiva” se observa que 4 alumnos disminuyeron su puntaje (ver Tabla. 11), indicando la disminución de la “No Asertividad” en el área afectiva, indicando la Asertividad en dicha área lo cual indica que el adolescente adquirió habilidades para expresar sus sentimientos y necesidades, generalmente este tipo de Asertividad la aplica con familiares y amigos (as). 2 alumnos acentuaron más su inhabilidad para expresar lo que sienten o piensan 1 alumno se mantuvo en el puntaje tanto antes como después de la evaluación.

Tabla 11. Factor II.

sujeto	alumno	Sexo	Factor II. No Asertividad en el área afectiva.		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	3.1	2.6	2.1
2	J.M.A	mujer	3.2	2.6	2.6
3	L.R.M.L	mujer	3.3	2.6	3.3
4	L.H.G	mujer	2.6	2.6	2.7
5	M.H.K.G	mujer	2.5	2.6	2.8
6	S.H.C.B	mujer	3.3	2.6	3.0
7	V.P.F	hombre	3.0	2.6	2.9

El Factor. III “Asertividad en situaciones cotidianas” 4 de los 7 alumnos aumentaron su “Asertividad” en interacciones cotidianas, siendo éstas con personas generalmente desconocidas, el resto (3 alumnos) disminuyeron su habilidad para hacer valer sus derechos con personas con las que no establecen ninguna relación. Ver tabla 12

Tabla 12. Factor. III

sujeto	alumno	Sexo	Factor. III. Asertividad en situaciones cotidianas		
			XI	XE	XF

1	G.M.J.C	hombre	3.6	3.8	3.5
2	J.M.A	mujer	3.0	3.8	3.7
3	L.R.M.L	mujer	2.9	3.8	3.7
4	L.H.G	mujer	2.3	3.8	2.8
5	M.H.K.G	mujer	3.8	3.8	4.0
6	S.H.C.B	mujer	3.4	3.8	3.0
7	V.P.F	hombre	4.6	3.8	3.4

El Factor IV. Asertividad por medios indirectos con autoridades 4 de los 7 alumnos incrementaron sus Asertividad por medios indirectos, como se puede observar en la tabla 13 es decir los alumnos prefieren enfrentarse a las figuras de autoridad solo a través de cartas, por teléfono o cualquier otro medio a fin de evitar enfrentamientos cara a cara, y 3 de los alumnos mantuvieron su puntaje, en la evaluación inicial como en la final.

Tabla. 13 Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades

suje	to	alumno	Sexo	Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades.		
				XI	XE	XF
1		G.M.J.C	hombre	3.0	3.3	3.0
2		J.M.A	mujer	2.0	3.3	2.3
3		L.R.M.L	mujer	4.0	3.3	4.0
4		L.H.G	mujer	3.3	3.3	4.3
5		M.H.K.G	mujer	3.0	3.3	3.0
6		S.H.C.B	mujer	3.3	3.3	4.6
7		V.P.F	hombre	2.3	3.3	4.0

El Factor V No Asertividad en el área escolar, 5 de los 7 alumnos incrementan su “No Asertividad “en un contexto escolar, es decir el alumno no es capaz de expresar sus desacuerdos, pensamientos y sentimientos con compañeros o maestros del ambiente escolar; los 2 adolescentes restantes disminuyeron

su puntaje haciendo evidente su capacidad para emitir sentimientos y pensamientos y hacer valer sus derechos en un ambiente escolar. Ver tabla 14

Tabla. 14. Factor. V

sujeto	alumno	Sexo	Factor. V No Asertividad en el área escolar		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	3.4	2.6	2.5
2	J.M.A	mujer	1.8	2.6	3.7
3	L.R.M.L	mujer	2.7	2.6	4.0
4	L.H.G	mujer	2.8	2.6	2.5
5	M.H.K.G	mujer	2.2	2.6	2.4
6	S.H.C.B	mujer	2.5	2.6	2.8
7	V.P.F	hombre	1.5	2.6	2.7

En las evaluaciones que se realizaron sobre Asertividad, se presentarán ejemplos de la sesión 18, 19 y 22 (ver anexo 8) se presentan las que pertenecen a alumnos del caso 1, los cuales a lo largo del taller mostraron disposición e interés. Pese a que como cualquier adolescente se distraía en algún momento, sin embargo, cumplieron con cada actividad solicitada.

Sesión 18

- ❖ A.A.E. : El alumno, mostraba interés en cada sesión, es un adolescente muy dedicado a sus actividades escolares , en su evaluación se observa que diferencia los tres tipos de respuesta muy bien
- ❖ M.R.G: Éste alumno, fuè muy receptivo y por lo general era respetuoso y un poco serio, sin duda manifiesta su personalidad en la forma de contestar la evaluación, ya que en su respuesta agresiva, no lo es tanto como otras evaluaciones revisadas. sin embargo sus respuestas son adecuadas.

- ❖ M.V.D: La alumna era muy inquieta, sin embargo cumplía con cada actividad, fuè una alumna muy participativa en el taller. Como se puede observar en su evaluación la respuesta agresiva y pasiva están bien contestadas, sin embargo su respuesta asertiva, tiende a ser un poco pasiva ya que no expresa lo que siente (no expresa “el se cuidarme sola” de manera asertiva).

Sesión 19: En ésta se utilizó la evaluación de A.A.E y M.R.G ambos respondieron muy bien.

Sesión 22: evaluación sumaria. Se utilizó la evaluación de M.R.G Y B.A.Z.E.

En lo que respecta a los resultados obtenidos del instrumento de Autoconcepto, se excluyeron 25 % de alumnos, como se puede observar en la tabla 15, debido a que no estuvieron en la evaluación inicial por que no asistieron.

Tabla. 15 Resumen del procesamiento de los casos

Evalua			N	%
Antes	Casos	Válidos	27	75.0
		Excluidos ^a	9	25.0
		Total	36	100.0
Después	Casos	Válidos	27	75.0
		Excluidos ^a	9	25.0
		Total	36	100.0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

En la tabla 15. Se presentan los resultados que se obtuvieron del instrumento de Autoconcepto “Yo soy”. En la grafica 6 se muestran visualmente estos datos.

En la dimensión de Autoconcepto social se conforma por la sociabilidad Afiliativa (SA), la cual obtuvo un incremento de 50.9 a 51.9, faltando 4.92, para alcanzar el puntaje esperado, sin embargo el ligero incremento indica la apertura a tener relaciones interpersonales positivas y constructivas de acuerdo a los comportamientos sociales establecidos en la cultura mexicana.

El siguiente componente de esta misma dimensión es la Sociabilidad Expresiva, (SoEx), obtuvo un incremento de 35.7 a 36.4, sobreponiéndose

ligeramente al puntaje esperado, indicando que los adolescentes han asimilado qué la comunicación permite una convivencia humana favorable y placentera.

En cuanto a la segunda dimensión llamada Autoconcepto emocional, se integra por:

Estado de ánimo, (EA), obtuvo un puntaje en la evaluación inicial de 37.2 en comparación con la evaluación final de 38.8, no se llegó al puntaje esperado, sin embargo el incremento visualizó percepciones positivas de los adolescentes con respecto a su Autoconcepto.

Otro elemento de esta dimensión es la Interacción emocional (IE), la comparación inicial y final obtuvo puntajes de 31.2 a 31.6 respectivamente indicando la apertura que tienen a socializar con afecto y compromiso para con las demás personas.

El último componente de esta dimensión es: Salud emocional (SaEm), obteniendo un 38.5 en la evaluación inicial y en la final un 40.1 mostrando un incremento al puntaje esperado, mostrando abnegación, ante determinadas situaciones.

La tercera dimensión del instrumento llamada Autoconcepto ocupacional educacional, se compone por el área Ocupacional educacional (OE), y obtuvo puntajes de 38 a 38.4, de la evaluación inicial a la final, lo cual se observa un ligero incremento por lo cual son capaces de asumir que pueden ser eficientes competentes y cumplidos, pero con cierta reserva.

La Iniciativa (I), pertenece asimismo a esta dimensión, mostrándose una ligera disminución, mostrando cierta apatía o pasividad para realizar sus trabajos o actividades.

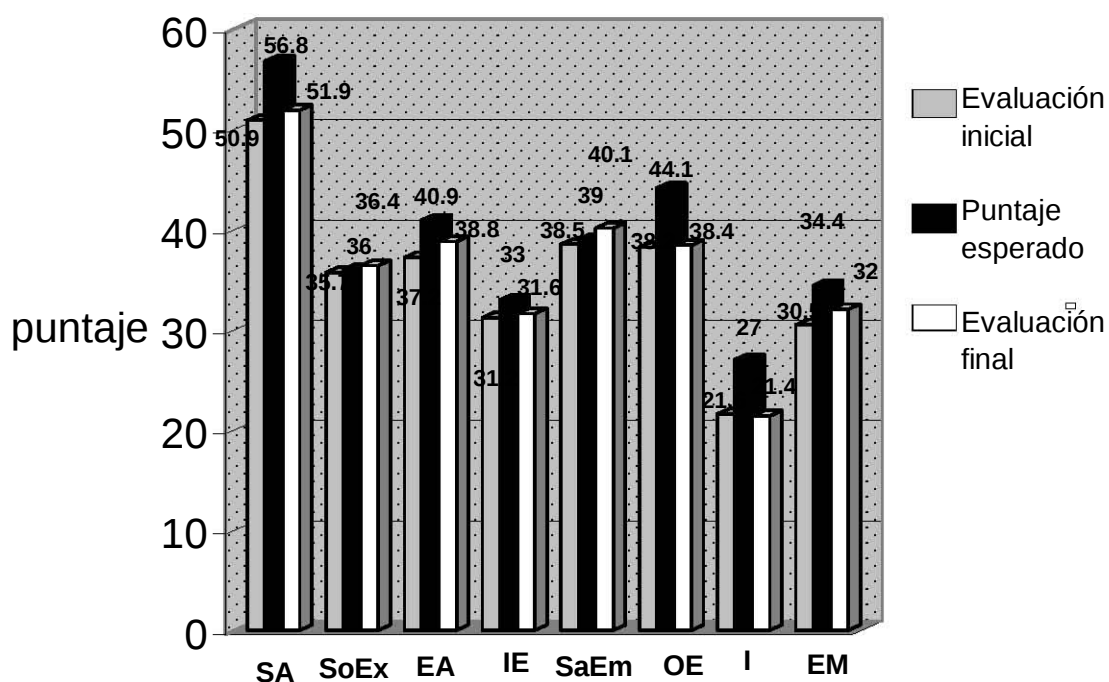
La cuarta y última dimensión llamada: Autoconcepto ético-moral, obtuvo en la evaluación inicial 30.5 y en la final 32, mostrando un incremento en honestidad, honradez y sinceridad para afrontar actividades educativas o en cualquier situación de interacción social. (Ver tabla 16)

TABLA.16.

COMPARACIÓN DE PUNTAJES ESPERADOS CON LOS OBTENIDOS EN LA EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL DE LA ESCALA DE AUTOCONCEPTO

	Sociabili- dad Afiliativa (SA)	Sociabilidad Expresiva (SoEx)	Estado de Ánimo (EA)	Interacción Emocional (IE)	Salud Emocional (SaEm)	Ocupación Educativa (OE)	Iniciativa (I)	Ético moral (EM)
Puntaje Esperado	56.82	36.01	40.98	33.06	39.02	44.16	27.0	34.45
Evaluación Inicial	50.9	35.7	37.2	31.2	38.5	38	21.6	30.5
Evaluación Final	51.9	36.4	38.8	31.6	40.1	38.4	21.4	32

COMPARACIÓN DEL PUNTAJE ESPERADO CON LA EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL DE LA "ESCALA DE AUTOCONCEPTO"



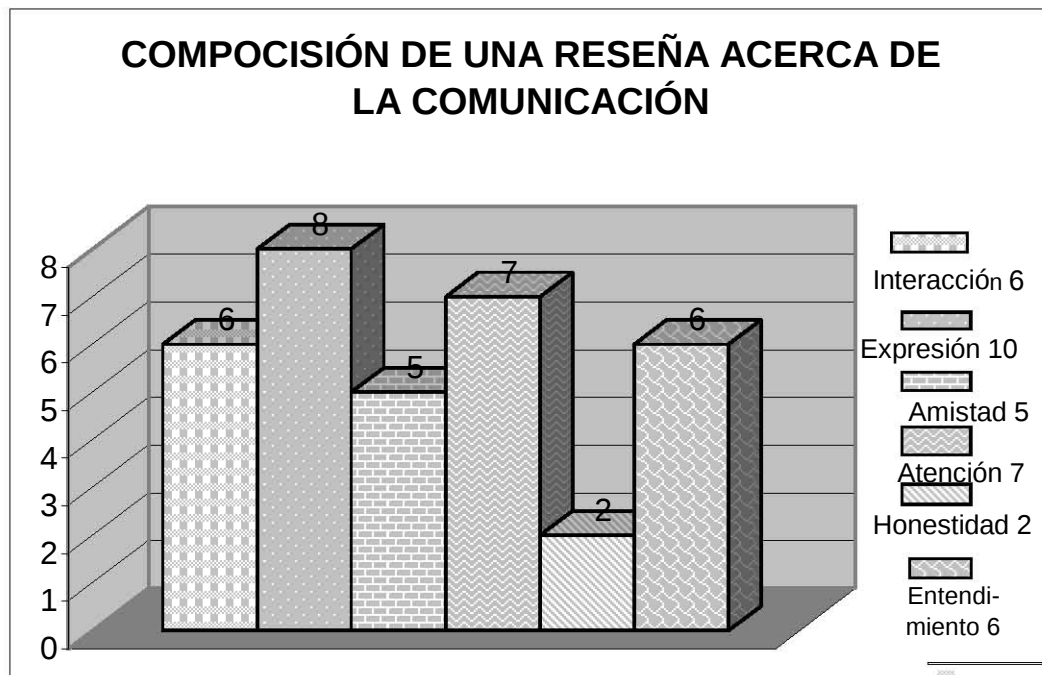
Gràfica 6.

Resultados de las evaluaciones sumarias del grupo

Los resultados que a continuación se presentan son de todo el grupo.

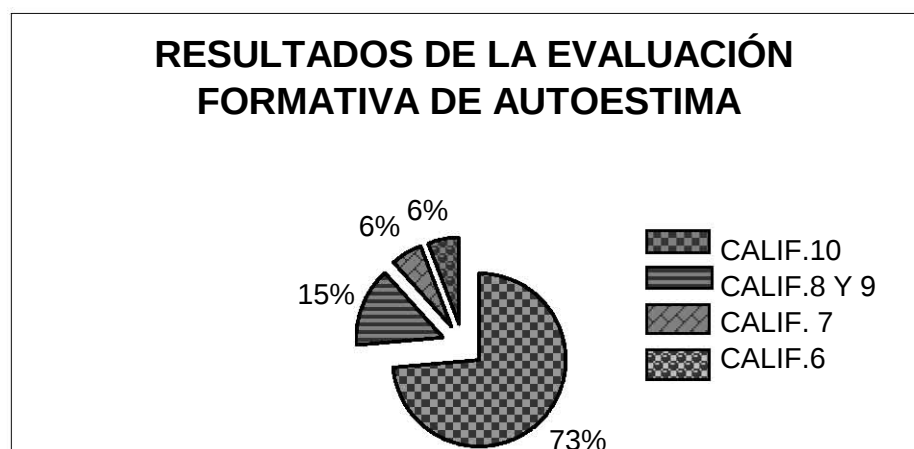
En la grafica.7 se hacen evidentes los conceptos que asimilaron los adolescentes, con respecto a las seis sesiones de comunicación, y en donde la expresión de un mensaje representa uno de los factores mas importantes de la comunicación para algunos integrantes del grupo, así como la atención que se le debe de poner ala comunicación misma, el entendimiento y la interacción representan para estos adolescentes, también componentes esenciales de la comunicación.

Por último esta evaluación hace tangible, que tan solo dos adolescentes consideraron a la honestidad como parte importante de la comunicación.



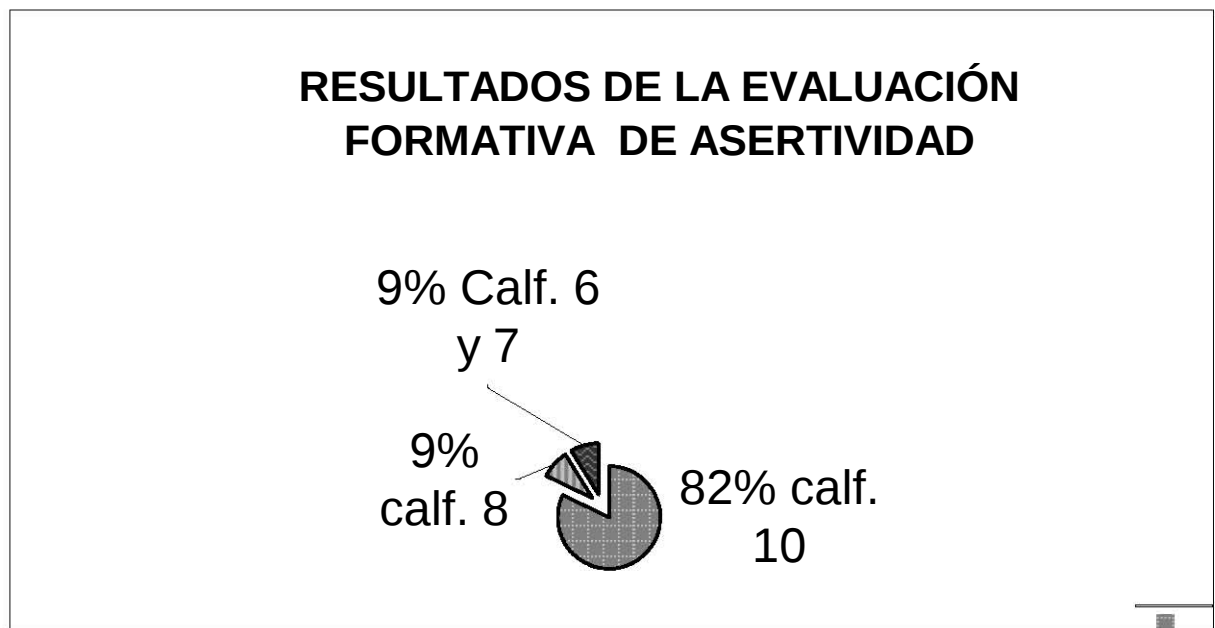
Gràfica 7.

En lo que respecta a la evaluación formativa de Autoestima (ver gráfica 8), el 73% obtuvo calificaciones aprobatorias, como 8, 9 y 10 lo cual indica que los adolescentes en su mayoría tienen buena asimilación y contestaron bien en los conceptos más importantes que se manejaron en las cuatro sesiones de autoestima.



Grafica. 8

Por último la evaluación sumaria de Asertividad obtuvo en 82% calificaciones excelentes (ver gráfica 9), , lo cuál indica que al resolver los problemas específicos que se les plantearon, los adolescentes los supieron resolver de manera tal, que se obtuvieron calificaciones como 8 y 10 a diferencia de los que tuvieron calificaciones de 6 y 7.



Gràfica. 9

- Cuestionario de detección de necesidades.
- Escala multidimensional de Asertividad
- Escala de Auto concepto “Yo soy”

Evaluación formativa o intermedia:

Se hizo un seguimiento intermedio, para comprobar la asimilación de conceptos en las fases de Comunicación, Asertividad y Autoestima (ver anexo 5, 6, 7,8). Cada sesión contaba con reflexiones o evaluaciones que correspondían al tema abordado (ver algunos ejemplos en Anexo 8).

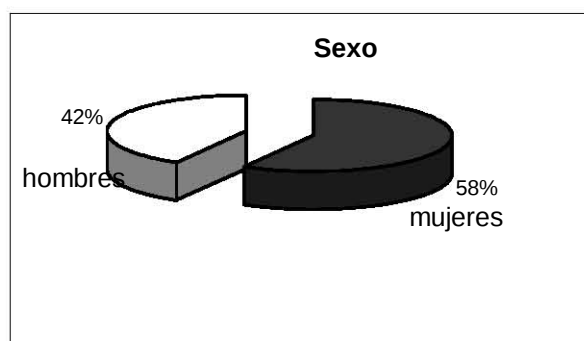
Evaluación sumaria

- Escala multidimensional de Asertividad
- Escala de Auto concepto “Yo soy”

CAPITULO III. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

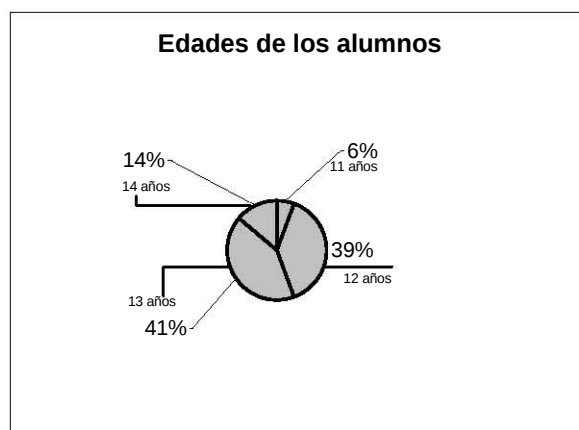
En la evaluación inicial se aplicó el Cuestionario de Detección de Necesidades así como la Escala Multidimensional de Asertividad y Autoconcepto “Yo soy”. A continuación se presentan los resultados obtenidos en el Cuestionario de Detección de Necesidades.

El grupo se conformó por 36 alumnos, de los cuales el 58% son del sexo femenino y el 42% del masculino. (Gráfica 1)



Grafica.1

Con un rango de edad de once a catorce años: el 80% de 12 y 13 años, 14 % cuenta con 14 años y 6% con 11 años, como se puede observar en la grafica 2.



Gráfica 2

El 19% del grupo estudia y trabaja (venden jugos, pizzas, trabajan en casa, o repartiendo volantes).

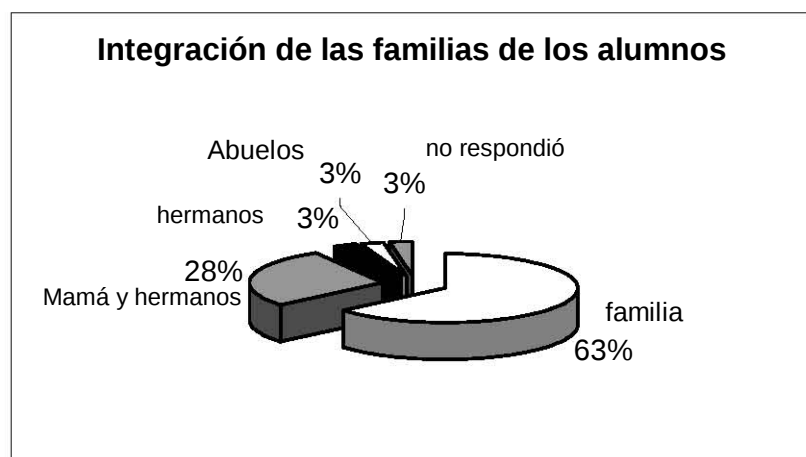
El rango de edad de las madres está entre 27 a 54 años de edad con un promedio de 36 años, en el caso de los Padres, su rango de edad es de 32 a 52 años (promedio de 37 años). En cuanto a la escolaridad de las mamás el 55% de los alumnos desconocen la información, y el resto reportó que el 28% estudiaron hasta la secundaria, el 17% restante tiene la preparatoria ó una carrera profesional; en el caso de los papás el 65% de los alumnos desconocen la escolaridad, y un 25 % concluyó la secundaria ,y el 10% no contesto la pregunta el alumno.

Con referencia a la ocupación de los padres el 47% de las mamás son amas de casa, el 28% son empleadas, comerciantes o profesionistas y en un 25% los

alumnos desconocen la información; el 57% de alumnos desconoce la ocupación de su papá, el 17% señala que tiene un oficio y el 26% son chóferes, comerciantes y profesionistas.

El estado civil de los padres es: casados 49%, unión libre 25% y el resto que es un 26% son separados, divorciados, solteros o viudos.

En el área familiar, se puede observar en la gráfica 3, que el 63% de los alumnos forman parte de una familia nuclear, el 34% vive con mamá y hermanos, el 3% con hermanos solamente ó abuelos y 3 % no contestó.



Gráfica. 3

El número de hermanos varían de ninguno a 6 hermanos: ubicándose en un 41% los que tienen dos hermanos.

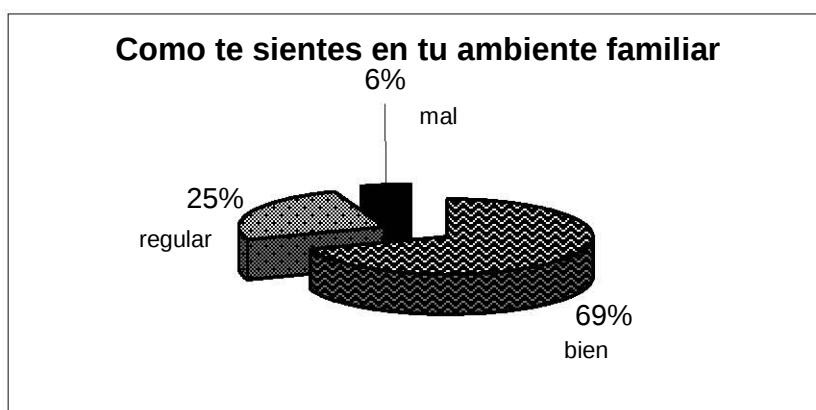
Las actividades que realizan los alumnos con los padres son variadas; sin embargo en un 38%, que es el mayor porcentaje, le ayudan a mamá al quehacer de casa, el 42% juegan, platican ó realizan tareas, el 20% restante reportan que “no hacen nada” ó que “no están en casa”, las mamás ; en el caso de los papás, en un 42% los alumnos manifiestan que no hacen nada, 17% no contestaron, el 41% realiza actividades recreativas como ver TV, jugar fútbol, ó ayuda en casa realizando trabajos con su papá, la actividad que hace el alumno con sus hermanos, son la tarea o jugar en un 58%, y platican un 6%, el 36% restante reportaron que “no hacen nada con ellos” o no contestaron.

La relación que lleva el alumno con los padres , en el caso de la mamá, consideran la relación “muy buena” en 41%, en un 39% “buena”, 11% “regular”, 6% no viven con ellas, y el 3% no contestó; en el caso del papá un 22 %, se llevan “muy bien” el 39% se llevan “bien” ó “regular” en la mayoría de los casos los alumnos argumentan que se llevan “regular” debido a que a veces no los “entienden” o que “casi no los ven”; el 39% restante “no viven con ellos” ó no contestó.

Y la relación con sus hermanos, el 42 % de los alumnos comentaron que es regular, debido a que con unos se lleva bien y con otros no, e incluso se dan peleas entre ellos, 33% se llevan bien, el 25% restante no contestó. La relación entre los padres en un 19% es buena, en un 23% excelente y el 58% de los alumnos se limitó a contestar.

En el establecimiento de las reglas, el 38% comentó que ambos padres participaban, en un 56% uno de los padres ó abuelos, tíos, hermanos y en un 6% “ninguno”.

por otro lado refiriéndose al ambiente familiar el 69% el alumno reporta que es bueno, mientras que el 25 % lo perciben como regular debido a que “a veces se pelean” (los padres) ó porque “no los entienden” (los papás a los alumnos) y el 6% de los alumnos restantes se siente mal en su ambiente familiar ya que a veces “no hay nadie en Casa” y “se sienten solos” . Ver gráfica 4



Grafica. 4

En relación a la comunicación en familia el 34% de los alumnos reporta que el tema principal de conversación es sobre la escuela (como van, tareas escolares si hay problemas etc.), con las mamás el 27 % habla sobre los

problemas familiares, 22% acerca de la escuela, 17 % de sexualidad y drogas; con los hermanos sus pláticas son referidas a programas de televisión, fútbol, escuela.

En cuanto a la conversación con amigos de la escuela, un 55% reportó hablan sobre intereses comunes (como la música, los novios, escuela, etc.) El 42 % “no hablan de nada” y el 3% no contestó

Sus relaciones de amistad las mantienen más en la escuela 54% y el 46% en su casa; Por otro lado, el 50 % del grupo manifestó que no tiene novio(a) y un 47% si tienen, el 3% restante se limitó a no responder. Los alumnos no se cierran a la posibilidad de conocer nuevas personas ya que en un 83% reportaron que les gustaría hacerlo, el 17% reporta que no le interesaría “conocer a más gente”.

Un 83% de los alumnos mencionan, que se sienten bien con sus amigos ya que “se hablan de sus cosas”, “son buena onda”, o “se la pasan bien con ellos” Las actividades que realizan con sus amigos son: el juego 44% y el 36% hacer tareas y platicar el 20% reportó que no hacían nada ó no contestaron. El 59 % de los alumnos manifiestan no saber lo que piensan sus amigos de ellos, sin embargo el 61% del grupo manifestó que si es importante saber la opinión que tienen de ellos y el 39 no le interesa saber.

A los alumnos se les pregunto si alguna vez se habían peleado física o verbalmente con alguien lo que un 47% respondió afirmativamente y el 53% no ha tenido enfrentamientos.

Un 86% los alumnos han asistido a escuelas públicas y el 14 % a privadas. Manifiestan que los problemas más frecuentes que tienen en la escuela son: de aprendizaje en un 33% y bajas calificaciones con un 24% El gusto por las materias que se imparten pueden variar ya que una de las materias principales y de su gusto son, matemáticas, español, geografía, historia, taller, educación física, biología, educación cívica y ética, ingles, sin embargo algunas de estas mismas materias no les gustan a otros.

Los alumnos en un 94% no realizan ninguna actividad extra-escolar y en un 6% sí lo hacen, (karate,).

En cuanto a las expectativas que tienen es en un 42% terminar una carrera profesional.

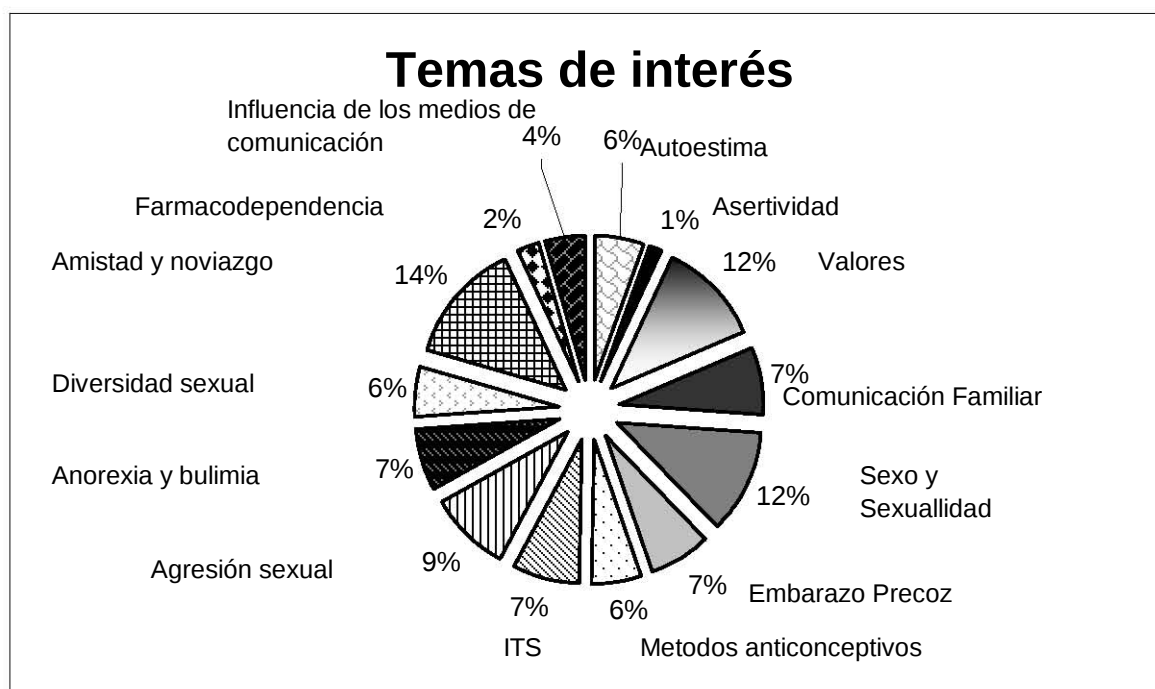
En cuanto a su auto- descripción, en un 38% describe su estado emocional (“a veces triste a veces contento”, “mas o menos, no me gusta mi forma de ser”, “soy muy enojón” “malo y no me gusta nada de mi”), el 20% se describe físicamente y 8 % describe lo que le gusta hacer, y el 34% no respondió a la pregunta.

Los alumnos en su sentir, física y emocionalmente reportaron en un 69% que se sentían bien debido a su buena salud y por que sienten el apoyo de sus padres, en un 14% regular, debido a “que a veces no les salen las cosas como quieren”, “no saben como comportarse”, “por que soy gordita” etc.... y un 3% se siente mal debido a las calificaciones que tienen, el 14% restante no contestó.

Con respecto al tema de la salud el 33% de los alumnos manifiestan que algún miembro de su familia padece alguna enfermedad.

En lo que respecta a su sexualidad los alumnos han obtenido información con su mamá en un 30% y un 27% por parte de maestros, el resto de los casos los alumnos reportan que no reciben información (43%).

En relación con los temas de interés propuestos en el cuestionario, los alumnos señalaron en un 14% Amistad y noviazgo, 12% Sexo y sexualidad, y 12% valores; (Ver gráfica 5).



Grafica 5. Porcentaje obtenido en los temas de interés

Los alumnos están concientes de los cambios que están experimentando, e identifican los físicos como uno de los principales (51%), en un 41% “los emocionales y Psicológicos” el 8% restante no contestó. Los cambios más difíciles, para ellos son los físicos (45%) ,29% los emocionales; 8% psicológicos, 5 % considera que ninguno, 5 % considera que todos han sido difíciles, 5% no contestaron y 3 % no saben.

En cuanto a los conocimientos generales acerca de los temas de interés, que se les presentaron en el cuestionario su nivel de conocimientos fue: (ver Tabla.

1)

1.- Asertividad	0%
3.- Farmacodependencia	0%
2.- Masturbación	0%
4.- Diferencia entre sexo y sexualidad	0%

5.- Anorexia y bulimia	0%
6.- Diferencia entre sexo protegido y sexo seguro	0%
7.- Abuso sexual	16%
8.- Relaciones de pareja	19%
9.- Autoestima	27%
10.-Métodos anticonceptivos	33%
11.-Violación	33%
12.-Valores	38%
13.-Embarazo adolescente	41%
14.-Enfermedades sexuales	47%
15.- Drogas	75%

Tabla 1. Nivel de conocimientos

En los resultados obtenidos en la Escala Multidimensional de Asertividad, se excluyeron dos casos para hacer el analisis estadistico, debido a que los alumnos se dieron de baja. (Ver tabla 2).

Tabla 2. Resumen del procesamiento de los casos

Evalua			N	%
Antes	Casos	Válidos	34	94.4
		Excluidos	2	5.6
		Total	36	100.0
Después	Casos	Válidos	34	94.4
		Excluidos	2	5.6
		Total	36	100.0

Posteriormente se sacaron las diferencias de medias en la evaluación inicial en comparación con la evaluación final. Podemos observar los resultados en la Tabla 3.

Tabla 3. Diferencias de Medias Grupal.

Evalua		N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
indirec	Antes	34	48.29	6.961	1.194
	Después	34	48.18	6.939	1.190
afectiva	Antes	34	30.56	6.292	1.079
	Después	34	29.82	5.864	1.006
cotidia	Antes	34	40.97	6.431	1.103
	Después	34	42.15	7.224	1.239
iautorid	Antes	34	9.44	2.464	.423
	Después	34	9.68	2.579	.442
escolar	Antes	34	19.91	4.628	.794
	Después	34	20.74	4.595	.788

Indirec: Factor I. Asertividad indirecta

Afectiva: Factor 2. No Asertividad en el área afectiva

Cotidia: Factor 3. Asertividad en situaciones cotidianas

iautorid: Factor 4. Asertividad por medios indirectos con autoridades

Escolar: Factor 5. No Asertividad en el área escolar.

En cuanto al factor I llamado “*Asertividad indirecta*”, se observa que se presentó una ligera disminución, lo cual indica que los adolescentes están dispuestos a tener enfrentamientos asertivos, enfrentando a familiares, compañeros o amigos.

En el factor II llamado “*No Asertividad en el área afectiva*” se obtuvo en la evaluación inicial una media de 30.56 y en la evaluación final un 29.82, lo cual indica que disminuyó la no Asertividad, por lo cual aumentó su Asertividad, es decir aumentó su habilidad para expresar sus opiniones, necesidades y sentimientos, haciendo valer sus derechos asertivos.

En el factor III “*Asertividad en situaciones cotidianas*” se obtuvo en la evaluación inicial una media de 40.97 en comparación con la evaluación final, con una media de 42.15 el incremento es notorio, lo que indica que el adolescente desarrolló habilidad para hacer valer sus derechos asertivos en situaciones de la vida cotidiana

El factor IV “*Asertividad por medios indirectos con autoridades*” arrojó medias iniciales y finales de 9.44 a 9.68 respectivamente, tuvo un mínimo incremento, lo cual significa que los adolescentes están más propensos a no tener habilidades para hacer valer sus derechos a padres, profesores, o cualquier

figura de autoridad personalmente sino que prefieren hacerlo mediante el teléfono, carta, mensaje.

Por último en el V factor *“No Asertividad en el área escolar”* se obtuvo una media de 19.91 en la evaluación inicial y en la final 20.74, indicando el aumento de no Asertividad, en clase o al realizar actividades ya sea con el profesor o con sus compañeros.

Para determinar si existían diferencias significativas en la Escala Multidimensional de Asertividad se realizó la prueba “t” de Student para muestras independientes con significancia de .05 (ver tabla 4), se arrojaron resultados (.945, .620, .481, .702, .464) de cada factor del I al V, correspondientemente; de acuerdo a estos resultados no se encontraron diferencias estadísticamente significativas, lo cual indica que los resultados se conservaron iguales.

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
									Inferior	Superior
indirec	Se han asumido varianzas iguales	.086	.771	.070	66	.945	.118	1.686	-3.248	3.483
	No se han asumid varianzas iguales			.070	65.999	.945	.118	1.686	-3.248	3.483
afectiva	Se han asumido varianzas iguales	.020	.888	.498	66	.620	.735	1.475	-2.210	3.680
	No se han asumid varianzas iguales			.498	65.676	.620	.735	1.475	-2.210	3.681
cotidia	Se han asumido varianzas iguales	.432	.513	-.709	66	.481	-1.176	1.659	-4.488	2.135
	No se han asumid varianzas iguales			-.709	65.128	.481	-1.176	1.659	-4.489	2.136
iautorid	Se han asumido varianzas iguales	.037	.849	-.385	66	.702	-.235	.612	-1.457	.986
	No se han asumid varianzas iguales			-.385	65.864	.702	-.235	.612	-1.457	.986
escolar	Se han asumido varianzas iguales	.003	.953	-.736	66	.464	-.824	1.118	-3.056	1.409
	No se han asumid varianzas iguales			-.736	65.997	.464	-.824	1.118	-3.056	1.409

Tabla 4. Prueba de muestras independientes de Escala Multidimensional de Asertividad.

En continuidad con los resultados de Asertividad, se consideró relevante la participación de los alumnos, ya que dentro del grupo se daban conductas de

participación, interés, etc... Contribuyendo al desarrollo del taller, dicho no puede pasar al vacío.

El Enfoque Interaccional de la Comunicación manifiesta que “para poder comprender una disfunción en un sistema interaccional se efectúa a través de la “observación” López y Simonetti, (1984, p. 146)

El mismo enfoque, manifiesta la importancia de la metacomunicación, en la participación interaccional: “El nivel metacomunicativo, se transmite generalmente en forma analógica mediante los gestos, cualidad de la voz, actitud “(López y Simonetti, 1984, p. 157) y “sus mensajes definen marcos premisas psicológicas dentro de las cuales deben ser “entendidos” los problemas de una persona”.(p.159)

Tomando en cuenta este indiscutible nivel metacomunicativo y mediante “La observación” se distinguieron dos tipos de casos, 1) los Adolescentes que participaron activamente en el taller y 2) Los Adolescentes que mostraban cierta indiferencia al taller. Se identificaron a los alumnos del caso 1, a través de los siguientes criterios de exclusión:

- ❖ Haber asistido a todas las sesiones de trabajo,
- ❖ “Gestos” de aceptación a la información proporcionada. (comunicación analógica)
- ❖ “Actitud”, de alerta (comunicación analógica)
- ❖ participación tanto en dinámicas como actividades.

Y los alumnos del caso 2, fueron aquellos que no cumplieron con por lo menos 2 de, los cuatro puntos mencionados. Todo esto con la finalidad de conocer más palpablemente la relación del taller con los resultados obtenidos de ambos casos.

Se realizó un análisis descriptivo en cada factor de la Escala Multidimensional de Asertividad, utilizando la media, (medida de tendencia central) para hacer un análisis de frecuencias, en los cinco factores de los que se compone el instrumento.

El grupo seleccionado del caso 1 se conformo por 10 alumnos, los cuales cumplieron con las características anteriormente señaladas, a continuación se presentan los resultados de cada uno de los factores.

En los resultados del factor I “Asertividad indirecta” (Tabla 5) se observan evidentemente diferencias, lo cual indica que 9 del total de los adolescentes disminuyó el nivel de Asertividad indirecta, es decir desarrollaron habilidad para enfrentar diferencias o desacuerdos con compañeros, amigos, o familiares.

XI:	XE:	XF:
Media inicial	Media esperada	Media final

Tabla 5. FI

suje	to	alumno	Sexo	FI. Asertividad indirecta		
				XI	XE	XF
1		A.A.E	hombre	3.2	2.3	3.3
2		A.B.Z.E	mujer	3.8	2.3	3.4
3		C.R.J.A	mujer	3.6	2.3	3.1
4		G.R.P.	mujer	3.6	2.3	3.0
5		M.R.G.	hombre	3.5	2.3	2.6
6		M.V.D.	mujer	3.5	2.3	2.6
7		R.H.J.L	hombre	3.2	2.3	2.4
8		S.G.M.	mujer	3.2	2.3	3.0
9		V.R.N.L	mujer	3.4	2.3	2.7
10		Z.R.S	mujer	3.5	2.3	3.7

En los resultados del factor II. “No Asertividad en el área afectiva”; Se puede observar en la tabla 6, qué 8 de los 10 adolescentes disminuyeron su puntaje del inicial al final, lo cual indica un incremento en su Asertividad, es decir los adolescentes son más capaces de expresarse, en cuanto a sentimientos, opiniones o necesidades.

Tabla.6. F II

sujeto	alumno	Sexo	Factor II. No Asertividad en el área afectiva.		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	2.5	2.6	2.9
2	A.B.Z.E	mujer	2.4	2.6	2.6
3	C.R.J.A	mujer	2.7	2.6	2.3
4	G.R.P.	mujer	2.6	2.6	2.0
5	M.R.G.	hombre	4.2	2.6	3.0
6	M.V.D.	mujer	3.1	2.6	2.7
7	R.H.J.L	hombre	3.5	2.6	2.7
8	S.G.M.	mujer	3.2	2.6	2.5
9	V.R.N.L	mujer	2.9	2.6	2.6
10	Z.R.S	mujer	2.8	2.6	2.5

En el factor III “Asertividad en situaciones cotidianas” se observa en la tabla. 7 que 9 adolescentes incrementaron la habilidad de hacer valer su derechos cuando no están de acuerdo con alguna situación, (se acentuó la Asertividad), generalmente aplicándola con personas que no son cercanas a ellos (as). 4 alumnos sobrepasaron la media esperada y 5 aumentaron su puntaje de la evaluación inicial en comparación con la final. 1 alumno disminuyo su puntaje en este tipo de Asertividad.

Tabla 7. Factor. III

sujeto	alumno	Sexo	Factor. III		
			Asertividad en situaciones cotidianas		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	3.6	3.8	4.7
2	A.B.Z.E	mujer	4.2	3.8	3.1
3	C.R.J.A	mujer	3.3	3.8	3.6
4	G.R.P.	mujer	3.4	3.8	3.7
5	M.R.G.	hombre	3.4	3.8	4.4
6	M.V.D.	mujer	3.4	3.8	3.7
7	R.H.J.L	hombre	3.8	3.8	4.0
8	S.G.M.	mujer	3.4	3.8	3.9
9	V.R.N.L	mujer	2.9	3.8	3.2
10	Z.R.S	mujer	3.1	3.8	3.6

El factor IV “Asertividad por medios indirectos con autoridades”, se observa qué, 7 alumnos disminuyeron su puntaje de la evaluación inicial a la final, (ver tabla. 8) lo que indica que han dejado de expresar lo que piensan o sienten con maestros o padres de manera “indirecta” para expresarlo ahora directamente.

Tabla 8. Factor. IV.

sujeto	alumno	Sexo	Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades		
			XI	XE	XF

1	A.A.E	hombre	2.3	3.3	2.6
2	A.B.Z.E	mujer	3.6	3.3	3.0
3	C.R.J.A	mujer	3.0	3.3	2.6
4	G.R.P.	mujer	4.6	3.3	3.6
5	M.R.G.	hombre	4.0	3.3	4.0
6	M.V.D.	mujer	2.6	3.3	2.0
7	R.H.J.L	hombre	3.0	3.3	2.6
8	S.G.M.	mujer	2.0	3.3	1.6
9	V.R.N.L	mujer	3.6	3.3	3.6
10	Z.R.S	mujer	3.6	3.3	3.3

Los resultados obtenidos en el V Factor “No Asertividad en el área escolar” se observa que 9 alumnos tuvieron una disminución del puntaje, disminuyendo a su vez su “No Asertividad” revelando la habilidad de los alumnos para hacer valer sus derechos, específicamente el en área escolar sean estos compañeros o profesores. Ver tabla 9.

Tabla 9. F V

sujeto	alumno	Sexo	Factor. V		
			No Asertividad en el área escolar		
			XI	XE	XF
1	A.A.E	hombre	2.0	2.6	3.0
2	A.B.Z.E	mujer	1.7	2.6	1.4
3	C.R.J.A	mujer	3.0	2.6	1.8
4	G.R.P.	mujer	3.7	2.6	2.7
5	M.R.G.	hombre	3.7	2.6	3.5

6	M.V.D.	mujer	2.8	2.6	2.2
7	R.H.J.L	hombre	3.1	2.6	2.8
8	S.G.M.	mujer	4.0	2.6	2.8
9	V.R.N.L	mujer	2.7	2.6	2.5
10	Z.R.S	mujer	3.0	2.6	2.7

El grupo seleccionado del caso: 2 quedo conformado por 7 alumnos, a continuación se presentan los resultados:

En los resultados del factor I “Asertividad indirecta”, se observa en la tabla. 10 que 2 de los alumnos fortalecieron su Asertividad directa, es decir son capaces de expresar sus emociones, sentimientos y de hacer valer sus derechos, los 5 alumnos restantes, reforzarón la conducta de expresión de necesidades, sentimientos y pensamientos por medio de teléfono o cartas.

Tabla 10. FI

sujeto	alumno	Sexo	FI. Asertividad indirecta		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	2.2	2.3	2.4
2	J.M.A	mujer	2.5	2.3	3.6
3	L.R.M.L	mujer	3.4	2.3	3.7
4	L.H.G	mujer	3.3	2.3	3.6
5	M.H.K.G	mujer	3.3	2.3	3.0
6	S.H.C.B	mujer	3.3	2.3	2.9
7	V.P.F	Hombre	2.3	2.3	3.2

El Factor II. “No Asertividad en el área afectiva” se observa que 4 alumnos disminuyeron su puntaje (ver Tabla. 11), indicando la disminución de la “No Asertividad” en el área afectiva, indicando la Asertividad en dicha área lo cual indica que el adolescente adquirió habilidades para expresar sus sentimientos y necesidades, generalmente este tipo de Asertividad la aplica con familiares y amigos (as). 2 alumnos acentuaron más su inhabilidad para expresar lo que sienten o piensan 1 alumno se mantuvo en el puntaje tanto antes como después de la evaluación.

Tabla 11. Factor II.

sujeto	alumno	Sexo	Factor II. No Asertividad en el área afectiva.		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	3.1	2.6	2.1
2	J.M.A	mujer	3.2	2.6	2.6
3	L.R.M.L	mujer	3.3	2.6	3.3
4	L.H.G	mujer	2.6	2.6	2.7
5	M.H.K.G	mujer	2.5	2.6	2.8
6	S.H.C.B	mujer	3.3	2.6	3.0
7	V.P.F	hombre	3.0	2.6	2.9

El Factor. III “Asertividad en situaciones cotidianas” 4 de los 7 alumnos aumentaron su “Asertividad” en interacciones cotidianas, siendo éstas con personas generalmente desconocidas, el resto (3 alumnos) disminuyeron su habilidad para hacer valer sus derechos con personas con las que no establecen ninguna relación. Ver tabla 12

Tabla 12. Factor. III

sujeto	alumno	Sexo	Factor. III. Asertividad en situaciones cotidianas		
			XI	XE	XF

1	G.M.J.C	hombre	3.6	3.8	3.5
2	J.M.A	mujer	3.0	3.8	3.7
3	L.R.M.L	mujer	2.9	3.8	3.7
4	L.H.G	mujer	2.3	3.8	2.8
5	M.H.K.G	mujer	3.8	3.8	4.0
6	S.H.C.B	mujer	3.4	3.8	3.0
7	V.P.F	hombre	4.6	3.8	3.4

El Factor IV. Asertividad por medios indirectos con autoridades 4 de los 7 alumnos incrementaron sus Asertividad por medios indirectos, como se puede observar en la tabla 13 es decir los alumnos prefieren enfrentarse a las figuras de autoridad solo a través de cartas, por teléfono o cualquier otro medio a fin de evitar enfrentamientos cara a cara, y 3 de los alumnos mantuvieron su puntaje, en la evaluación inicial como en la final.

Tabla. 13 Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades

suje	to	alumno	Sexo	Factor. IV Asertividad por medios indirectos con autoridades.		
				XI	XE	XF
1		G.M.J.C	hombre	3.0	3.3	3.0
2		J.M.A	mujer	2.0	3.3	2.3
3		L.R.M.L	mujer	4.0	3.3	4.0
4		L.H.G	mujer	3.3	3.3	4.3
5		M.H.K.G	mujer	3.0	3.3	3.0
6		S.H.C.B	mujer	3.3	3.3	4.6
7		V.P.F	hombre	2.3	3.3	4.0

El Factor V No Asertividad en el área escolar, 5 de los 7 alumnos incrementan su “No Asertividad “en un contexto escolar, es decir el alumno no es capaz de expresar sus desacuerdos, pensamientos y sentimientos con compañeros o maestros del ambiente escolar; los 2 adolescentes restantes disminuyeron

su puntaje haciendo evidente su capacidad para emitir sentimientos y pensamientos y hacer valer sus derechos en un ambiente escolar. Ver tabla 14

Tabla. 14. Factor. V

sujeto	alumno	Sexo	Factor. V No Asertividad en el área escolar		
			XI	XE	XF
1	G.M.J.C	hombre	3.4	2.6	2.5
2	J.M.A	mujer	1.8	2.6	3.7
3	L.R.M.L	mujer	2.7	2.6	4.0
4	L.H.G	mujer	2.8	2.6	2.5
5	M.H.K.G	mujer	2.2	2.6	2.4
6	S.H.C.B	mujer	2.5	2.6	2.8
7	V.P.F	hombre	1.5	2.6	2.7

En las evaluaciones que se realizaron sobre Asertividad, se presentarán ejemplos de la sesión 18, 19 y 22 (ver anexo 8) se presentan las que pertenecen a alumnos del caso 1, los cuales a lo largo del taller mostraron disposición e interés. Pese a que como cualquier adolescente se distraía en algún momento, sin embargo, cumplieron con cada actividad solicitada.

Sesión 18

- ❖ A.A.E. : El alumno, mostraba interés en cada sesión, es un adolescente muy dedicado a sus actividades escolares , en su evaluación se observa que diferencia los tres tipos de respuesta muy bien
- ❖ M.R.G: Éste alumno, fuè muy receptivo y por lo general era respetuoso y un poco serio, sin duda manifiesta su personalidad en la forma de contestar la evaluación, ya que en su respuesta agresiva, no lo es tanto como otras evaluaciones revisadas. sin embargo sus respuestas son adecuadas.

- ❖ M.V.D: La alumna era muy inquieta, sin embargo cumplía con cada actividad, fuè una alumna muy participativa en el taller. Como se puede observar en su evaluación la respuesta agresiva y pasiva están bien contestadas, sin embargo su respuesta asertiva, tiende a ser un poco pasiva ya que no expresa lo que siente (no expresa “el se cuidarme sola” de manera asertiva).

Sesión 19: En ésta se utilizó la evaluación de A.A.E y M.R.G ambos respondieron muy bien.

Sesión 22: evaluación sumaria. Se utilizó la evaluación de M.R.G Y B.A.Z.E.

En lo que respecta a los resultados obtenidos del instrumento de Autoconcepto, se excluyeron 25 % de alumnos, como se puede observar en la tabla 15, debido a que no estuvieron en la evaluación inicial por que no asistieron.

Tabla. 15 Resumen del procesamiento de los casos

Evalua			N	%
Antes	Casos	Válidos	27	75.0
		Excluidos ^a	9	25.0
		Total	36	100.0
Después	Casos	Válidos	27	75.0
		Excluidos ^a	9	25.0
		Total	36	100.0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

En la tabla 15. Se presentan los resultados que se obtuvieron del instrumento de Autoconcepto “Yo soy”. En la grafica 6 se muestran visualmente estos datos.

En la dimensión de Autoconcepto social se conforma por la sociabilidad Afiliativa (SA), la cual obtuvo un incremento de 50.9 a 51.9, faltando 4.92, para alcanzar el puntaje esperado, sin embargo el ligero incremento indica la apertura a tener relaciones interpersonales positivas y constructivas de acuerdo a los comportamientos sociales establecidos en la cultura mexicana.

El siguiente componente de esta misma dimensión es la Sociabilidad Expresiva, (SoEx), obtuvo un incremento de 35.7 a 36.4, sobreponiéndose

ligeramente al puntaje esperado, indicando que los adolescentes han asimilado qué la comunicación permite una convivencia humana favorable y placentera.

En cuanto a la segunda dimensión llamada Autoconcepto emocional, se integra por:

Estado de ánimo, (EA), obtuvo un puntaje en la evaluación inicial de 37.2 en comparación con la evaluación final de 38.8, no se llegó al puntaje esperado, sin embargo el incremento visualizó percepciones positivas de los adolescentes con respecto a su Autoconcepto.

Otro elemento de esta dimensión es la Interacción emocional (IE), la comparación inicial y final obtuvo puntajes de 31.2 a 31.6 respectivamente indicando la apertura que tienen a socializar con afecto y compromiso para con las demás personas.

El último componente de esta dimensión es: Salud emocional (SaEm), obteniendo un 38.5 en la evaluación inicial y en la final un 40.1 mostrando un incremento al puntaje esperado, mostrando abnegación, ante determinadas situaciones.

La tercera dimensión del instrumento llamada Autoconcepto ocupacional educacional, se compone por el área Ocupacional educacional (OE), y obtuvo puntajes de 38 a 38.4, de la evaluación inicial a la final, lo cual se observa un ligero incremento por lo cual son capaces de asumir que pueden ser eficientes competentes y cumplidos, pero con cierta reserva.

La Iniciativa (I), pertenece asimismo a esta dimensión, mostrándose una ligera disminución, mostrando cierta apatía o pasividad para realizar sus trabajos o actividades.

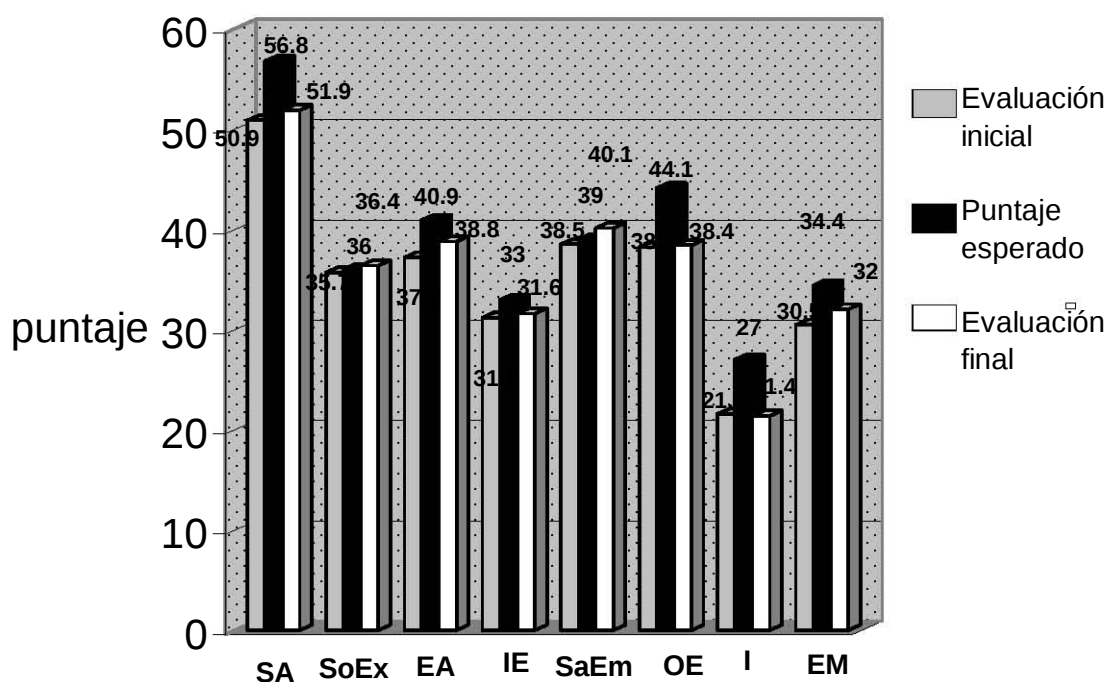
La cuarta y última dimensión llamada: Autoconcepto ético-moral, obtuvo en la evaluación inicial 30.5 y en la final 32, mostrando un incremento en honestidad, honradez y sinceridad para afrontar actividades educativas o en cualquier situación de interacción social. (Ver tabla 16)

TABLA.16.

**COMPARACIÓN DE PUNTAJES ESPERADOS CON LOS OBTENIDOS EN
LA EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL DE LA ESCALA DE AUTOCONCEPTO**

	Sociabili- dad Afiliativa (SA)	Sociabilidad Expresiva (SoEx)	Estado de Ánimo (EA)	Interacción Emocional (IE)	Salud Emocional (SaEm)	Ocupación Educativa (OE)	Iniciativa (I)	Ético moral (EM)
Puntaje Esperado	56.82	36.01	40.98	33.06	39.02	44.16	27.0	34.45
Evaluación Inicial	50.9	35.7	37.2	31.2	38.5	38	21.6	30.5
Evaluación Final	51.9	36.4	38.8	31.6	40.1	38.4	21.4	32

COMPARACIÓN DEL PUNTAJE ESPERADO CON LA EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL DE LA "ESCALA DE AUTOCONCEPTO"



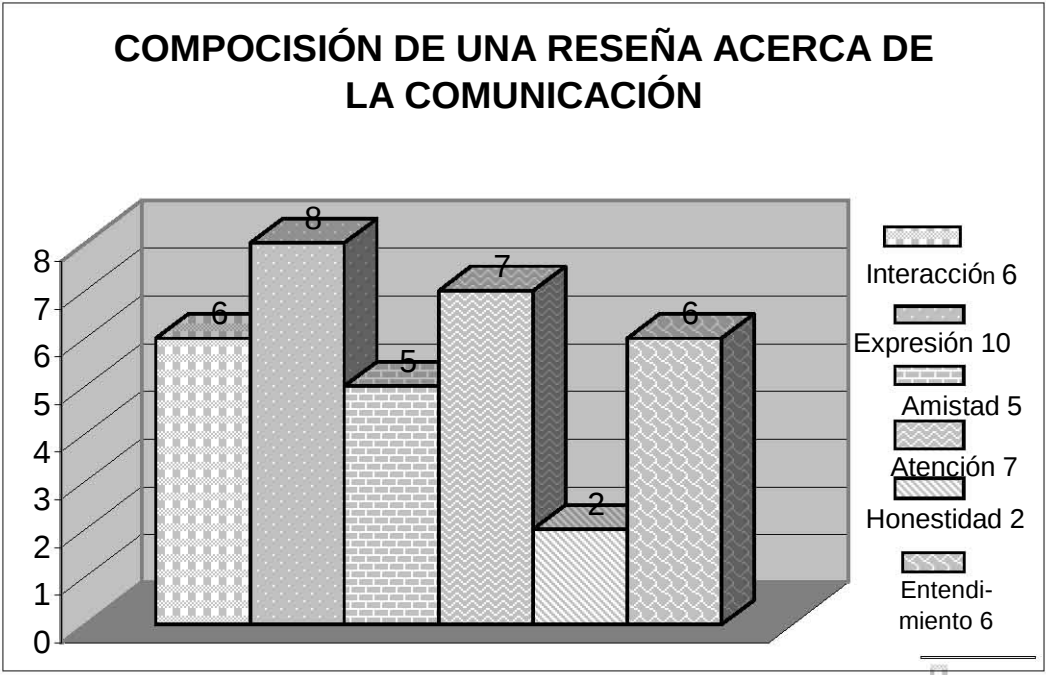
Gràfica 6.

Resultados de las evaluaciones sumarias del grupo

Los resultados que a continuación se presentan son de todo el grupo.

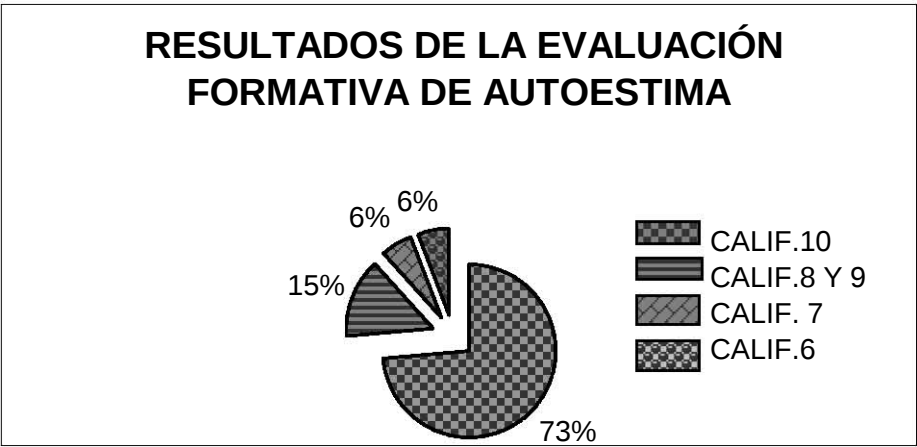
En la grafica.7 se hacen evidentes los conceptos que asimilaron los adolescentes, con respecto a las seis sesiones de comunicación, y en donde la expresión de un mensaje representa uno de los factores mas importantes de la comunicación para algunos integrantes del grupo, así como la atención que se le debe de poner ala comunicación misma, el entendimiento y la interacción representan para estos adolescentes, también componentes esenciales de la comunicación.

Por último esta evaluación hace tangible, que tan solo dos adolescentes consideraron a la honestidad como parte importante de la comunicación.



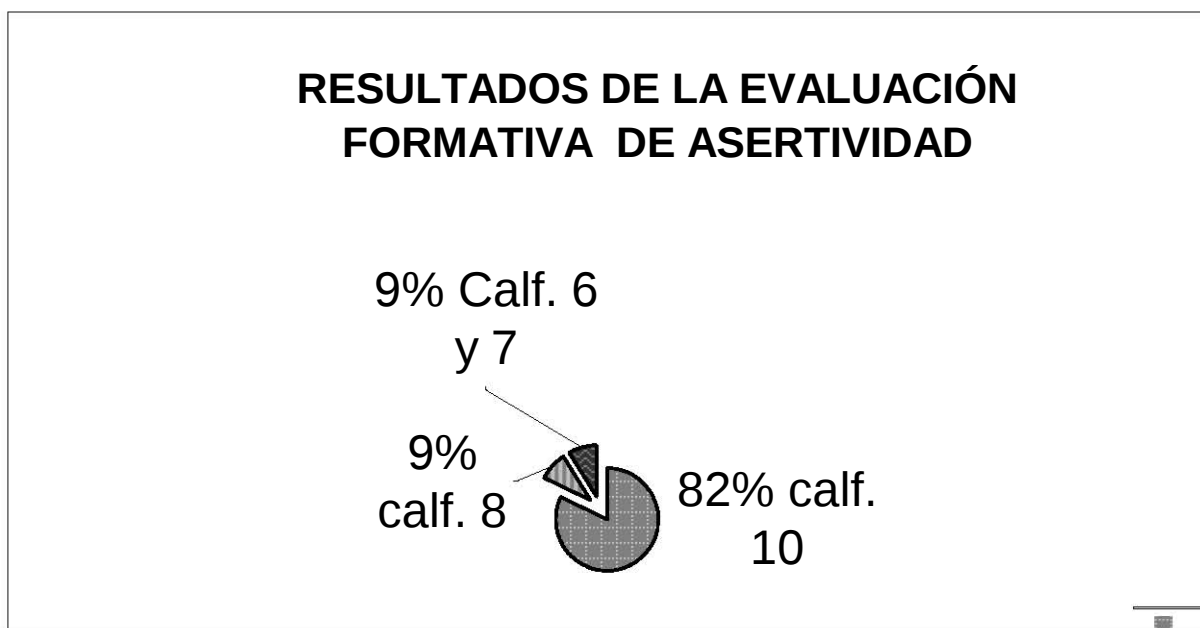
Gráfica 7.

En lo que respecta a la evaluación formativa de Autoestima (ver gráfica 8), el 73% obtuvo calificaciones aprobatorias, como 8, 9 y 10 lo cual indica que los adolescentes en su mayoría tienen buena asimilación y contestaron bien en los conceptos más importantes que se manejaron en las cuatro sesiones de autoestima.



Grafica. 8

Por último la evaluación sumaria de Asertividad obtuvo en 82% calificaciones excelentes (ver gráfica 9), , lo cuál indica que al resolver los problemas específicos que se les plantearon, los adolescentes los supieron resolver de manera tal, que se obtuvieron calificaciones como 8 y 10 a diferencia de los que tuvieron calificaciones de 6 y 7.



Gràfica. 9

CONCLUSIONES

La comunicación es inherente en los seres humanos ya que somos capaces de comunicarnos de manera verbal y no verbal, sin embargo si se hablara o comunicaran las personas por el simple hecho de hacerlo provocaría un incoherencia comunicativa , para evitar este tipo de situaciones es necesario que conozcamos el tipo de habilidades comunicativas con las que contamos como: saber escuchar, hablar, codificar adecuadamente los mensajes, reconocer las actitudes del emisor y del receptor así como la igualdad de conocimientos o contenidos del mensaje y del entorno sociocultural; en continuidad con la comunicación Scott & Pawers (1985), consideran importante contar con las siguientes competencias: tiempo, compromiso consigo mismo y con los demás, empatía, revelación-confianza, reciprocidad, que, aunadas a las habilidades antes mencionadas permiten una comunicación y relaciones eficaces.

Otra característica importante a considerar para el establecimiento de una adecuada comunicación es el manejo de la conducta asertiva a través de la cual se expresa lo que uno cree, siente o quiere, respetando los derechos de la persona a la que se le exprese el mensaje.

Por lo tanto la comunicación es un elemento clave que interviene en todo el ciclo vital, pero en la adolescencia surge la necesidad de promover estos aprendizajes ya que el adolescente atraviesa por una serie de cambios: físico corporal, engrosamiento de la voz, manejo de la sexualidad, búsqueda de identidad, identificación con amigos, relaciones amorosas, por mencionar algunos, lo cual involucra patrones de comportamiento diferentes de los que tenía en su niñez.

Por los resultados observados se comprueba que el adolescente:

- Se separa de los padres y figuras de autoridad y le dan mayor importancia a las relaciones de grupo ya que esto les ofrece la posibilidad de identificarse y que a la vez éstos le brinden apoyo emocional y guía en la toma de sus decisiones. (Horrocks, 1986; Monroy, 2002).
- Las características psicológicas de su etapa son las constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo debido a un sentimiento básico de ansiedad y depresión que esta vinculado con el hecho de que no son niños pero tampoco adultos. (Abesturi y Knobel, 1989, citado en Monroy 2002).

También se observó que la comunicación entre padres e hijos es limitada, debido principalmente a:

- Falta de tiempo ocasionado por las actividades cotidianas de ambos padres, ya que el tiempo que sea dedicado a la comunicación es decisivo para entablar una relación más profunda y duradera.
- Ausencia de compromiso consigo mismo y con los demás: los padres por mantener una actitud autoritaria y de manutención del hogar tal vez se hacen insensibles a las necesidades y sentimientos de sus hijos y los adolescentes al separarse de su familia buscan encontrar siempre defectos en ella. (Scott y Pawers, 1985)

Los resultados en la evaluación inicial arrojados del Cuestionario de Detección de Necesidades muestran que el adolescente está sin duda en contacto con la familia, los amigos y profesores, que evidentemente intervienen en su núcleo social, para lo cual siempre involucra a la comunicación, la cual es constante, pero no en todos los casos es adecuada; por lo anterior se deduce que tanto adultos como adolescentes mantienen la actitud que señala López y Simonetti (1984,p.153) “Nos comunicamos y relacionamos según reglas, pero no nos

percatamos de las reglas que guían nuestro comportamiento, ya que no percibimos explícitamente las reglas que sigue nuestra comunicación cuando es eficaz y la que viola cuando es perturbada” .

En cuanto a los resultados de la escala de Asertividad se disparaban las medias obtenidas con las esperadas y se hacían más evidentes en el área de asertividad indirecta, en cuanto a la Escala de Autoconcepto todos los puntajes resultaron ser menores a los esperados.

- Por lo tanto la evaluación diagnóstica es sin duda un elemento de valor que ayuda en mayor medida a conocer la problemática más de cerca, en especial los cuestionarios de preguntas abiertas, sin demeritar los instrumentos de medición que también fueron utilizados (Escala Multidimensional de Asertividad y la escala de Auto concepto) en este documento.

Por lo anterior, se elaboró un programa de intervención con el objetivo de fortalecer el desarrollo personal del adolescente, haciéndolo capaz de responsabilizarse de sí mismo, y de esta manera establecer relaciones positivas y constructivas tanto consigo mismo como con los demás.

Al hacer el análisis de los resultados de la Escala Multidimensional de asertividad estos no fueron estadísticamente significativos, sin embargo, para analizar la efectividad del taller se tomó en cuenta como sustento teórico el Enfoque Interaccional de la comunicación, éste establece que la comprensión de alguna disfunción en un sistema interaccional sólo es posible mediante la observación. En base a la experiencia directa con el grupo se observaba constantemente la participación del grupo, la actitud, el trabajo, etc.; y de éste se seleccionaron 2 categorías (1 activos, 2 pasivos):

1) Los participantes activos considerados en relación a los siguientes criterios de exclusión: asistencia a todas las sesiones de trabajo, gestos de aceptación, actitud de alerta, participación en las dinámicas y actividades.

2) participantes pasivos: fueron aquellos que no cumplieron con los criterios señalados.

En lo que respecta al grupo del caso 1 se contó con 10 alumnos los cuales fueron constantes durante toda la intervención y en el caso 2 se ubicó a 7 alumnos siendo los que constantemente distraían al grupo y no participaban, etc.

Como se observó en los resultados de los alumnos del caso 1, respondieron bien al programa incrementando o reduciendo puntajes, siendo éstos más evidentes y favorables para el alumno a excepción de un alumno, lo cual parecería que le resultó difícil aplicar este tipo de aprendizajes, tal vez el ambiente cultural es mucho más influyente, como Díaz (1993) señala, que México se encuentra envuelto en una cultura abnegada y socialmente se espera que los demás sean abnegados el no serlo representaría ir contra el mandato cultural.

De acuerdo al análisis del caso 1 y 2 el taller es mucho más efectivo, si el alumno:

- Asiste al taller,
- Cumple con las actividades
- Mantiene un interés constante

Los alumnos del caso 1 pusieron a prueba su experiencia y los conceptos, contrastando ambos con la realidad, esto les permitió asumir un rol personal y social contribuyendo a su seguridad emocional, por lo cual si se da una dirección a la reflexión del adolescente, esto puede tener efectos significativos sobre su aceptación y estatus social, sobre la eficiencia de su participación en varias actividades y sobre su ajuste emocional. (Horrocks, 1986)

Por lo tanto el taller es sin duda, útil para fortalecer en el adolescente la apertura a la experiencia para mantenerse en contacto con la realidad y tener confianza en sí mismo, para que de esta forma haga valer su libertad para

expresar sentimientos y pensamientos, asumiendo la responsabilidad y el compromiso que ello conlleva, coadyuvando a su desarrollo personal y por consecuencia el establecimiento de relaciones constructivas.

- El trabajo grupal beneficia a los adolescentes porque les brinda la oportunidad de incorporarse y sentirse parte de un grupo y a su vez consideran que su participación es importante ya que el aprendizaje es el resultado de la interacción y vivencia del grupo en el cual no sólo aprenden del facilitador si no también de los compañeros (as) y/o amigos (as) con los que comparten la experiencia.
- La indisciplina y la apatía pueden limitar la adquisición de las habilidades de comunicación en los adolescentes, por lo cual, es importante motivarlos constantemente a participar citando ejemplos similares a su realidad cotidiana para que de esta forma surja el interés en ellos, en base a la identificación de experiencias, sin menospreciar el valor de sus ideas, además de dirigirse a ellos por su nombre, todo esto da como resultado una mayor disposición del adolescente a las actividades que se le propongan.
- El adolescente es capaz de reflexionar, sobre su forma de pensar y la de los demás, haciendo valer su capacidad crítica y reflexiva a partir del aprendizaje adquirido en su ambiente social (MEXFAM, 1996)

Por otro lado en cuanto al Auto concepto, los resultados, mostraron incrementos, tanto en la evaluación intermedia como en la evaluación final del instrumento, lo cual indica que los adolescentes tienen apertura y asimilan la información proporcionada.

La autoestima representa una plataforma básica para encarar las situaciones diarias por lo tanto los adolescentes:

- Han desarrollado la habilidad para entender como debe de ser el comportamiento social. Ya que confían en su propia facultad para entender la realidad confiando en su capacidad de aprendizaje y en su positiva actitud ante la vida. (Manual TIPPS, 2001).
- Han aceptado a la comunicación como un elemento fundamental para una convivencia armónica con los demás; y en donde lo que se piensa que se es y la experiencia con otras personas proveen el marco de conducta comunicativa que se practica tanto para si mismos para con los demás. (Scott y Powers, 1985).

Por lo observado en el presente programa, se alcanzó el objetivo propuesto, ya que al inicio del mismo, los adolescentes tendían a ser demasiado herméticos, conforme fué avanzando el número de sesiones, los alumnos tuvieron mucho más disposición para trabajar en las actividades.

Por lo cual es importante la elaboración de programas que aborden y promuevan el tema de comunicación para que beneficie al adolescente y así fortalezca y desarrolle sus habilidades comunicativas, lo que le permitirá tener facilidad para entablar relaciones interpersonales o bien para enfrentar situaciones problemáticas

Mis objetivos personales iniciales no se comparan con la experiencia cotidiana existente en el salón de clases, la presencia de variables no contempladas que se tuvieron que solucionar al momento para no atrasar las sesiones de trabajo, o para aligerar tensión. El trabajo grupal representa un gran reto, pero también una fuente de aprendizaje.

Por último, de acuerdo a los resultados de esta investigación, se espera que este un programa motive a posteriores investigaciones relacionadas a la importancia de la comunicación, mejorando dicho trabajo y abogando a que el desarrollo de habilidades comunicativas sin duda nos conduce a la convivencia armónica en cualquier ambiente social,

Se recomienda trabajar con los padres de familia, para fortalecer sus habilidades de comunicación y de esta manera logren una mayor convivencia con sus hijos.

Durante la implementación del programa, se presentaron algunas limitaciones, en cuanto al espacio de trabajo, iluminación y mobiliario inadecuado, disminución de tiempo establecido y falta de apoyo de los profesores, así como de las autoridades de la escuela secundaria.

Para posteriores investigaciones es importante que se tomen en cuenta estas limitaciones para disminuir el margen de error y favorecer el éxito de la investigación.

Sugerencias:

- ❖ Contar con convenios en el que se especifiquen las funciones de cada una de las instituciones.
- ❖ Tomar en cuenta la participación e integración de los docentes al grupo de trabajo para favorecer y contribuir al logro de los objetivos.
- ❖ Promover una convocatoria en la escuela para integrar un grupo de trabajo, por niveles (1°, 2° y 3° año) con la finalidad que los participantes tengan un genuino interés y así se trabaje con más compromiso.
- ❖ Antes de aplicar un programa, concientizar y motivar al alumno en las ventajas y efectos de su participación.

REFERENCIAS

- Abadía, S. (1999). *Investigar con los talleres de ciencias sociales*. España: Mira.
- Aguilar, Kubli ,E, (1987). *Asertividad: Como ser tu mismo sin sentirte culpable*. México: PAX.
- Álvarez L. (1999). *La formación de valores en la escuela secundaria*. Revista de educación 2001. V, No 49, 36-41.
- Araiza, M (2002). *La experiencia de grupos en estudiantes Universitarios*. Psicología iberoamericana .10. 4, 3-13.
- Arnold P. Goldstein, Robert P. Sprafkin, N Jane Gershaw, Paul Klein (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. España: Martínez roca.
- Berlo. D (1996). *El proceso de la comunicación. Introducción a la teoría y la práctica*. Buenos Aires: El ateneo.
- Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® 2004. © 1993-2003 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
- Bisquerra, R. (2001). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona. CISS PRAXIS educación
- Blander, R, y Grinder, J (1996). *La estructura de la magia. Cambios y congruencia*. Santiago de Chile: Cuatro vientos.
- Branden, N (1998). *Los seis pilares de la autoestima*. México: Paidós
- Bronfenbrenner, (1986). *Ecology of the family a ontes for human development: Research perspectives*. *Develoment psychology*.22.6. 723-742.
- Cascon S, Martín B. (2000). *La alternativa del juego I juegos y dinámicas de educación para la paz*. Madrid: El perro sin mecate, los libros de la catarata.
- Castanyer O. (1997). *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. España: Desclée De Brouwer.
- Castillo, A. (2004). *Propuesta de un taller sobre la importancia educativa de la autoestima en adolescente* Tesis de licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México. , Facultad de filosofía y letras. Licenciatura en pedagogía. DF.
- Cava, M Y Misita,G. (2000). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona, España: Pàidos
- Craig, G. (2001) *Desarrollo Psicológico*. México: Pearson educación.

Díaz, G.R (1993). *Un factor cardinal en la personalidad de los mexicanos*. Revista de psicología y personalidad, Vol.IX, No.2, 1-19

Fensterheim H y Baer J (1983). *No diga si cuando quiera decir no*. Mexico: Grijalbo

Fernández, R. (1994). *Manual de psicología preventiva. Teoría y práctica*. Madrid XXI. España.

Fernández S. (1990). *La comunicación en las relaciones humanas*. México: Trillas

Flores,M & Díaz R. (1993).Asertividad y otros estilos de interacción social: redes semánticas. Revista de psicología social. 11, 1,29-44.

Fuertes A, Carpintero E, Martínez J, Soriano S y Hernández A. (1997). *Factores predictores de la autoestima con los iguales y de la intimidad relacional en la adolescencia*. Revista de psicología social (12) 1,113-127

García, B (1999). *Psicología y orientación educativa. Tomo II. Guía para el alumno*. Universidad Autónoma de Puebla.

García, F. (2005). *Interpretando la cotidianidad en Santo Domingo una descripción global de relaciones entre lo global y lo local*. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México. , Facultad de psicología. D.F.

Gil, A. (2002). *La orientación educativa para el desarrollo integral del adolescente en educación media básica*. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de psicología. D.F.

Gómez del C, Lafarga C. (1990). *Desarrollo del potencial humano: aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas.

Gonzáles, A. (1995). *De la sombra a la luz, desarrollo humano transpersonal*. México: jus.

Gonzáles, A. (1991).*El enfoque centrado en la persona: aplicaciones a la educación*. México: Trillas.

Gonzales, P y Granados M. (2003). *Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes una estrategia de intervención*. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de psicología. D.F.

Gutiérrez, E. (1974). *Pedagogía de la comunicación*. Buenos Aires: Hvmánitas

Hall C, Lindze y G. (1978). *Teorías de la personalidad*. New York: Weley

Hernández, P. (1991). *Enfoque clínico y humanista: educación de la personalidad y de la adaptación*. Psicología de la educación. México: Trillas

Hernández, R. (1997). *Implicaciones educativas del paradigma humanista. Teorías psicológicas de la instrucción*, facultad de psicología .UNAM SEM.99/1 clave.820 tema II.

Hoffman, I, Hall, E y Paris, S. (1997). *Psicología del desarrollo hoy II*. España: McGraw Hill.

Horrocks, J. (1986) .*Psicología de la adolescencia*. México: Trillas.

Hybels S. (1983). *La comunicación*. México: Logos Consorcio

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. Boletín de México del hospital infantil de México. *Estadísticas de salud en niños y adolescentes*. Vol.61 septiembre-octubre 2004. No 5. p.459

Jaubowski, P y S Lange. (1978). *The assertive option: Your rights and responsibilities*. Research Press Company.

Lechner, S. (1976). *La preadolescencia: erupción de la pubertad. Desarrollo infantil normal. Monografías de la asociación mexicana de psiquiatría infantil*. México: Impresiones modernas.

López, A, y Simonetti ,F. (1984). *Introducción a la psicología de la comunicación .Textos y ejercicios*. Chile: Universidad Católica de Chile

López, S. (2005). *Taller: formación de tutores: acción tutorías desde una perspectiva humanista en el bachillerato del colegio de ciencias y humanidades, plantel naucalpan (enfoque centrado en la persona de Carl Rogers)* tesina. UNAM. Facultad de psicología

Loreto, G (1996). *La comunicación una experiencia de vida .manual de trabajo en grupos*. México: Plaza y Valdez.

Manual TIPPS. (2001). *Talleres interactivos para la promoción de salud* .fundación de investigaciones sociales AC. México: Fisac.

Martín, E (1997). *La orientación educativa y profesional en la educación secundaria*. México: Mc Graw Hill

Medrano, C. (2004). *La teoría humanista de Carl Rogers*. Recuperado el 6 de mayo de 2005, <http://www.rogers.org.mx>.

Martinez, P. (2002). *La orientación psicopedagogica: modelos y estrategias de intervención*. Madrid : EOS

MEXFAM. (1997). *Hablemos de sexualidad*. Lecturas. México. Mexfam y Conapo.

Michelson,L Suai,D Word,R y Kazdin,A (1987).*Las habilidades sociales en la infancia* . España. Martínez roca.

Monroy, A. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. México: Pax México.

Moreno, B. (2000). *Didáctica Fundamentaciòn y práctica 2*. México: Progreso

Ocampo, R. y Vázquez ,S. (2000). *Método de comunicación asertiva, el método que acerca a las personas*. México: Trillas

Ortiz, R. (2002). *Autoestima y actitud hacia la sexualidad en adolescentes*. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México.

Papalia, D, Wenkdkos,S y Duskin,R. (2001). *Desarrollo Humano*. Colombia: Mc Graw Hill.

Pick, S & Vargas, E (2000). *Yo adolescente. Respuestas claras a mis grandes dudas*. México: Ariel escolar

Quitmann, H (1989). *Psicología humanista*. Barcelona. Herder.

Rice, F. (1997). *Desarrollo humano estudio del ciclo vital*. México: Peardon educación.

Ríos, S. (s/f) Proyecto: investigación de interacciones sociales. UIICSE. Recuperado el 28 de julio de 2005, e-mail: mrrsaservidor.unam.mx

Rogers, C. (1969). *Humanismo*. México: Paidós

Ruano, R y Sierra, E. (2001). *La familia con hijos adolescentes*. España: octaedro

Schramm ,Wilbur (1973). *La ciencia de la comunicación*. México: Roble.

Safa, P. (1992).*Por que enviamos a nuestros hijos a la escuela. Socialización infantil e identidad popular*. México: Grijalbo

Santrock.W. (2002). *Psicología de la educación*. México: Mc Graw Hill

Scott & Powers. (1985). *La comunicación interpersonal como necesidad*. Madrid: Narcea

Shea, M y Bauer, A (1999).*Educación especial. Un enfoque ecológico*. México: Mc Graw Hill

Silva, M. (2000). *Baterías de apoyo para la orientación vocacional* .México.

Vallès, A. (1996). Habilidades sociales, programa de apoyo. En Guía de actividades de recuperación y apoyo educativo. Dificultades de aprendizaje. Cap.14, pp-202-214. España: Escuela española

Velasco (1996). Drogas: conceptos básicos y herramientas para la prevención. Santiago de Chile: organización de los estados americanos: Ministerio interior.

Watzlawick, P, Beavin, J, Jackson, D. (1971). *Teoría de la comunicación humana*. Buenos Aires: Tiempo contemporáneo.

Weaver, W. (1972). *La teoría matemática de la comunicación*, en AG. Smith (compiladores) Comunicación y cultura: BsAs Nueva visión

Wielkiewicz, R.M. (1999). *Manejo conductual en las escuelas. Principios y métodos*. México: Limusa.

ANEXOS

Ì N D I C E D E A N E X O S

Anexo 1. programa de intervención : Taller para la promoción de comunicación y asertividad

.....

Fase I: Integración grupal e información inicial (3 sesiones)

Sesión 1: Presentación e integración.....

Sesión 2: Presentación del taller de comunicación asertiva.....

Sesión 3: Distensión e integración grupal.....

Fase II: Comunicación (6 sesiones)

Sesión 4: Identificar los componentes comunicativos.....

Sesión 5: Descubrir al emisor y al receptor.....

Sesión 6: Examinar tipos de mensajes.....

Sesión 7: Explicar la función de los sentidos.....

Sesión 8: Comparar la comunicación verbal de la no verbal.....

Sesión 9: Identificar la capacidad de diálogo.....

Fase III: Autoestima (4 sesiones)

Sesión 10: Plantear la importancia de la comunicación con uno mismo.....
Sesión 11: Generalizar su concepto de autoestima.....
Sesión 12: Explicar la importancia de la autoestima.....
Sesión 13: Reconocer y valorar su capacidad.....

Fase IV: Comunicación Interpersonal (4 sesiones)

Sesión 14: Reflexionar sobre la comunicación interpersonal.....
Sesión 15: Explicar creencias acerca de la comunicación familiar.....
Sesión 16: Diferenciar los conflictos en la familia.....
Sesión 17: Identificar la importancia de la comunicación con pares.....

Fase V: Asertividad (5 sesiones)

Sesión 18: Distinguir la conducta asertiva-pasiva-agresiva.....
Sesión 19: Comparar la conducta asertiva-pasiva.....
Sesión 20: Identificar las causas de la falta de Asertividad.....
Sesión 21: Conocer los derechos asertivos.....
Sesión 22: Resolver situaciones problemáticas.....

Fase VI: Clausura del taller

Sesión 23: Cierre del “Taller de Comunicación Asertiva.....

Sesión 24: Evaluación final.....

Anexo 2. Cuestionario de Detección de Necesidades.....

Anexo 3. Escala Multidimensional de Asertividad.....

Anexo 4. Escala de Autoconcepto “Yo soy”.....

Evaluaciones sumarias de asimilación de conceptos

❖ **Anexo 5. Comunicación.....**

❖ **Anexo 6. Autoestima.....**

❖ **Anexo 7. Asertividad.....**

Anexo 8. Ejemplos de evaluación del taller.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: I Integración grupal e información inicial SECIÓN: 1 TEMA: Presentación e integración OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Conocer y romper el hielo entre el facilitador y el grupo e informar sobre los días que se trabajará en grupo				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.-Los alumnos conocerán la dinámica de trabajo, así como a sus facilitadores. 2.- Los alumnos reconocerán a cada miembro del grupo. 3.- Identificar a los líderes naturales del salón mediante un "sociograma"	1.- Se realizara la presentación de los facilitadores y se les hará saber los días que se trabajará con los adolescentes, así como el horario que se abarcara para cada sesión. 2.- Se aplicará la dinámica de presentación"telaraña". Los participantes se colocan de pie formando un circulo y se le entrega a uno de ellos una bola de estambre, la consigna de partida es que deben de decir su nombre y el nombre de un animal que les agrade, para posteriormente tomar la punta del estambre y lanzar la "bola" a otro compañero quien a su vez debe presentarse de la misma manera. (La acción se repite hasta que todos los participantes quedan entrelazados en una especie de telaraña. Reflexionar que es lo que se promovió en la misma. 3.-Sociograma" (1).solicitar, una hoja a cada alumno anoten su nombre y contesten las siguientes preguntas: 1. ¿A quien elegirías de tu salón para ser representante de grupo? 2. ¿A quien elegirías de tu salón para encargarle un favor? 3. ¿A quien elegirías de tu salón para formar una competencia en educación física? 4. ¿A quien de tu salón le confiarías tus problemas? 5. ¿A quien elegirías de tu salón para pasar un rato	1 Una bola de estambre.	5 minutos 15 minutos 8 minutos.	<u>Forma de calificar.</u> Se elabora un diagrama en donde con la ayuda de triángulos y círculos anotando la respuesta en una forma grafica, cada vez que responda una mujer, se encierra en un circulo y se le pone el numero equivalente en la lista dentro del numero, si es hombre se utiliza un triangulo y también se anota dentro del numero correspondiente, con flechas se va indicando quien selecciona a quien, si hay una relación reciproca, la flecha tendrá dos puntas. Las personas que obtengan mas flechas son los líderes naturales. Con ellos se pueden trabajar en la organización del grupo.

	divertido? 6. ¿A quien elegirías de tu salón para estudiar y sacar una buena calificación para el examen?	Un rotafolio y plumones de colores	7 minutos	
4.- Establecer las reglas del grupo.	4.-Técnica: Lluvia de ideas .Los alumnos propondrán las reglas que se seguirán en el taller y las escribirán en el rotafolio.		10 Minutos.	
5.- Establecer un ambiente de confianza entre los facilitadores y los alumnos.	5.- "Dinámica de las sillas". Colocar 2 filas de sillas pegando una contra otra en sentido opuesto (espalda c/espalda), colocar una silla menos al # de participantes. Poner música mientras los participantes giran alrededor de las sillas, al detenerse la música, estos deben de tratar de alcanzar silla, quien quede sin silla ira saliendo del juego, el último participante será el ganador.	Sillas, grabadora, CD.	5 minutos	
6.- Concluir la sesión.	6.- Se dará las gracias por la colaboración y se indicara la fecha y hora de la próxima sesión.			

OBSERVACIONES: El grupo mostró interés y disponibilidad en cada una de las dinámicas. En la dinámica de "La telaraña", se llegó a la objetivo esperado, cabe mencionar que los alumnos tendían a burlarse, o a presionar al compañero en turno si es que éste llegaba a tardarse o peor aún a equivocarse. En la dinámica de las sillas percibí una buena disposición, (a excepción de unas niñas que les toco participar y ellas se negaron, por lo cual solicite a alguien que quisiera participar en el juego) conforme se fue desarrollando la dinámica el grupo termino por dirigirla. Las limitaciones que se presentaron con respecto a la dinámica fueron en cuanto al mobiliario ya que las butacas eran muy pesadas y no se podían colocar todas en línea, para resolver la situación, solo se utilizaron las sillas que permitía el área de trabajo y solicite a los alumnos que ellos marcarían el ritmo en que los alumnos "ganaran la silla", en tiempos de 3 a 5 respondiendo estos exitosamente a la solicitud. Por otro lado las reglas no se establecieron adecuadamente debido a la falta de tiempo. Es muy importante tomar en cuenta si el mobiliario es adecuado para llevar acabo una dinámica, y retomar la funcionalidad de la dinámica de distensión.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria

FASE: I. Integración grupal e información inicial

SECIÓN: 2

TEMA: Presentación del taller de Comunicación y Asertividad

OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas.

OBJETIVO ESPECIFICO: Informar sobre los objetivos del taller, técnicas y reglas del trabajo, creando un ambiente de cohesión grupal en donde se llegue a comunes acuerdos.

ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.-Los alumnos conocerán la función que cumple un taller y que se espera del mismo.	1.-Solicitar a los alumnos que muevan sus sillas de tal manera que se forme un circulo. Se explicará que es un taller y se expondrán ejemplos. (Ver anexo 1).		5 minutos	
2.- Se informará a los alumnos sobre los objetivos del trabajo.	2.-Exponer la lámina de objetivos en donde se explicaran los temas que se abordaran.		5 minutos	
3.- Reestablecer reglas mediante un consenso.	3.- Se preguntará a los alumnos que tipo de reglas son necesarias para que halla orden en el salón y cumplir con los objetivos establecidos. Escribir las propuestas en el papel rotafolio. En base a las reglas solicitar la opinión acerca de cuales serán las consecuencias de su incumplimiento.	Rotafolio y plumones de colores.	15 minutos	
4.-Establecer un ambiente de confianza y cohesión grupal.	4.- Dinámica "Pescar con las manos". Los alumnos se cubrirán los ojos con tiras de tela y se les dará la siguiente consigna de partida: en esa condición deberán caminar y encontrar unas manos tomarlas e ir en busca de más manos no soltarse, hasta que se formen grupos; No esta permitido hablar, solo chistar; El grupo que tenga mayor numero de integrantes es el grupo ganador. Reflexionar la dinámica en base a los siguientes puntos: * ¿Les dio miedo la dinámica? * ¿Tenían temor de tomar la mano de alguien que no quisieran? * ¿Por qué?	36 tiras de tela (60cm. De largo y 7cm. De ancho)	20 minutos	

5.- Concluir la sesión	*¿Qué es lo que hace que tengamos confianza o no en las personas? *¿Creen en el grupo se pueda dar esta confianza sin tener algún temor? *¿Como se podría lograr? 5.- Se presentara el “Buzón “. Instrumento utilizado para depositar dudas, comentarios ó a los temas vistos o relacionados con el tema en cuestión; las respuestas se darán al inicio de cada sesión. Indicar fecha de la próxima sesión.	Buzón	5 minutos	
------------------------	--	-------	-----------	--

OBSERVACIONES: Los alumnos mostraron atención en la primera actividad, además, al solicitar información, ellos intentaban responder de acuerdo a sus ideas. En el caso de establecer las reglas, me sorprendió que los alumnos estén concientes sobre que se necesita para cumplir con las reglas y objetivos. En cuanto a la dinámica de" pescar con las manos", los alumnos tienen mucho temor de acercarse a los compañeros por lo cual unos fueron demasiado pasivos que preferían quedarse estáticos, otros bromeaban con tocar otra parte del cuerpo, o hacían trampa levantando un poco su cubre ojos, en general los alumnos no mostraron una disposición para aceptar a cualquier persona son muy selectivos y excluyentes y dicha actitud se destaca más en las mujeres; en la reflexión hubo participación sin embargo los adolescentes se mostraron un poco inquietos, se llego a la conclusión que no se debe de crear miedos ya que esto nos limita el establecimiento de las relaciones interpersonales..

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: I .Integración grupal e información inicial SECIÓN: 3 TEMA: Distensión e integración grupal OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Promover actitudes de conocimiento y convivencia grupal.				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.-El alumno reflexionará sobre las diferencias y similitudes que tiene en referencia con otra persona.	1.- Dinámica “Conocerse entre si”. Se entrega a cada alumno una etiqueta adherible en la cual anotarán su nombre, y abajo cinco palabras o frases breves que digan algo de ellas (os) mismos. Dar 5 minutos para escribir su etiqueta. Ejemplo: Maria Residente en la capital Nacida en Nuevo León Me gusta el fut-bol. Me gusta patinar Alegre y entusiasta Formar grupos de 2 a 3 integrantes máximo de integrantes .indicar que inicien conversación basados en las etiquetas que hicieron a intervalos de 1 minuto hacer que los alumnos cambien de compañeros a fin de que tengan todos la oportunidad de conocer a la mayor cantidad posible de compañeros. REFLEXION *¿Fue útil este ejercicio para conocer algunas otras personas? *¿Cuáles fueron las actividades de otros compañeros que les gusto mas? *¿Cómo se sienten con la participación en este grupo? *¿Todos comparten los mismos gustos? * Es bueno o malo que halla similitudes * Si todos tuviéramos los mismos gustos ¿que creen que pasaría?	34 Etiquetas adheridles de 8x 8 cm. Bolígrafos o marcadores de punto fino.	25 minutos.	
2.- Animar y distender al grupo.	2.- Dinámica “Cola de vaca”. Solicitar a los alumnos que se sienten formando un circulo; mencionar que se hará un juego: en el cual la única consigna de partida es que: una persona estará en el centro y hará una pregunta a cualquier integrante del grupo y este deberá contestar “La cola de la vaca”unicamente. Si dice otra cosa o se ríe pasara al centro dará una prenda de vestir y tendrá que hacer la pregunta a los demás, los demás si pueden reírse. Ejemplo:		20minutos	

3.- Concluir la sesión	¿Qué es lo que mas te gusta cuando sales? R= La cola de la vaca ¿Quién estaba triste ayer? R=La cola de la vaca. Preguntar ¿la dinámica les gusto o no? Retomar los comentarios que hagan los alumnos para concluir mencionando que la convivencia entre las personas afianza ó fortalece más la relación entre ellas. Dar por concluida la sesión dar las gracias por la cooperación e indicar el día de la próxima sesión.		5 minutos	
------------------------	--	--	-----------	--

OBSERVACIONES: en el caso de la actividad 1, tardaron mucho en anotar sus características algunos alumnos, sin embargo se dieron las polarizaciones la cual unos inmediatamente terminaron de hacer su etiqueta personal. Por otro lado les es difícil a los alumnos mostrarse, ya que muchos de ellos tapaban su etiqueta, y se observó que no quieren socializar con quienes no se llevan y lo manifiestan abiertamente "Es que ella me cae mal" en las niñas se muestra más esta actitud. Por otro lado en la segunda actividad, si hubo la disposición, pero los alumnos no saben que tipo de preguntas hacer, o no saben como hacerlas, se apenaban cuando estaban en el centro del círculo. En general la sesión se desarrolló bien salvo algunas distracciones de unas alumnas, que tendían a platicar mucho.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II Comunicación SESIÓN: 4 TEMA: Identificar los componentes comunicativos OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno conocerá el concepto de comunicación y explicará la importancia de comunicarse claramente.				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Introducir el término de comunicación.	1.- Técnica: "lluvia de ideas" iniciar con las preguntas que se encuentran a continuación y anotar todas las ideas en el pizarrón : ¿Qué tienen en común el periódico, la radio y la televisión?, ¿Cuál es el propósito que persiguen estos medios? ¿De que habilidades se basan para que nosotros les entendamos? Reflexión: ¿Que tienen en común ustedes con dichos medios de comunicación? ¿Con que habilidades cuentan como los medios de comunicación para lograr la atención de alguna persona? ¿Si ustedes fueran algún medio de comunicación que elegirían ser? ¿Por que? Introducir el concepto de comunicación (ver anexo 2) relacionando la información con las ideas expuestas por los alumnos.	Pizarrón, gises. Anexo 2	15 minutos	
2.- Los adolescentes entenderán la importancia de la comunicación clara	2.- Dinámica: "¿Estas siguiendo mis instrucciones?". Pedir a cada participante que tome una hoja de papel y escriba las instrucciones para "hacer un pan o sándwich con mermelada, mantequilla o crema de cacahuete, al terminar la hoja de instrucciones doblarla y ponerla sobre la butaca. Solicitar dos voluntarios y seleccionaran al azar instrucciones.en donde uno leerá las instrucciones y el otro llevará acabo lo que se le indique. El facilitador dirá lo siguiente al que llevé a cabo las instrucciones : "imagina que nunca antes has hecho un sándwich o un pan con mermelada mantequilla o crema de cacahuete y solo podrás hacer lo que las instrucciones dicen que hagas, si las instrucciones dicen por ejemplo: "unta la mantequilla en el pan" y olvidan la parte de tomar un cuchillo no podrás untar la mantequilla por que no tienes un cuhillo." Si el voluntario encuentra que las instrucciones no son claras, seleccionar nuevas instrucciones. Si ninguna de las instrucciones es clara, los voluntarios solicitaran al	Pan blanco, mantequilla,, mermelada, crema de cacahuete, cuchillo.	30 minutos	Solicitar que saquen una hoja y escriban la importancia de una comunicación clara.

3.- Cerrar sesión	grupo que elaboren unas nuevas instrucciones. Mantener la acción de la dinámica hasta que se haga bien el pan o se agote el tiempo. REFLEXIÓN *¿Consideraron fácil esta actividad?, ¿por que? *¿Si les hubiese dicho que realizaràn unas instrucciones para pilotear un avión lo hubieran podido hacer? *¿Qué puede suceder si no comunicamos claramente lo que queremos? *¿Qué tan importante es comunicarnos claramente con amigos, familia, maestros etc.? *¿Lo que comunicas se relaciona con los resultados que obtienen? Indicar el día y fecha de la próxima sesión.		5 minutos.	
-------------------	---	--	------------	--

OBSERVACIONES: Cuando llegue al salón el profesor dijo que no le habían avisado que se iba a trabajar con su grupo, pero no opuso resistencia y dijo que no había ningún problema, que podía dar mi clase y se fué. La sesión se desarrollo bien, los alumnos sin necesidad de decirles que formen el circulo, para trabajar de esa manera ,comenzaron a mover sus sillas para formar el circulo , la lluvia de ideas les gusto a los alumnos, ya que percibí que sentían libertad de opinión, sin embargo la atención estaba algo dispersa. En la segunda actividad mostraron un poco más de atención e interés ya que les fueron muy llamativos los materiales de trabajo y también se observo la participación del grupo.

EVALUACIÓN: al revisar las respuestas de la evaluación algunas respuestas eran muy circulares por ejemplo “la comunicación es importante para poder comunicarnos”J.C. sin embargo otras decían: “es importante para no tener confusiones con mis amigas”(M V. D), “la comunicación clara me ayuda a que los demás entiendan lo que quiero decir” (Z.R.S)

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II. COMUNICACIÓN SESIÓN: 5 TEMA: Descubrir al emisor y receptor OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno debe ser capaz de identificar al emisor y receptor en una situación comunicativa.				
ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Estimular la integración y confianza grupal.	1.- Establecer la conversación entre los adolescentes abriendo espacios para que cuenten chistes, adivanzas., se desafíen a repetir trabalenguas etc. Al terminar el tiempo explicar a los alumnos que la actividad implico un intercambio de información y esta fuè de alguien que hablo y alguien quien escucho.		10 minutos	
2.- Los alumnos comprenderán el proceso de la comunicación	2.- Dinámica "Dibuja y escribe lo que ves". La consigna de partida es que nadie tiene que hablar a excepción del facilitador. Cada alumno pasara por turno frente al grupo y seleccionara una tarjeta proporcionada por el facilitador (ver anexo 3), dibujará lo que tenga la tarjeta, la tarea de los de más consistirá en escribir de que se trata. Concluir mencionando que la comunicación es un proceso en donde intervienen muchos factores: el que dibujo, quien recibió el mensaje grafico, los sentidos etc. Exponer la importancia del papel del emisor y receptor. (ver anexo 4)	34 tarjetas de 5x 5 cm. Cada una tendrá escrito un elemento del anexo 3, pizarrón, gises, 34 hojas blancas, lápices o bolígrafos.	20 minutos	
3.- Pasar la evaluación (Ver evaluación)	Solicitar que saquen una hoja y contesten las siguientes preguntas (ver en la evaluación). Al terminar pasar la evaluación 2 (ver anexo. 5).	Anexo 4	10 minutos	*¿Cuáles son las formas en las que se puede manifestar el emisor? *¿De que otra forma se le conoce al emisor? *¿Cuáles son las habilidades que debe de reunir el emisor?
4.- Cierre de la sesión.	Indicar el día y hora de la próxima sesión.		8 minutos	
			2 minutos.	

OBSERVACIONES: En la primera Actividad los alumnos participaban muy poco debido a que no sabían muchos chistes o trabalenguas o por pena no los decían, pese a ello mínimo 5 alumnos si participaron y el resto de los alumnos escucharon con atención, cumpliéndose el objetivo propuesto. En la segunda dinámica, los alumnos fueron deshonestos, ya que entre amigos se decían que cual era el dibujo a pesar que la consigna era no hablar, los alumnos tendían a platicar un poco entre ellos pese a ello, los alumnos realizaron la actividad que se les solicitó. En la exposición prestaron más atención, debido a que les llamo la atención, la relación retomada de lo que los alumnos hicieron en las primeras actividades con la información proporcionada (teoría).

EVALUACIÓN: De acuerdo a las respuestas de la primera evaluación, en su mayoría contestaron bien la primera pregunta, en la segunda pregunta todos respondieron al menos con una de 2 respuestas posibles que eran, canal de comunicación y transmisor en la última pregunta, a su manera, los alumnos respondieron muy bien. En lo que respecta a la segunda evaluación los alumnos respondieron; bien excepto en el canal de comunicación, tuvieron dudas respecto a este componente ya que cuando estaban contestando la evaluación manifestaban, su confusión por lo cual se les dio unos ejemplos rápidamente para aclarar las dudas.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II Comunicación. SESIÓN: 6 TEMA: Examinar los tipos de mensajes OBJETIVO GENERAL: Al término del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno comprenderá que la forma de enviar los mensajes se relaciona con el propósito deseado				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Estimular la integración grupal.	Dinámica: “La persona perdida”. Solicitar un voluntario y pedir que salga del salón, afuera el facilitador le dice: “cuando entres al salón vas a identificar a la persona perdida que esta en el grupo solo tienes 5 preguntas para poder hacerlo y ellos solo contestarán si o no, por eso debes de formular bien tus preguntas”. Dejarlo afuera mientras el facilitador entra y elegirá a un adolescente para ser la persona perdida , se le debe de decir al resto del grupo que el compañero que salió localizará a la persona perdida y hará preguntas y solo ellos se deben de limitar a contestar “sí” o “no”, en base a las características del perdido. La atención debe ser totalmente a quien pregunta y no al “perdido”. Entrará el voluntario y comenzará a hacer sus 5 preguntas; repetir la dinámica cuantas veces sea necesario o hasta que se agote el tiempo. Concluir mencionando que todos compartieron códigos similares e ideas en este caso, lo cual indica que si cada uno pone de su parte la comunicación será efectiva.		15 minutos	
2.- Enunciar las características del mensaje.	2.-Exponer “El mensaje” (ver anexo 6).		10 minutos	
3.- Experimentar los diferentes tipos de mensajes.	3.- Dinámica: “Juego de los contrarios”. Dividir el grupo en dos con igual número de integrantes. El facilitador contará con preguntas divididas estas en cuatro áreas: gustos, actividades, emociones, pensamientos. (Ver anexo 7). El facilitador le dará 5 tarjetas a un equipo que a su vez estas se distribuirán entre los integrantes, el grupo de las tarjetas conseguirá las respuestas del equipo contrario, posteriormente será el turno del siguiente equipo que de igual manera se les repartirán 5 tarjetas y conseguirán las respuestas del equipo contrario; se Irán turnando hasta agotar las cuatro áreas, (2 áreas cada equipo) contabilizar que equipo obtuvo más respuestas y ese será el ganador. <u>Reflexión:</u> *¿Creen que cada pregunta tenia alguna intención? *¿Qué fue la mas fácil o difícil para preguntar? *¿Cuáles fueron las emociones que manifestaron, de a cuerdo a cada pregunta tanto los que preguntaron como		20 minutos	

4.- Cerrar sesión	los que respondieron? Concluir mencionando que los mensajes pueden ser verbales o no verbales ,la comunicación siempre esta allí, solo se debe estar conciente que hay formas adecuadas de manifestar lo que pensamos y esa forma es saber que queremos decir, transmitirlo claramente y con seguridad y los mensajes serán mas eficaces . 4.- Indicar el día y hora de la próxima sesión.		5 minutos.	
-------------------	---	--	------------	--

OBSERVACIONES: Esta sesión tuvo limitaciones por la indisciplina del grupo, en la primera dinámica por ejemplo, los adolescentes al ver que el compañero salía de l salón ellos también querían salir, lo cual al negarles la salida se mostraron un poco apáticos hacia la actividad, tendían a ver al "perdido", lo cual implico que algunos alumnos no agotaran sus 5 preguntas; por otro lado en lo que respecta a la exposición los alumnos mostraron actitud de escucha e interés a la exposición. Al realizar el juego de los contrarios la atención se concentro un poco más, a pesar que los alumnos tendían a distraerse mucho, los que participaban más involucraban en su momento a los alumnos inquietos y así es como se iba dando el equilibrio disciplinario de grupo, por mi parte tendía a recordarles las reglas estipuladas con anterioridad, ellos se calmaban pero rato después volvían a mostrarse inquietos. En la reflexión los alumnos que participaron lo hicieron muy bien.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II. Comunicación SESIÓN: 7 TEMA: Explicar la función de los sentidos. OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno identificará cuales son los canales de comunicación que el receptor decodifica mejor oído, vista,habla,tacto)				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Distensión e integración de grupo.	1.-Dinámica: “El dragón”. Solicitar que hagan equipos de 6 a 7 personas, colocarse en filas enlazándose por la cintura, informar al grupo que se jugara con dragones, el cual será cada equipo, la cabeza del dragón será la primera persona de la fila y el último de la fila será la cola del dragón mismo que traerá una mascada en la cintura ,las cabezas intentaran alcanzar a las colas de los demás dragones, y la cola ayudada por su equipo intentara no ser alcanzada, si atrapa un dragón la cola de otro dragón este se incorporara al dragón que lo atrapo. El juego termina cuando se forma un solo dragón. Reflexión. *¿Para realizar la dinámica que sentidos utilizaron más? *¿Si los ojos hubieran sido cubiertos, creen que el juego hubiera sido el mismo? *¿Creen que los sentidos cobran importancia en la comunicación? Concluir la dinámica explicando los resultados, el trabajo en equipo y los elementos utilizados (sentidos, como vista, tacto, oído) para evitar ser atrapados por un dragón.	6 mascadas	20 minutos	
2.- identificar los sentidos que usamos y Reflexionar sobre la importancia de los sentidos y el efecto hacia el receptor.	2.- Dinámica: ¿Estas escuchando? Solicitar a dos voluntarios. Uno contará una historia (emisor) esta será real o inventada y el otro (receptor) tomará una tarjeta (ver anexo 8) que el facilitador proporcionará, y que seguirá la indicación de la tarjeta al pie de la letra, el emisor no tendrá conocimiento de la información que tenga la tarjeta. Hacer la siguiente reflexión apoyándose en los emisores de la dinámica, para después generalizar la experiencia a todo el grupo. Reflexión: *¿Sentiste que los oyentes estaban escuchando? *¿Cómo te sientes cuando alguien no escucha lo que estas diciendo? *¿Cuáles respuestas habrían sido mejores? *¿Has escuchado a alguien responder de esta forma? *¿Alguna vez has usado respuestas como estas? *¿Cómo te gustaría que los demás te escucharan? * ¿Que sentidos utilizaron para expresarse?	13 Tarjetas blancas, bolígrafo,	25 minutos	

3.- Cierre de sesión	Concluir: Hemos experimentado dos dinámicas en las cuales en ambas, utilizamos los sentidos, es un hecho que nuestros sentidos están siempre trabajando, aunque por lo general los ignoremos momentáneamente, es importante abrir los sentidos para hacernos sensibles entendiendo a los demás y a nosotros mismos. 3.-Dar las gracias por la cooperación y participación e indicar el día y hora de la próxima sesión.		5 minutos.	
----------------------	---	--	------------	--

OBSERVACIONES: Los alumnos mostraron disponibilidad para realizar las dinámicas, en especial la segunda dinámica, fue muy interesante, por que ellos se colocaron en circulo, después de haber concluido la primera dinámica y se notaba que se iban a poner inquietos, lo cual indique que se pusieran de pie, para hacer la siguiente dinámica, y se mostró una buena disposición, aunque se apenaban de estar al centro e inventar historias a los alumnos les costaba trabajo seguir las indicaciones de las tarjetas, por otro lado algunos alumnos tuvieron que salir por que tenían torneo de fut-bol. Al reducirse el grupo, se concentro más la atención y a pesar que las niñas son más renuentes al realizar las actividades, en las reflexiones tendieron a participar más.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II. Comunicación SESIÓN: 8 TEMA: Comparar la comunicación verbal y la no verbal. OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno diferenciará la comunicación verbal y la no verbal.				
ACTIVIDADES	PROCEDIIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Desarrollar la concentración y la comunicación verbal y no verbal.	1.- Dinámica “Juego de espejos”. Solicitar que formen parejas, y que uno sea A y el otro B (los A serán aliens y los B serán bucaneros(as), identificar al alumno con un dibujo pegado en el suéter de bucanero o aliens según corresponda. el facilitador tendrá tarjetas especiales para A y para B (ver anexo 9). En turnos de 1-1 A ó B seleccionara una tarjeta y llevará a cabo la indicación que diga tal tarjeta, la tarea del otro integrante será imitar, exactamente en tono, gestos, palabras, ritmo, posición corporal y expresión. No se trata de burlarse, si no de copiar exactamente, el facilitador dirá que se trataba de expresar y quien lo hizo mejor; contabilizar los puntos y quien tenga mayor número será el equipo ganador. Concluir la actividad realizando las siguientes preguntas: ¿Cómo han vivido esta experiencia? ¿Cuáles fueron sus dificultades?	16 tarjetas, bolígrafos o lápices.	20 minutos	
2.-Reconocer y reflexionar que todos tienen la necesidad de expresarse	2.- Técnica: “lluvia de ideas”. De acuerdo a la actividad anterior plantear la siguiente pregunta y anotar las ideas en el pizarrón: *¿Qué es la comunicación verbal? * ¿Qué es la comunicación no verbal? *¿Creen que en la actividad anterior se utilizò estas dos formas de comunicación? ¿Por que? *¿Cuál creen que sea la mas efectiva? *¿ y si aplican estos dos tipos de comunicaciones en su vida cotidiana? Exponer: Comunicación verbal y no verbal (ver anexo 10). Concluir la sesión mencionando que la comunicación necesariamente se compone de lo verbal y no verbal, complementándose para proyectar un buen mensaje.		25 minutos	
3.- cerrar sesión	3.- Indicar el día y hora de la próxima sesión.		5 minutos	

OBSERVACIONES: Al principio de la dinámica los alumnos mostraron cierta renuencia, y más en el caso de las mujeres, es muy difícil formar grupos, ya que los grupos establecidos quieren estar siempre juntos, por lo que hubo algunos equipos que estaban formados por tres personas, sin embargo la participación del grupo se mostró. En la lluvia de ideas, los alumnos, que por lo general son los que siempre participan dan muy buenas respuestas, la confianza de algunas niñas se fue afianzando conforme avanzaban la dinámica. Considero que las niñas solicitaban de manera no verbal la atención y el hecho de prestarles atención, les da confianza para expresar lo que quieren.

TÍTULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: II. Comunicación SESIÓN: 9 TEMA: Identificar la capacidad de diálogo OBJETIVO GENERAL: Al término del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de sí mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECÍFICO: Al término de la sesión el alumno reconocerá los valores y actitudes que deben desarrollar para mejorar la capacidad de diálogo e identificará las barreras comunicacionales.				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno experimentará la perturbación que se puede dar en la comunicación.	1.- Dinámica: "El teléfono descompuesto". Formar una hilera humana. Consigna de partida: el facilitador dirá un enunciado (ver anexo 11) al primer compañero de la fila, y él se lo va a decir a su compañero en el oído, de esta misma forma se transmitirán el mensaje, el último en recibir el mensaje lo escribirá en el pizarrón, el mensaje se comparará con el mensaje inicial. Reflexión: *¿Es igual el mensaje? *¿Qué paso al paso de la información? *¿Había la suficiente atención?	Pizarrón, gis.	15 minutos	
2.- El alumno conocerá las barreras comunicativas.	2.-Exponer las barreras comunicativas (ver anexo 12)	Revistas , pegamento, 5 cartulinas, tijeras	5 minutos	
3.- Experimentará el intercambio de información como base para un buen trabajo.	3.-Técnica: Collage. El alumno con recortes de revistas formará un collage en base al tema de Comunicación. Repartir el grupo en equipos de cinco personas. Reflexión: *¿Cuál creen que fue el mejor trabajo? *¿Qué fue lo que paso para que hicieran un buen trabajo? *¿Creen que la actitud influyó para hacer un buen trabajo?		10 minutos	
	4.- Explicar el esquema (ver anexo 13) para mejorar la capacidad de diálogo.			

4.- El alumno conocerá las habilidades y actitudes para mejorar la capacidad de diálogo. 5.- Cierre de Sesión.	Pasar las hojas, e indicar que contesten la pregunta (evaluación final del área de comunicación). 5.- Dar por concluida la sesión indicando el día de la próxima sesión.		10 minutos 5 minutos	Realiza una composición o reseña acerca de la comunicación, tomando en cuenta lo visto hoy y en sesiones anteriores.
--	--	--	------------------------------------	---

OBSERVACIONES: A los alumnos les gusto mucho la dinámica del teléfono descompuesto, ya que se observo que se divirtieron y se vieron sorprendidos al ver como se alteró el mensaje en comparación con el mensaje original. Por otro lado en cuanto al collage, los alumnos se siguen segregando se les pidió que hicieran equipos de 5 máximo 6 personas y los alumnos mostraron su inconformidad, en un equipo había tan pocas alumnas, que para tratar de equilibrar coloque a dos niñas en otro equipo, y evidentemente se mostraron los resultados, ya que el grupo que se llevaba mejor, hizo un excelente collage a diferencia de los que no se llevaban bien las cuales eran las niñas, mostrando una total renuencia a cooperar por no encontrarse con su grupo de amigas.

EVALUACIÓN: los alumnos señalaron que la expresión es un elemento básico para la comunicación para mejor apoyo visual ver los resultados de las evaluaciones formativas.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria
 FASE: III. Autoestima
 SESIÓN: 10
 TEMA: plantear la importancia de la comunicación con uno mismo.
 OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas.
 OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno argumentara la importancia de la comunicación tanto consigo mismo como con las demás personas.

ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno conocerá la capacidad del hombre para comunicarse. 2.- Los alumnos identificaran los mensajes que se dirigen a si mismos 3.- El alumno reflexionará sobre los mensajes a si mismos y si estos son positivos o negativos para su propia persona	1.- Exponer “comunicación con uno mismo”(ver anexo 14) 2.- Repartir a cada alumno una hoja con un juego de sopa de letras. “Como me veo” (ver anexo 15.) solicitar ala alumno que encuentre los adjetivos calificativos en su hoja que expresen como son. Dar 5 minutos de tiempo 3.- Una vez que se hallan agotado los 5 minutos destinados a la actividad, cada alumno contara los adjetivos que encontró. Mencionar que los adjetivos describen características personales o bien de otras personas. Repartir el anexo “Características” (16). La indicación será: cada alumno escogerá y anotara las 5 características que describan mejor su persona. Dar 5 minutos. Reflexión. *¿Cuál de estas características les gustan y cuales les disgustan? *¿Cuáles adjetivos se dicen a si mismos frecuentemente? -de aceptación o rechazo -de felicitación o de desaprobación -de de perdón o de insulto -de afecto o de coraje *¿Cómo me siento, con esas características, ahora que ya las identifique?	34 copias del anexo 15 y 16	10 minutos 5 minutos 25 minutos	

4.- Evaluar	Concluir la dinámica mencionando que durante esta semana intenten darse cuenta de los mensajes que cada quien se envía a si mismo. 4.-Proporcionar hojas para que los alumnos contesten la pregunta d evaluación. pedir que contesten la siguiente pregunta.(ver evaluación) 5.- indicar hora y día de la próxima sesión	Hojas blancas, bolígrafos.	5 minutos	Escribe una narración argumentando por que es importante la comunicación con uno mismo y con los demás.
5.- Cerrar sesión				

OBSERVACIONES: A los alumnos les agradó realizar actividades de lápiz y papel, también solicite que no colocaran las sillas de manera circular, que las dejaran así como estaban (tradicionalmente), tal vez de esa forma los alumnos tienen menos distracciones que colocados de manera circular, En cuanto a la reflexión se llevo a la conclusión que es necesario que se conozcan los adolescentes, para de esa manera conocer a los demás, el caso es que los alumnos asimilaron bien la información.

EVALUACION: De acuerdo a la pregunta de evaluación los alumnos aproximadamente un 70 % contesto bien a continuación mencionare tal cual la respuesta de la evaluación de una alumna: "La comunicación es muy importante en nuestra vida y la mejora mucho, por que tiene beneficios como: tener amigos, ser amigables y comprender lo mío como ser rebelde, amigable, amable, vanidosa y cariñosa" C.P.H.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: III. Autoestima SESIÓN:11 TEMA: Generalizar el concepto de autoestima OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al finalizar la sesión el adolescente generalizará el concepto de autoestima a partir de la información proporcionada y de la propia experiencia				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno conocerá la definición de autoestima	1.- Exponer "Autoestima" el anexo (17)	Lamina con las ideas principales del anexo (17)	10 minutos	¿Qué entendiste por autoestima?
2.- Concientizar al alumno de los mensajes dirigidos a uno mismo	2.- Pedir a los alumnos que piensen en alguna persona a la que quieran mucho y dar la siguiente indicación: "imaginala (o), junto a ti, trata de visualizarla (o), recordando su cara, su forma de sonreír, y de hablar, piensa en ella (el) con la ropa que usa frecuentemente y en las situaciones que te agrada o te agradaría estar con el o ella. ¿Que te gustaría decirle si estuviera frente a ti? Repartir hojas blancas; escribir en la hoja todo aquello que pensaron; ahora ese mensaje léanlo como si se los hubiera escrito alguien léanlo detenidamente para si mismos. Reflexión: *¿Cómo se sintieron? *¿Qué mensajes se expresan a si mismos? *¿Cuáles son los mensajes que quisieran decirse con mas frecuencia. Concluir que el conocerse, les permite aceptarse.	Hojas blancas, bolígrafos	10 minutos	
3.- El alumno experimentará la dificultad de expresarse positivamente.	3.- Solicitar al grupo sentarse de tal manera que formen un círculo con las butacas. mientras se organizan anotar en el pizarrón lo siguiente: 1-una característica física agradable- 2-un rasgo de su forma de ser agradable 3-una habilidad Consigna de partida: un alumno iniciara la actividad dirigiéndose al compañero de a lado y diciéndole el primer punto de las preguntas anteriores, cada uno hará lo mismo hasta que se termine		25 minutos	

4.-cierre de sesión	la ronda y seguir con la segunda de la misma forma hasta concluir con la 3. Reflexión: *¿Les fue difícil decirle expresarle aspectos positivos a su compañero de junto? *¿Por qué? *¿Por qué la mayoría de las personas son mas rápidas para expresar un mensaje negativo? *¿Las personas tienen que comportarse según pensamos deben hacerlo? Solicitar una hoja para que contesten la pregunta de evaluación 4.- indicar el día y hora de la próxima sesión.		5 minutos	
---------------------	--	--	-----------	--

OBSERVACIONES: Los alumnos se mostraron con disposición a “medias” para llevara cabo las actividades ya que en esta ocasión se les quito la hora de educación física para participar en el taller, lo cual no fue muy favorable para la sesión; el salón asignado no contaba con luz, la cual era necesaria, debido al horario en que se impartió la sesión por otro lado los alumnos estaban sumamente inquietos, limitando la participación y atención de las actividades Por otro lado cabe mencionar que las mujeres, se muestran menos capaces de dar expresiones positivas a las demás compañeras.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: III. Autoestima SESIÓN: 12 TEMA: Manifestar la importancia de la autoestima OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno explicará la importancia que tiene la autoestima para comunicarse exitosamente con las demás personas				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Crear un ambiente de relajación y armonía entre los alumnos	1.- Dinámica "Gente con gente". Se divide el grupo en dos, formar parejas, el facilitador dará la orden de saludarse con una parte del cuerpo (mano c/mano, hombro c/ hombro etc.), al dar la indicación de "gente con gente" todos deberán intercambiarse, quedando otra vez en parejas, la dinámica se dará por terminada al cumplir el objetivo. Concluir la dinámica mencionando que el saludo y la atención con las personas permite una aceptación de los demás en cualquier ambiente social.		10 minutos	
2.- El alumno recordará los elementos de la autoestima y su importancia.	2.- Exponer "Elementos de la autoestima"(anexo 18)		10 minutos	
3.- El alumno identificará que la motivación lleva a la acción	3.- Indicar al alumno que la motivación se refiere a algo interno – no externo que da motivo a hacer una cosa, la cual depende de la autoestima de hacer actividades (escolares, sociales o recreativas). El facilitador dará la indicación al alumno de levantar la mano derecha. Dejar a los alumnos así un minuto, posteriormente pedir bajar la mano, preguntarles: ¿Por qué hicieron eso?, Ahora solicitar a los alumnos que todos se pongan de pie y levanten sus butacas, dar un minuto, para decir que debajo de sus bancas se encuentran billetes de verdad y quien los encuentre se quedara con ellos. Reflexión: *¿Por qué se necesito mas esfuerzo para motivarlos cuando les dije que alzarán las butacas? *¿Los motivo el dinero? *¿Cuál es su motivador cuando quieren conseguir la amistad de alguien? *¿Ustedes como motivan a los demás , para que les tengan confianza, respeto, consideración etc.) *¿Creen que la autoestima los refleje como personas?	Billetes de juguete	20 minutos	

4.- Cerrar sesión e indicar el día y hora de la próxima sesión.	Concluir mencionando que cada uno es una fuente de motivación para las demás personas y cada uno refleja algo, la motivación interna es un elemento mas de cada uno de nosotros, es un elemento de la autoestima , y solamente teniendo una sólida autoestima se reflejará lo positivo con lo que cada uno de ustedes cuenta. 4.-Tarea. Repartir a los alumnos “cuestionario de Autoestima” (anexo 19). Leer cada pregunta en voz alta y solicitar que lo resuelvan para revisarlo la siguiente sesión traigan resuelto el cuestionario para la próxima clase.	34 juegos de cuestionario de Autoestima.	10 minutos	
--	--	---	-------------------	--

OBSERVACIONES: Los alumnos respondieron muy bien a la primera dinámica (gente con gente), si embargo cabe señalar una vez mas algunas compañeras no logran aceptar a compañeras que no pertenezcan “al grupo”, la segregación y la exclusión esta muy marcada dentro del grupo, observándose mas en mujeres por otro lado esta fase ha sido mas del interés de los adolescentes, por lo general tienden a ser muy distraídos, pero tratan de mantener la atención, En la reflexión los alumnos concluyeron que es importante tomar en cuenta a la autoestima, para conocerse a si mismos y de esta manera encaminar la motivación para poder expresar lo que piensan.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: III. Autoestima SESIÓN:13 TEMA: Reconocer y valorar su capacidad OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno valorara su capacidad y habilidad para crear una conciencia individual de la propia vida				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Distensión e integración grupal.	1.- Dinámica: "Las lanchas". Solicitar a los alumnos que despejen el área, y mantenerse de pie, el facilitador dirá: que se jugara a las lanchas., para posteriormente contar la siguiente historia: "Estamos navegando en un enorme barco, pero viene una tormenta que esta hundiendo el barco, para salvarse hay que subirse en unas lanchas salvavidas, pero en cada lancha solo pueden entrar una cierta cantidad d personas". Entonces aquí ustedes serán las lanchas cuando yo diga "en la lancha solo caben 2 personas"solamente dos unirán sus manos, si digo 5 , ese numero de lanchas unirá sus manos, en la lancha debe estar el numero exacto de personas que caben en la lancha si hay mas o menos personas, se declara hundida la lancha . El juego continua hasta que quede un pequeño grupo los cuales serán los sobrevivientes del naufragio. Se deben de dar 5 minutos para formar las lanchas antes de declararlas hundidas.		15 minutos	
2.-Promover en el adolescente un mejor conocimiento de si mismo	2.- Solicitar a los alumnos el "cuestionario de autoestima" reflexión : ¿Les costo trabajo contestar el cuestionario? ¿Fueron honestos? ¿Por qué? ¿Qué sentían al leer cada pregunta? ¿Hay confusión en contestar las preguntas? ¿Creen que la autoestima se relaciona con el trato con las demás personas? ¿Por qué? ¿Qué tan a menudo se hacen este tipo de preguntas? ¿Se conocen lo suficiente o creen que les hace falta seguir analizándose a si mismos? Concluir mencionando que el haber respondido a las preguntas se está adquiriendo la habilidad de auto conocerse y es por que tienen la capacidad para hacerlo ,y el conocerse les permite auto valorarse.	Cuestionario de autoestima	15 minutos	

3.- Concientizar a l alumno que sus logros personales los hace ser únicos y diferentes mostrando su valor personal.	3.- Dinámica “Epitafio”. El facilitador Repartirá a los alumnos hojas blancas indicándoles que las doblen a la mitad. Se les dará la siguiente instrucción: “Ayer hubo un accidente en el laboratorio de Química y lamentablemente todos morimos, así que cada uno tiene que escribir su epitafio describiendo brevemente, lo que hicieron en su vida, y como se sintieron mientras vivieron. Reflexión: *¿Cómo se sintieron? *¿Para que creen que les halla servido la actividad? *¿Se sienten satisfechos con lo que ha sido de su vida hasta ahora? ¿Por que? *¿Alguien quiere compartir su epitafio? Concluir mencionando que con esta sesión y con las anteriores se aprendió a conocerse y valorarse, ya que para que los demás valoren nuestra persona es necesario primero valorarla nosotros. 4.- el facilitador repartirá, la evaluación a cada alumno (ver anexo 6 de los anexos generales) Indicar el día y hora de la próxima sesión.	34 hojas blancas, bolígrafos	10 minutos	
4.- Evaluación final de la fase y cierre de sesión		34 copias del examen de autoestima..	minutos	

OBSERVACIONES: La dinámica de las lanchas agrado mucho a los alumnos y realmente mostraron cooperación por lo cual, la dinámica fue muy divertida para ellos; en lo que respecta a la tarea asignada solo 5 de los 34 alumnos trajeron la tarea unos argumentaban que si lo habían hecho pero que se les olvido, sin embargo se rescataron las ideas de los que si habían hecho la tarea y también los que no la hicieron aportaron sus ideas, como cada clase, la disciplina siempre es un factor que llega por momentos a distraer a los alumnos, pero no dejan de hacer las actividades que se les solicita ,en la actividad del epitafio los alumnos pensaban mucho que escribir en el, en la reflexión se menciono que es difícil para ellos contestarse preguntas ¿como quien soy? , ¿Qué he hecho en mi vida?, les resulto un poco difícil contestarse estas preguntas y hacer rápidamente su epitafio.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria

FASE: IV. Comunicación Interpersonal

SESIÓN: 14

TEMA: Reflexionar sobre la comunicación interpersonal.

OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas.

OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno distinguirá los niveles que intervienen en la comunicación interpersonal

ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno conocerá los 4 niveles de comunicación.	1.- Técnica: Exposición: "Niveles de comunicación".(ver anexo 20)	Esquema conceptual de los niveles de comunicación (ver anexo 20.1)	10 minutos	
2.- El alumno identificara los niveles de comunicación que se manejan a menudo.	2.- Solicitar a los alumnos que formen cuatro equipos. El facilitador les proporcionara un color en forma de carita (3 caritas a cada equipo), el cual representará cada nivel de comunicación (ver anexo 20.1), de acuerdo al color seleccionado cada equipo inventará 3 ejemplos (cada ejemplo en una tarjeta) en referencia al nivel que les halla tocado. Mientras que los alumnos inventan los ejemplos, el facilitador trazará (con maskin-tape) en el piso el siguiente esquema: <pre> graph TD A[N. PROFUNDO] --- B[N. PERSONAL] B --- C[N. SUPERFICIAL] C --- D[N IMPERSONAL] </pre> El diagrama muestra cuatro rectángulos concéntricos. El rectángulo más pequeño y central contiene el texto "N. PROFUNDO". El rectángulo siguiente hacia afuera contiene "N. PERSONAL". El rectángulo siguiente contiene "N. SUPERFICIAL". El rectángulo más grande y externo contiene "N IMPERSONAL". El facilitador solicitará los ejemplos y los colocará en una bolsa, sacar uno al azar y lo leerá en voz alta,	12 tarjetas blancas tamaño ficha bibliografica. Bolígrafos Bolsa de plástico 4 hojas de colores (gris, verde, rosa y amarilla) cortadas en forma de caritas. Maskin-tape.	20 minutos	

3.- Reflexionar la importancia de la comunicación interpersonal	la tarea de los demás equipos será identificar de que tipo de nivel se esta hablando, el equipo que identifique el nivel, pedirá la carita correspondiente del nivel adivinado (y este la pegará en el piso en el nivel que corresponda. Contabilizar las caritas que pegaran los alumnos y el equipo que tenga mas caritas, será el ganador 3.- Reflexión: *¿Qué tan a menudo nos ponemos a pensar en como interactuamos con las demás personas? *¿Por qué? *¿Piensan que suena lógico el orden de los niveles de comunicación? *¿Para que les sirve a ustedes conocer esta información? *¿En que nivel se comunican con sus amigos, compañeros, padres? *¿Como perciben que los demás se comunican con ustedes? *¿Creen que esta información la aplican en su vida cotidiana? ¿Como? *¿Con quienes les gustaría comunicarse a un nivel diferente de lo que lo hacen? Concluir manifestando que las actividades abordadas se realizan con la finalidad de que tomen de ellas lo que les ayude a mejorar de acuerdo a la experiencia personal que se realiza en cada sesión.		15 minutos	
4.- Cierre de sesión	4.- Indicar el día y la fecha de la próxima sesión		5 minutos.	

OBSERVACIONES: La sesión empezó 15 minutos más tarde debido a que la maestra de introducción a la física, estaba dando indicaciones a sus alumnos sobre unos materiales que iban a utilizar para la práctica de su materia, ya cuando la maestra termino de dar sus indicaciones salio, dando el espacio para realizar la dinámica del taller, los alumnos estaban distraídos en la exposición, sin embargo la atención se fue manifestando conforme avanzaba ésta, lo que permitió continuar con la misma , por el tiempo reducido se trato de tocar los puntos más importantes del tema en cuestión; por otro lado los alumnos en la dinámica , no desaprovechan el momento para jugar, sin embargo cuando se trata de ganar, ellos muestran mucha atención, les gusta competir, y ello hace que se muestren participativos en las actividades.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria

FASE: IV. Comunicación interpersonal

SESIÓN: 15

TEMA: : Explicar creencias acerca de la comunicación familiar

OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas.

OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno argumentara que la comunicación es indispensable para evitar conflictos familiares

ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno diferenciara mitos y creencias acerca de la comunicación familiar.	1.- Dinámica: “Cesta de frutas”. Previamente a la actividad el facilitador pegará en el pizarrón distribuidamente las creencias de la comunicación familiar depositadas en sobres(ver anexo 21). Solicitar a los alumnos que acomoden las sillas de manera circular, los alumnos se situaran sentados cada uno en una silla, menos un alumno el cual quedara en el centro del circulo, todos los alumnos estarán repartidos en grupos de frutas teniendo la frutita correspondiente pegada del lado izquierdo del suéter (manzanas, fresas, mangos y naranjas)el facilitador dirá lo siguiente: el juego consistirá en que el alumno del centro dirá dos clases de frutas por ejemplo “fui al mercado y compre fresas y mangos” entonces las frutas mencionadas cambiaran de lugar y quien se encuentre en el centro también buscara ganar un lugar, quien quede sin lugar , pasará frente al pizarrón y seleccionara un sobre y leerá lo que dice en el. Se analizará el contenido de cada sobre brevemente, posteriormente el alumno repetirá la operación anterior para que pueda sentarse, también se puede gritar ¡Frutas! Lo cual indica que todos deben moverse para ir en busca de otro lugar. Se repetirá la operación hasta que se termine con los sobres pegados	34 frutas de papel(manzanas, fresas, mangos y uvas) 34 seguritos sobres de colores Creencias (ver anexo 21).	20 minutos	
	2.- Técnica: Exposición “Comunicación familiar” (ver anexo	Lámina con el	10 minutos	

2.- Los alumnos conocerán información sobre la comunicación familiar. 3.- Evaluar y Llegar a comunes acuerdos en cuanto a convicciones de comunicación familiar 4.- Cierre de sesión	22). 3. Solicitar a los adolescentes la atención para continuar con la dinámica, repartir 2 tarjetas a cada alumno. Indicar el día y la fecha de la próxima sesión	contenido mas importante de la exposición	15 minutos 5 minutos	Técnica: “lluvia de ideas por tarjetas” a los alumnos se les repartirá 2 tarjetas”, el facilitador debe decir: “su tarea consistirá en contestar en la tarjeta la pregunta que les formule, leerán su tarjeta para pegarla en el pizarrón de manera ordenada (juntar las tarjetas que salgan en común) el facilitador preguntara: ¿Qué convicciones adquirieron acerca de la comunicación familiar? En base a las respuestas el facilitador organizara las respuestas en columnas para darle nombre y sintetizar las tarjetas de tal forma que se obtenga una visión ordenada para llegar a una conclusión enfocada
---	---	--	------------------------------------	--

OBSERVACIONES: La sesión fue un éxito, ya que para empezar la dinámica de “Cesta de frutas” se alteró un poco para que pudiera intercalar la información relacionada con el objetivo y el juego, lo cual los alumnos respondieron muy bien, las frutas de colores y los sobres les llamo mucho la atención y en general hubo una muy buena participación por parte de los alumnos; en cuanto a la teoría de dicho tema la atención fue en la mayoría del grupo. En cuanto a la evaluación la limitación que se presento fue en referencia a la evaluación, los alumnos al no poder observar la información que se ponía en el pizarrón (tarjetas pequeñas) la atención se dispersaba, por lo cual no es buena técnica , si el grupo es demasiado grande como fue el caso de este, sin embargo se llevo a la conclusión que el apoyo familiar debe ser constante , en donde se le deba de dar espacio a los adolescentes para poder expresar lo que quieren.

RECOMENDACIÓN: Si se realiza una lluvia de ideas por tarjetas en grupos grandes que éstas sean de un tamaño considerable para que los participantes puedan observar como se organiza la información.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: IV. Comunicación interpersonal SESIÓN: 16 TEMA: Diferenciar los conflictos en la familia OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno diferenciara los conflictos familiares que puedan surgir				
ACTICVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- Promover la animación y concentración del grupo	1.- Dinámica “Eso me recuerda”. Consigna de partida: el facilitador dirá una frase y el alumno en turno dirá “eso me recuerda...” y dirá algo que le recuerde la frase escuchada l, de esta misma forma, el siguiente compañero hará lo mismo. El juego continua hasta que todos hayan recordado algo.	8 tarjetones con la información de l tipo de familias impreso	10 minutos	
2.- Analizar los ocho tipos de familias	2.- Técnica: Corrillos y exposición. Solicitar a los alumnos que forme 8 equipos de cuatro personas, repartir a cada equipo un tipo de familia (ver anexo 23) el facilitador les dirá: “tienen 10 minutos para analizar el tema, discutir si están o no de acuerdo y si la información proporcionada se apega a la realidad preparar su exposición, ya que todo lo que hagan, lo pasaran a exponer.		25 minutos	
3.-Reflexionar sobre las causas que pueden provocar conflictos familiares	3.- Al concluir la tarea solicitada organizar a los alumnos para que pasen a contar sus experiencia y lo que asimilaron de la información y por ultimo promover la reflexión. Reflexión *¿Qué tipo de familia les llamo la atención? * ¿Consideran que se puede solucionar los conflictos familiares? *¿Qué solución darían?		10 minutos	
4.- Cierre de sesión	4.- Indicar el día y la fecha de la próxima sesión		5 minutos	

OBSERVACIONES: El desarrollo de la sesión tuvo muchas limitaciones, como la asignación de un salón sin iluminación, ya era aproximadamente las cuatro y media a 5 de la tarde, y al no tener iluminación limitó la actividad, ya que muchos hombres, argumentaba que no podían leer el tarjetón y efectivamente, la iluminación era totalmente inadecuada, también al formar equipos los alumnos muestran todavía cierta renuencia a aceptar , a aquéllos que no pertenezcan a su grupo.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: IV. Comunicación interpersonal SESIÓN: 17 TEMA: Identificar la importancia de la comunicación dentro del grupo OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: el alumno será capaz de diferenciar entre los papeles positivos y negativos que intervienen dentro de un grupo				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno conocerá los papeles que se pueden dar en un grupo. 2.- El alumno experimentará el trabajo cooperativo.	1.- Técnica: Expositiva “Figuras de importancia”. (ver Anexo 24)El facilitador expondrá dicho tema. 2.- Dinámica “Deposito”. Dividir el grupo en 4 equipos cada equipo elegirá a su líder, cada equipo recibe una lista de deposito (ver anexo 25), el facilitador proporciona las siguientes indicaciones: “Todos participaran en una búsqueda única llamada deposito, los objetos que tienen que localizar los tienen que conseguir o se pueden encontrar algunas en el pasillo, cubrir con todo lo que la lista de deposito solicite .las reglas serán: cada equipo tendrá un líder, él equipo debe presentar el objeto o la respuesta depositada por medio del líder el equipo con mayor número de puntos cubiertos, será el ganador. solicitar que saquen una hoja los alumnos y contesten las siguientes preguntas para posteriormente comentarlo en grupo: Reflexión: • ¿Cómo se sintieron con la actividad? • ¿Cuál creen que haya sido la finalidad para que realizaran esta actividad? • ¿Qué piensan de los miembros de su grupo después de esta actividad? • ¿Les gusto trabajar con su grupo? • ¿Cómo clasificarían, de acuerdo a los papeles positivos y negativos la relación en el grupo? • ¿para que nos puede servir que aprendamos a reconocer los papeles positivos o negativos dentro del grupo? Concluir mencionando que el trabajo en equipo, la organización, la comunicación, y actitud positiva favorece cualquier relación tanto de grupo como de amistad.	Lamina con los puntos importantes de la información , plumones 4 copias de la lista de deposito (ver anexo 25) 4 lápices y 4 hojas blancas.	15 minutos 30 minutos	

3.- Cierre de sesión	3.- Indicar el día y fecha de la próxima sesión.		5 minutos	
----------------------	--	--	-----------	--

OBSERVACIONES: El principal propósito a conseguir en esta sesión era que los alumnos se dieran cuenta que el trabajo de grupo es muy importante y que la cooperación y comunicación es muy importante para poder llevarse mejor entre ellos, ya que en la mayoría de las dinámicas anteriores al formar grupos, o al realizar dinámicas los alumnos si no se caen bien, no hay posibilidad de hacerlos trabajar. En la exposición los alumnos prestaron muchas actitudes de atención lo cual me sorprendió mucho, por que en la mayoría de las sesiones, tendían a hacer mucho ruido, en la dinámica paso lo contrario, al decirles a los alumnos que en el pasillo iban a poder encontrar objetos para su lista de “deposito” todos querían salir lo cual demostró su falta de organización para realizar la segunda actividad. a pesar que a mi me pareció muy buena dinámica para el grupo , los alumnos no tienen esa capacidad de estrategias para lograr un objetivo, al menos eso paso en esta sesión, y lo observe más en los hombres ya que cada uno quería buscar por su lado la lista a excepción de un grupo de niñas, que si trataron de conseguirlo todo y que la diferencia de personalidades es lo que hace que ellos no cooperen a ciertas actividades, siendo fieles a sus ideas.

RECOMENDACIÓN: los alumnos tienden a inquietarse mucho, si saben que se realizará una actividad fuera del salón, por lo cual, se deben tomar las medidas necesarias si se llegara a tomar en cuenta esta posibilidad.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: V. Asertividad SESIÓN: 18 TEMA: Distinguir la conducta asertiva-pasiva-agresiva OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO PARTICULAR: Al término de la sesión el alumno será capaz de discriminar una respuesta pasiva-agresiva y asertiva				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno Conocerá los tres tipos de conducta que se presentan en la vida cotidiana	1.- Técnica: expocitiva. "tipos de conducta" (ver anexo 26)	lamina con los puntos más importantes del tema	10 minutos	
2.- El alumno aplicara lo aprendido de acuerdo ala exposición anterior	2.- Solicitar al grupo que se divida en tres equipos. Mientras se organiza el grupo el facilitador pegara en el pizarrón una lámina grande con una situación. Pegar las cuatro estrellas plateadas (en el reverso de la estrella tendrá motivadores ver estas en el apartado del material.) Repartir a cada equipo 15 hojas de colores cortadas en forma de nube (5 amarillas, 5 rojas y 5 grises) dar la siguiente indicación a los alumnos: "tomando en cuenta la situación pegada en el pizarrón ustedes responderán asertivamente, pasivamente y agresivamente: en la hoja amarilla contestaran la respuesta asertiva, en la roja, la respuesta agresiva y en la hoja gris, la respuesta. Pasiva, el facilitador seleccionará las mejores respuestas asertivas y, revisará los otros dos tipos de respuesta, cada respuesta correcta se premiara con una estrella, un integrante del equipo ganador pasará a despegar del pizarrón la estrella y obtendrá lo que según marque la estrella.	5 laminas una para cada situación (ver anexo 27) papel América de color rojo, amarillo y gris, tijera, plumones, 4 estrellas plateadas y en la parte de atrás escribir la siguientes motivadores: • ¡FELICIDADES HAN GANADO UN APLAUSO! • ¡FELICIDADES TU EQUIPO HA GANDO UNA BOLSA DE BOMBONES! • ¡FELICIDADES TU EQUIPO HA GANADO UN APLAUSO DEL GRUPO! • ¡FELICIDADES TU EQUIPO HA GANDO UNA CAJA DE DUVALINES!	30 minutos	

3.-Evaluar.	3.- Solicitar a los alumnos que saquen un bolígrafo para que contesten la hoja que se les repartirá (ver anexo 28)	34 copias de evaluación.	5 minutos	Ver anexo 28 para la evaluación.
4.- Cierre de sesión	4.- Indicar día y hora de la próxima sesión		5 minutos	

OBSERVACIONES: Los alumnos tuvieron mayor atención ,en la exposición y en lo que respecta a la dinámica a los alumnos les gusto mucho, ya que les emocionaba contestar bien, para ganar una estrella ya que algunos se dieron cuenta que traía los bombones y dublinés y por lo mismo trataban de hacer bien la actividad ya que ellos mismos mientras contestaban la respuesta de acuerdo a la situación hacían comentarios como “no esa respuesta no es”, “pon esto”, se observo mucho interés debido a lo que se iban a ganar. Pero lo interesante es que se notaba que si reflexionaban sus respuestas.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: V Asertividad SESIÓN: 19 TEMA: Comparar la conducta asertiva-pasiva OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: El alumno será capaz de comparar la conducta asertiva de la conducta pasiva				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1.- El alumno Conocerá las características de la conducta asertiva y la conducta pasiva	1.- Técnica : exposición "Conducta pasiva y asertiva" (ver anexo 29)	Lamina con puntual información de "conducta pasiva y asertiva"	10 minutos	
2.- Experimentar la diferencia de una respuesta pasiva y una asertiva	2.- Dinámica: "Mira como empieza". Solicitar que se sienten en círculo. Un alumno iniciara con una frase, cosa, animal, la tarea del siguiente compañero será decir otra frase pero que empiece con la letra que termine la frase del compañero anterior. Por ejemplo manzana, la palabra que sigue es alfombra y la que le sigue a esta es alimento, la siguiente palabra debe de comenzar con "o" quien se tarde mucho pasará al frente y escribirá o relatará una situación que será inventada o bien basada en un hecho real. El grupo discutirá que tipo de respuestas posible asumir. El facilitador siempre establecerá la diferencia de la respuesta pasiva y asertiva. Reflexión: ¿Han experimentado situaciones en las que no saben de que manera responder? ¿Creen que el conocer estos tipos de respuestas les puede servir? ¿Por que? ¿Qué opinan de la respuesta pasiva? ¿y de la asertiva? ¿De que forma tienden a responder comúnmente?	Pizarrón, gises.	30 minutos.	
3.-Evaluar	Se le repartirán a cada alumno una hoja de evaluación para que la contesten (ver anexo 30). Leer la situación junto con ellos. dejarlos contestar	34 copias de evaluación.	5 minutos	
4.- Cierre de sesión	4.- Indicar día y hora de la próxima sesión.		5 minutos	

OBSERVACIONES: Al llegar al salón asignado la maestra dijo que no se le había hecho saber que se ocuparía su clase para el presente taller, pero accedió a dar el tiempo, para la sesión, los alumnos se mostraron inquietos durante la exposición, en la dinámica mostraron mayor atención, y en la reflexión ellos mencionaron que casi no son asertivos , tienden a polarizar sus

conductas hacia lo pasivo a agresivo, se llegó a la conclusión que la opción asertiva les parece muy buena , ya que les evitaría conflictos con las demás personas así como conflictos personales por no poder expresar lo que quieren.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: V. Asertividad SESIÓN: 20 TEMA: Identificar las causas de la falta de Asertividad OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de la sesión el alumno será capaz de argumentar sus razones respecto a la falta de Asertividad.				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1. el alumno conocerá algunas ideas sobre la falta de Asertividad.	Técnica: “lluvia de ideas”. El facilitador formulara la siguiente pregunta a los alumnos: ¿por que creen que la gente tiene falta de Asertividad? Apuntar las ideas en el pizarrón. Comparar las respuestas de los alumnos con el anexo 31.	Pizarrón, gises, Lamina del anexo 31	20 minutos	
2. Sensibilizar al adolescente para evitar que sea manipulado por palabras ofensivas.	Manifestar la diferencia de los prejuicios y fantasías que se pueden presentar en su interacción con otras personas (ver anexo 32) en base a ellos los alumnos reflexionaran por que se piensa ese tipo de actitudes.		25 minutos.	
3. Cierre de sesión.	3.- Indicar día y hora de la próxima sesión		5 minutos	

OBSERVACIONES: En la sesión los alumnos mostraban “interés”, y la participación fue regular, debido a que se les dificulto un poco sobre por que, por ejemplo “sin el jamás podré ser feliz” es una fantasía, ya que las niñas afirman que el amor es un sentimiento que así se siente y no es fantasía, ellas hicieron la analogía con novelas, y que esa imagen siempre proyecta la protagonista, ya que siempre esta en constante lucha por conseguir a su ser amado. Se hizo la aclaración y el análisis de cada ejemplo de las fantasías y los prejuicios.

Por otro lado cabe señalar que se estuvo dando la situación desde la sesión anterior, que a los alumnos los maestros de taller les exigen estar en su salón en especial el taller de secretariado y electrónica, los niños por lo mismo están mas inquietos y no quieren faltar y se da la situación que se tiene que ir por ellos al taller. Ya que esa condición solicitan los mismos maestros. Una maestra de taller nos dijo que para ella es muy importante que los niños aprendan el oficio por que muchos de ellos ya no entran a su posterior nivel y que para muchos de ellos esta será la única forma de obtener trabajo y nos menciona un caso de una alumna suya que a pesar de ser una niña brillante ahora es drogadicta , por la zona y dinámica social y en algunas veces la falta de apoyo familiar los adolescentes son muy susceptibles para caer en vicios o convertirse en vagos y para ella la única forma de ayudarlos es que salgan bien preparados para conseguir trabajo y que ocupen el tiempo en actividades productivas.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: V. Asertividad SESIÓN: 21 TEMA: Conocer los derechos asertivos OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO PARTICULAR: Al finalizar la sesión el alumno será capaz de identificar sus derechos asertivos y la forma de defenderlos				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1. Los alumnos conocerán los derechos asertivos	1.-Técnica: exposición “Derechos asertivos” (ver anexo 33). Repartir a los alumnos las características de los tres tipos de conductas (ver anexo 34) y leerlas en voz alta el facilitador. y el alumno en silencio.	Lamina de derechos asertivos. 34 copias de “características de los tres tipos de conducta”	15 minutos	
2.-Reflexionar sobre los derechos	2.-La reflexión se enfocara a las siguientes preguntas: ¿Qué les parecieron los derechos? ¿Que les parecieron las características de cada tipo de conducta? ¿En que se parecen? ¿En que se diferencian? ¿Es importante la convivencia armónica o no entre las personas? ¿Por qué?		15 minutos	
3.-Realizar un análisis sobre que hacer y no hacer para ser asertivos	3.- Dividir el grupo en equipos de 8 personas, cada equipo elegirá un derecho, en base al derecho seleccionado inventaran una situación donde se haga valer dicho derecho. Tendrán 10 minutos cuando terminen pasar a pegarlo al pizarrón. Al final se analizan las ocho situaciones y corroborar que todos lo hicieron bien.		15 minutos	
4.- Cierre de sesión.	4.- Indicar día y hora de la próxima sesión		5 minutos	

OBSERVACIONES: A los alumnos les llamo mucho la atención los derechos asertivos, y entre las situaciones que dieron se referían más a las relaciones de noviazgo, con amigos, y en referencia con algún profesor, sin embargo se notó que les aburrió un poco, ya que no hubo un juego y que los alumnos mismos solicitaban.

OBJETIVO PARTICULAR: Al término de la sesión el alumno será capaz de identificar algunas técnicas de Asertividad

OBSERVACIONES: A los alumnos les apenas iba interpretar los papeles, sin embargo se interesaron por conocer como se llamaban las dinámicas además de participar muy bien en, la reflexión los alumnos daban opiniones sobre que si sabían más sobre comunicación iban a “poder tener más amigos”, “llevarse bien con las amigas”, “decir lo que se piensa sin pena” . Cabe mencionar que la inconformidad sigue presentándose por la materia de taller. Por otro lado se les puede notar a los alumnos más inquietos, debido a que su ciclo escolar ya esta por terminar y en algunas materias ya terminaron y se presionan en otras que no han terminado. Por otro lado una de las alumnas del grupo se acerco para que la aconsejara sobre una situación personal, se le dio la opinión relacionando lo que se ha visto con ellos en cuanto a Asertividad, además de ofrecerle alternativas para que ella analizará la situación.

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: VI. Cierre del "Taller de Comunicación Asertiva" SESIÓN: 23 TEMA: OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO ESPECIFICO: Clausurar el "Taller de Comunicación Asertiva"				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
1. Reflexionar sobre lo que les gustaría retomar de las sesiones anteriores 2. Reflexionar sobre lo que adquirieron en el curso y en una sola palabra expresarlo. 3. Convocar acerca de lo que cambiarían del "Taller de comunicación Asertiva" 4. Reflexionar sobre la importancia de los contenidos.	1.- El facilitador solicitara a los alumnos que se sienten en circulo y preguntar ¿Qué actividad les gusto más de todo del taller? ¿Alguna actividad que recuerde más? 2.- ¿En una sola palabra que adquirieron en el curso? 3.- indicar a los participantes que: completen las siguientes frases: Lo bueno del taller fue.... Lo malo del taller fue..... Cuando yo este frente a un grupo haré..... 4. ¿Qué opinan de la información que les fue proporcionada?		50 minutos	

TITULO: Taller de Comunicación y Asertividad dirigido a adolescentes de primero de Secundaria FASE: VI. Cierre del "Taller de Comunicación Asertiva" SESIÓN: 24 TEMA: Evaluación final OBJETIVO GENERAL: Al termino del Taller de comunicación y Asertividad el alumno habrá incrementado y fortalecido su desarrollo personal ser capaz de hacerse responsable de si mismo y establecer relaciones positivas y constructivas, tanto consigo mismo como con las demás personas. OBJETIVO PARTICULAR:				
ACTIVIDADES	PROCEDIMIENTO	MATERIAL	CRONOGRAMA	EVALUACIÓN
Aplicar los dos instrumentos 1) Escala de "Yo soy" de Autoconcepto 2) Escala Multidimensional de Asertividad.		34 juegos de copias de la Escala de "Yo soy" de Autoconcepto 34 juego de copias de la Escala Multidimensional de Asertividad.	50 minutos	

ANEXOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Anexo 1.

¿Que es un taller?

Cuando se habla de la palabra taller, se hace referencia al “actuar” , el hacer es una actividad centrada en los participantes, en este caso ustedes (Alumnos), serán los participantes, de lo contrario seria una clase, demostración o conferencia en donde los asistentes en algunos casos solo reciben la información y no participan de manera activa.

Así que un taller es un lugar donde se trabaja y donde se producen cosas, por ejemplo si es un taller de cocina se realizan guisados sopas, cremas, etc....; si es un taller de mecánica se arreglan autos y de esta forma en cada taller se hacen cosas.

Por lo tanto si es este un “Taller de comunicación y Asertividad” trabajaremos para conocer y construir una comunicación adecuada, este taller les va a servir para conocerse y aprender habilidades comunicativas, para que las puedan aplicar en sus relaciones interpersonales. (Amigos(as), padres, abuelitos, profesores etc.).

Por lo cual es importante participar para lograr mejores resultados en este taller.

Anexo 2

Comunicación

Para ofrecer un panorama completo de las relaciones humanas resulta necesario hablar de la comunicación ya que esta constituye el medio a través del cual se establecen las relaciones. la comunicación es el recurso que nos permite tener el privilegio de expresar nuestros sentimientos y pensamientos a las personas con quienes interactuamos.

Definiremos a la comunicación como la transmisión y recepción de mensajes los cuales son eventos de conductas que se hallan relacionados con los estados internos de las personas (Berlo K.)

Parte de una comunicación eficaz es ser capaz de comunicarse claramente para que pueda ser entendido esto es particularmente importante en situaciones que involucran información: dar instrucciones, realizar una tarea, o adquirir una nueva habilidad, sin

embargo puesto que la comunicación es parte de la rutina diaria, con frecuencia no le prestamos atención por lo cual es importante comunicarnos de tal manera que sea clara y eficaz.

Es necesario tomar en cuenta el tiempo, el compromiso con ustedes mismos y con los demás, ser empáticos, es decir, ponerse en lugar del para comprender sus emociones o pensamientos de la otra persona, compartir y tener confianza por compartir los sentimientos o pensamientos, todos estos elementos son claves para una comunicación eficaz. (Scott y Pawers, 1985)

Anexo 3.

Tarjetas de dinámica: “dibuja y escribe lo que ves”

Gato	Cuaderno	Casa	Árbol	Mango	Enojo	Elote
Balón	Moto	Estrella	Manzana	Niño	Jirafa	Corazón
Cerdo	Flecha	Nube	Paleta	Niña	Elefante	Ratón
Escalera	Tijeras	Zapato	Durazno	Feliz	perro	cuadro
Audífonos	Lentes	Flor	Plátano	pensativo	burro	

Anexo 4.

Importancia del emisor y receptor.

El hombre no vive solo, vive con otros individuos, convive, nace, se desarrolla y muere en sociedad. La comunicación, es un sistema eficaz, por ser preciso económico y directo, esta puede ser oral o escrita, que finalmente estas son las manifestaciones del emisor.

El hombre posee una herramienta muy importante la cual es el lenguaje, este le permite representar contenidos conceptuales por medio de signos lingüísticos orales o símbolos representativos de los símbolos orales, por ejemplo la palabra amor se representa por un corazón, el corazón representa el signo lingüístico.

El lenguaje es un elemento importante, ya que es una estructura de signos que expresan el pensamiento y las emociones, el emisor se expresa mediante los signos corporales, por ejemplo la curvatura hacia arriba en la boca manifiesta felicidad, y la curvatura hacia abajo representa tristeza, por lo cual no toda la comunicación es lenguaje.

El emisor también es conocido como fuente de la comunicación o transmisor y es aquel que inicia la comunicación.

El emisor debe reunir una serie de habilidades comunicativas que le permitan codificar el mensaje en forma adecuada de tal forma que se pueda hacer entender fácilmente. Las habilidades que el emisor debe reunir son las siguientes:

- ✓ Hablar correctamente, sin hablar o tartamudear.
- ✓ Debe pensar y reflexionar sobre lo que desea expresar
- ✓ Debe utilizar signos o símbolos propios del mensaje (por ejemplo, no debe decirle a una persona, que la quiere, y luego ya no hablarle).

El pensar y reflexionar antes de emitir un mensaje nos permite expresar adecuadamente lo que deseamos, de tal manera que esto nos permita utilizar el lenguaje adecuado, en el momento oportuno y obviamente adoptar una actitud conveniente a las circunstancias.

En cuanto al receptor a él va dirigido el mensaje y se espera de él una respuesta que manifieste un cambio en su conducta como efecto de la comunicación, las habilidades con las que debe de contar el receptor son:

- ✓ Saber escuchar
- ✓ tener actitud de atención
- ✓ saber interpretar los mensajes que le son enviados.

Es por ello que es fundamental la comunicación para que podamos darnos a entender o expresar lo que se quiera decir. Por otro lado también es importante analizar y escuchar la información que nos hacen llegar.

En la comunicación se compone de:

Emisor: corresponde a una persona o grupo de personas con un objetivo y una razón para comunicar

Mensaje: es el propósito del emisor el cual es expresado de alguna forma.

Código: es el conjunto de símbolos estructurados, de tal manera que tienen el mismo significado para el emisor y para el receptor; por ejemplo los diversos idiomas.

Receptor: corresponde a la persona o grupo de personas a quien se le expresa el mensaje

Canal: es el medio por el cual se transmite o se recibe un mensaje, el canal es definido por los sentidos a través del cual el receptor puede percibir el mensaje transmitido (oído, vista, tacto, etc.)

Anexo 5

INSTRUCCIONES: De acuerdo a la dinámica.

Quien fue el:

EMISOR: _____

Que fué el:

MENSAJE _____

Que fue el:

CÓDIGO: _____

Quien fue el

RECEPTOR _____

Cual fué el:

CANAL _____

Anexo 6

“El mensaje”

el mensaje esta constituido por la información que transmite el emisor, es decir el contenido de la comunicación y esta constituido por el código, el cual es el conjunto de símbolos estructurados de tal manera que tienen el mismo significado para el emisor y para el receptor (las letras por ejemplo),

Cuando se quiera manifestar un mensaje es necesario que antes se tenga que contestar a si mismos las siguientes cuestiones:

- ✓ que decir
- ✓ cuanto decir de todo lo que sabemos
- ✓ cuando es el momento oportuno
- ✓ como decirlo

Cada uno tiene la capacidad para determinar que decir, que tanto decir, y como decirlo, en el momento en que se dice lo que piensa, se pueden observar las reacciones que provoca el mensaje mismo.

Es útil estar en contacto con los propios sentimientos para saber hasta donde deseamos compartir.

Cuando te comunicas con alguien, las palabras que escoges constituyen el mensaje, pero además algo muy importante que se incluye dentro del mensaje es que, también tú estas enviando señales sobre el tipo de persona que eres: con tus ojos, expresión facial el movimiento de tu cuerpo, el tono, volumen y la intensidad de tu voz, tu compromiso con el mensaje, tu sentido del humor y muchos incluyen tu mensaje.

El receptor esta bombardeado con tu manera de decir los mensajes, todo cuanto hagas en relación con las demás personas ocasiona en ellas juicios sobre lo que representas y sobre lo que estas diciendo, por lo cual la totalidad del mensaje afecta a la percepción y las respuestas de los demás sobre ti, y esto determina si vas a tener éxito si lograras o no, aquello que te propongas en la vida.

Anexo 7

“Tarjetas para el “juego de los contrarios”

Gustos	Actividades	Emociones	Pensamientos
1. ¿Cuál es tu color favorito? 2. ¿Cuál es tu comida favorita? 3. ¿Cuál es tu programa de TV. Favorito?	1 ¿Te gusta el futbol? 2¿Te gustan los juegos mecánicos? 3 ¿Te gusta ir al cine?	1. ¿quien te gusta del salón? 2. que es lo primero que le ves a un chavo (a) cuando te gusta. 3. si un chavo (a) te dices que seas su novio(a) sin conocerlo que le dirías	1. Que piensas de la escuela, ¿sientes que te enseñan bien? 2. cuando vas a la tienda y no te atienden rápido que piensas. 3. crees que existan los fantasmas ¿Por qué?

Anexo 8

Respuestas de la dinámica ¿Estas escuchando?

En cada tarjeta se pondrá, una respuesta.

1. <u>Da consejos sin que te los pidan</u>
2. <u>interrumpe y evita que tu compañero termine de contar su historia</u>
3. <u>trata de contar una mejor historia que la de tu compañero(a)</u>
4. <u>formula preguntas para aclarar lo que dice el emisor</u>
5. <u>calla al que esta contando la historia</u>

6. <u>felicita al emisor</u>
7. <u>cambia el tema</u>
8. <u>trata de entender como se siente el emisor</u>
9. <u>no respondas</u>
10. <u>ríe cuando el emisor este serio</u>
11. <u>habla con alguien mas mientras el compañero este contando sus historia</u>
12. <u>observa el salón mientras te este hablando el compañero de la historia</u>
13. <u>sientete molesto y ofendido por lo que dice el emisor</u>

Anexo 9

Tarjetas para el “Juego de los espejos.”

<u>Tarjetas verbales</u>	<u>Tarjetas no verbales</u>
Di: silla	Muestra una cara de felicidad
Di: ayer fui a jugar fútbol y metí tres goles.	Manifiesta sin hablar que tienes calor
Di: me gusta el chocolate mmmm	Manifiesta sin hablar que ayer fuiste a comer tacos y te duele el estomago.
Di: me duele la cabeza	Manifiesta sin hablar que “tienes frío”
Di: la capital de Jalisco es Guadalajara	Haz una cara de tristeza
Di: me gusta la materia de historia.	Manifiesta sin hablar que tienes sueño

Anexo 10

Comunicación verbal y no verbal

En la comunicación verbal tienen que ver las palabras mientras que en la comunicación no verbal se compone por las posturas del cuerpo, el tono de la voz, expresiones del rostro y ojos, movimientos de manos, brazos, cabeza, pies, piernas, ritmo de la respiración y tensión de los músculos son capaces de comunicarse de manera congruente, el cuerpo reforzara lo que dicen las palabras.

La comunicación no verbal, es la mitad de toda la comunicación, es necesario que el mensaje no verbal apoye lo que se esta tratando de comunicar.

El significado del mensaje puede cambiar negativamente, si lo que se dice se acompaña de una sonrisa forzada o un tono de voz bajo y vacilante o acompañado de movimientos inquietos o de una falta de contacto visual, por el contrario a través de una leve palmada, mirada directa y serena, se puede comunicar afecto, cariño, comprensión apoyo.

Si se ignoran las emociones y los mensajes no verbales y únicamente se responde a las palabras, no es comunicación, algunas personas se contradicen en sus palabras y en sus expresiones no verbales, esto puede suceder por varias razones como: tienen miedo de herir los sentimientos de los demás, teme las represalias que la otra persona puede tomar, tiene temor que se rompa la relación afectiva, no le importa la otra persona ni la relación con ella.

Anexo. 11

“Enunciados de teléfono descompuesto”

- ✓ estaba en mi casa y cuando me metí al baño se me termino el agua y me quede enjabonada y tuve que salir a conectar la bomba
- ✓ estaba en mi casa y me comí unas palomitas y me hicieron daño todo el día y me sentí mal.

Anexo 12.

“Barreras de la comunicación”

Dentro del proceso de comunicación se pueden dar perturbaciones que no permiten que la comunicación se lleve a cabo naturalmente por lo cual se dan las barreras de comunicación:

- Barreras físicas: como la distancia, el exceso o pobreza de luz, las tormentas eléctricas, son agentes externos.
- Barreras fisiológicas: se refiere a alteraciones orgánicas como un mal funcionamiento de los órganos de los sentidos (problemas de lenguaje, oído, vista etc.)
- Barreras psicológicas: se constituye por las emociones y las actitudes de las personas.
- Barreras semánticas o de significado: existe cuando en la comunicación los símbolos que maneja el emisor, no significa lo mismo para el receptor. Es decir cuando el significado de una palabra o frase es distinto para el emisor que para el receptor.
- Barrera técnica: es cuando interfieren aparatos (modulares, radios, licuadora, etc.) que afectan la calidad del mensaje.

Anexo 13.

A lo largo de todas las sesiones hemos tenido experiencias de comunicación en las que el dialogo a resultado indispensable. La comunicación siempre puede mejorar si se tiene la disposición.

Para mejorar la capacidad de dialogo se necesita de :

HABILIDADES

- ✓ Ten claro lo que quieres decir.
- ✓ Entiende la opinión de los demás
- ✓ Busca que te entiendan
- ✓ Escucha lo que te dicen
- ✓ Acepta la posibilidad de cambiar de opinión

VALORES Y ACTITUD

- ✓ Respeta a los demás evita la prepotencia, autoritarismo
- ✓ Resuelve los problemas entre personas, controla tus emociones
- ✓ Habla con la verdad y reconoce que los demás pueden tener la razón
- ✓ Busca soluciones justas y solidarias.

Anexo 14.

Comunicación con uno mismo

En la etapa que están atravesando se considera una etapa de cambio, ya que no solo se transforma el cuerpo, también cambia la forma de arreglarse, la forma de pensar, y hasta la forma de relacionarse con los demás así como su manera de sentir. Esto es comprensible, por que ustedes se transforman en busca de una identidad, existen deseos de ser mas independientes, de probar la capacidad de amar de buscar nuevos valores, nuevos ideales.

Hay quienes por momentos desean estar solos y en otras ocasiones desean estar con los amigos, familia, novio (a). Etc.es preciso poder identificar y expresar lo que se siente.

Precisamente por estas razones de que pensamos, sentimos y actuamos, de que nos comunicamos y nos damos cuenta de ello, continuamente nos comunicamos con nosotros mismos, se tiende a preguntarse por se actúa de alguna manera, por que lo sentimos de cierta forma y por que decimos algo.

Algunas veces se tiende a auto- reprochamos, reprendernos e insultar y en otras ocasiones todo lo contrario.

La comunicación consigo mismo esta relacionada con la propia autoestima es decir una persona con autoestima, reconoce las verdaderas necesidades, deseos, habilidades y limitaciones.

Se dice que cuando se experimenta un sentimiento de bienestar para consigo mismos es por que se dirigen mensajes positivos por el contrario cuando no se estiman a si mismos los mensajes que se emiten tanto a si mismos como a los demás pueden ser destructivos, y lastimosos.

Por lo cual para mejorar la comunicación consigo mismo es necesario conocerse a si mismo, aceptarse y valorarse.

ANEXO 15

¿COMO ME VEO ?

XVUTSRPARTICIPATIVORY
 QNPPAOEWSQFEOSQMTHTLS
 VXESUMIOIFRTEITRLSRTE
 IJSFTLUINRNSNSNWI PKAQT
 EMI HONESTOCELCBHABTRN
 JOMJNACSEIWGUERSVUIDE
 SAIMOLXGLRHI DRPVLPLKY
 ORSZMEQLIFDXKOTQWUOMD
 DRNCOGOTGFJEVANI DOSON
 AIINTROVERTIDOKCESBSE
 NEMHDEBRNDSSENSIBLEMLP
 ISPWAUTOTNELGETNEGIXE
 LGUASINDEPENDIENTEUPD
 PALHBCARIÑOSOZEREPLZN
 IDSRESPONSABLENYXYXS Y
 COIDAMABLEASTWORUDAMR
 SDVSOCGSEWERPCJPETISO
 IWOCHPQOCGENEROSODNKF
 DJWYRGFCDUWHQFNTSMTPN
 REBELDEIFOTEIUQNI GUOE
 EPCAMIGABLEPERCEPTIVO
 SODIMITBCONGRUENTETDV
 PMANIPULADORHJAWDXILY
 EWWZEZRENVIDIOSOZGVNT
 TYBODFJCOMPROMETIDHA
 VGPFOSDNEGOISTARCKGJE
 ODHOSBRPROFUNDOJFLEQR
 SQCKORGULLOSOMEYONPXC
 OSPESIMISTATSIMITPOS R

ANEXO 16

CARACTERÍSTICAS

En esta lista encontrarás 50 adjetivos calificativos que te pueden ser útiles para clarificar algunas de tus características.

Comprueba, en la siguiente lista, cuáles de los adjetivos calificativos encuentras en la "Sopa de letras".

- | | | |
|------------------|--------------------|--------------------|
| 1.- Inteligente | 18.- Comprometido | 36.- Arriesgado |
| 2.- Responsable | 19.- Generoso | 37.- Amable |
| 3.- Sensible | 20.- Exigente | 38.- Profundo |
| 4.- Extrovertido | 21.- Independiente | 39.- Fuerte |
| 5.- Introverso | 22.- Manipulador | 40.- Débil |
| 6.- Orgullosa | 23.- Enojón | 41.- Optimista |
| 7.- Vanidoso | 24.- Honesto | 42.- Pesimista |
| 8.- Egoísta | 25.- Sincero | 43.- Impulsivo |
| 9.- Miedoso | 26.- Lento | 44.- Respetuoso |
| 10.- Perezoso | 27.- Envidioso | 45.- Inquieto |
| 11.- Alegre | 28.- Dependiente | 46.- Rebelde |
| 12.- Cariñoso | 29.- Autónomo | 47.- Congruente |
| 13.- Frío | 30.- Rígido | 48.- Disciplinado |
| 14.- Amigable | 31.- Sociable | 49.- Creativo |
| 15.- Comprensivo | 32.- Perceptivo | 50.- Participativo |
| 16.- Solitario | 33.- Intuitivo | |
| 17.- Tímido | 34.- Maduro | |

Las 5 que mejor te describen son:

- 1.- _____
- 2.- _____
- 3.- _____
- 4.- _____
- 5.- _____

Anexo 17

“Autoestima”

La autoestima es la valoración que tenemos de nosotros la opinión y el sentimiento que cada uno tiene acerca de si mismo, de los propósitos de los actos, los propios valores y las propias conductas, es decir se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones, experiencias, que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida , creemos que somos listos o tontos, los millares de impresiones , evaluaciones y experiencias reunidas se conjunta en sentimientos positivos y negativos hacia nosotros mismos.

Uno de los principales factores que diferencian al ser humano de los animales, es la conciencia de si mismo, la capacidad de establecer una identidad y darle valor, para así obtener un poder personal, este hace referencia a la seguridad y confianza en uno mismo cuenta con 4 partes:

1. ser responsable
2. saber elegir
3. llegara a conocerte a ti mismo
4. adquirir y utilizar el poder, en tus relaciones y en tu vida.

Ser responsable es cuando tu conducta y sentimientos te ayudan a sentirte seguro y a tener confianza dentro de ti, nadie te puede hacer feliz o infeliz, nervioso o enojado, por que cada uno es el responsable de sus propios sentimientos

Al saber elegir uno aprende y ala prender a hacerlo correctamente se comienza a decidir que esperamos que suceda como resultado de nuestra elección y de si nuestras expectativas son realistas.

¿Que es llegar a conocerte a ti mismo? Si te esfuerzas demasiado en complacerá los demás, será difícil que te llegues a conocer a ti mismo a nombrar y reconocer tus sentimientos y tus sueños y reconocer tus necesidades.

¿Para que tener autoestima? Para desarrollar relaciones mucho mas gratas y ser autosuficiente.

¿Que implica la autoestima? Actuar independientemente, asumir sus responsabilidades, afrontar nuevos retos con entusiasmo, sentirse orgulloso de los logros, demostrar amplitud de emociones y sentimientos, ser tolerantes a la frustración y ser capaz de influir positivamente en otros.

Todos son capaces de aprender mensajes constructivos, que los hagan sentir bien y que enriquezcan a la comunicación de si mismos.

Anexo 18

“Elementos de la autoestima”

Si bien es cierto, la adolescencia, presenta fuertes desafíos que ponen a prueba la confianza en si mismos, la capacidad para pensar, aprender, elegir y decidir dentro de una realidad que necesitan comprender, al afrontar esos desafíos manifiestan su derecho a vivir a reafirmar sus necesidades, sentimientos, deseos, y realización personal, sin dejar tomar en cuenta que el ser humano es por naturaleza un ser social.

Así que al hablar de autoestima se necesita establecer una relación entre lo individual y lo social, lo que si es cierto, es que la autoestima es susceptible de cambio en cualquier momento de la vida.

La autoestima es aquella que partir del conocimiento de uno mismo, se es capaz de aceptarse física, mental y emocionalmente en cualidades y limitaciones, es la apreciación de nuestro valor, por el hecho de ser humanos, es la capacidad de confiar en uno mismo.

Por lo cual la autoestima consiste en que se conozcan en la auto imagen en la aceptación del cuerpo, en lo intelectual, emocional, es decir que se sepan evaluar en forma positiva considerando sus capacidades y limitaciones. El valorarse se relaciona con la autoestima ya que esta solo puede surgir del interior, de la aceptación y la aprobación internas, sin esta aprobación los efectos del reconocimiento externo suele ser pasajero.

Las características de la autoestima son conocer las verdaderas necesidades, deseos, habilidades y limitaciones.

La autoestima baja: la cual es aquella en la que una persona piensa que es insignificante y espera que le pasen las peores catástrofes. Tiende a tener enormes dificultades para comunicarse. Las personas con autoestima alta se caracterizan por que hacen de su vida una diferencia, confían en sus capacidades, demuestra integridad en sus valores y sus acciones, tiene confianza en el presente y esperanza en el futuro.

Los enemigos de la autoestima son:

- los pensamientos erróneos
- miedo a la critica y a la desaprobación
- desconocer neutras capacidades
- perfeccionismo(plantearse metas irreales)
- necesidad de controlar o dominar a otros o ser controlados y dominados por otros.
- Dependencia económica y/o emocional
- Inacción

Por lo cuál para tener una adecuada autoestima es necesario conocerse, tener un buen concepto de si mismos, valorarse como personas, aceptarse tal cual son en características físicas y emocionales, y respetarse.

Anexo 19

Cuestionario de autoestima Nombre: Fecha: Responde las siguientes preguntas, toma tu tiempo en contestar :
1. ¿Qué pienso que soy yo?
2. ¿Qué es lo que los compañeros piensan que soy yo?
3. ¿Qué desearía ser yo?
4. ¿Qué desearían los demás que fuera yo?
5. ¿Que hay en común, en lo que dicen positivamente de mí?
6. ¿Qué hay en común en lo que dicen negativamente de mí?

7. Finalmente reflexionando sobre todo esto ¿Quién soy yo?
“Esta hoja se utilizara para la próxima sesión ¡No olvides traerla! ¡GRACIAS!

Anexo 20

“Niveles de comunicación”

- ❖ La manera en que nos comunicamos guarda mucha relación con:
- ❖ Lo que se ha aprendido de los padres, de otros adultos o de autoridades
- ❖ La persona con la cual nos comunicamos

- ❖ Nuestra propia autoestima
- ❖ Nuestra habilidad personal para comunicarnos
- ❖ Las experiencias que hemos tenido al comunicarnos con nosotros mismos y con los demás

Hay diferentes niveles de comunicación que varían dependiendo de nosotros mismos y del momento, la situación y la persona con la que nos comunicamos,

1.-Nivel impersonal : en este nivel no importa mucho a quien nos dirigimos, podemos emitir el mensaje casi sin voltear a ver a la persona , de hecho en este nivel se puede emitir el mensaje, sin importar mucho, quien lo responda, ya que no comparten absolutamente nada.

Ejemplos: pedir algo en la tienda, en el mercado, en la gasolinera, o en algún restaurante, preguntar la hora a un desconocido etc..

2.- Nivel superficial: en este nivel se habla de algo o de alguien pero no de uno mismo, es una relación tan superficial, que pareciera que hablaran mas de “personajes” que de personas, en este nivel no se comparte ni se compromete nada.

Ejemplos: Los chismes, los relatos de alguna situación, como si fuera una película, la repetición de lo que dicen los demás, las conversaciones del trabajo.

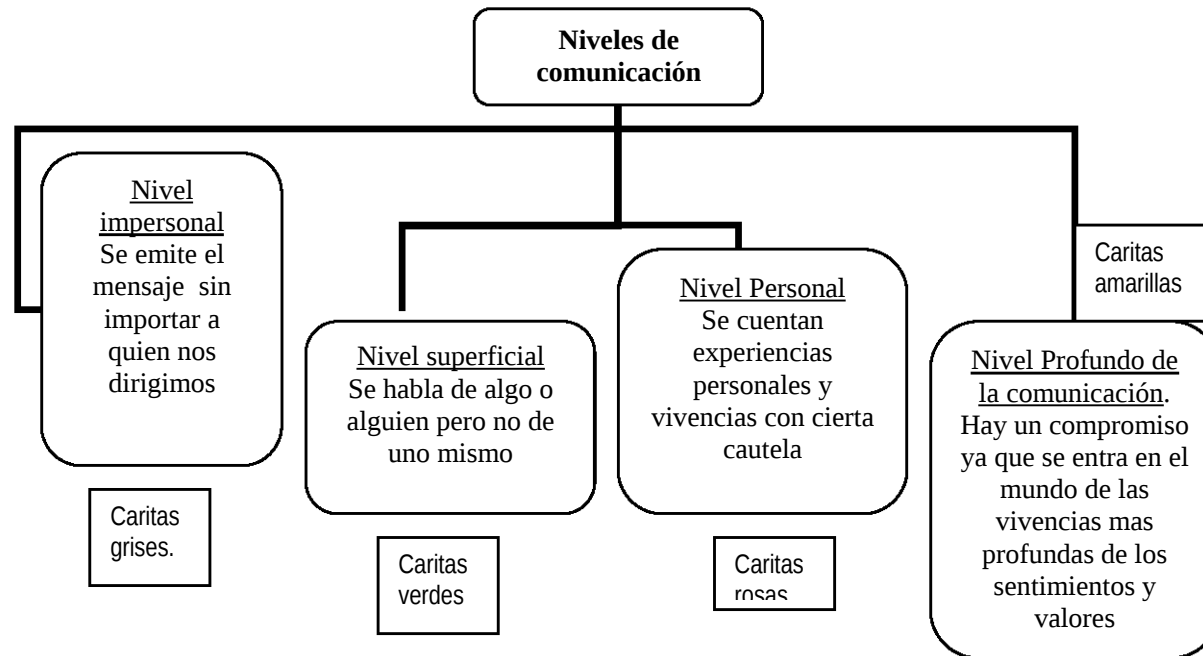
3.- Nivel personal: en este nivel se comunican las personas, aunque todavía no se hablan de cosas muy intimas, se emiten opiniones sobre lo que los demás dicen o lo que sucede, se relatan sucesos sobre uno mismo, se cuentan experiencia personales, se comparten algunas vivencias, en este nivel ya existe un compromiso del uno con el otro.

Ejemplos: contar alguna experiencia aunque sea dolorosa, decir nuestra propia opinión a pesar que los otros opinen lo contrario. Expresar algunos sentimientos.

4.- Nivel profundo de la comunicación: este nivel se caracteriza, por que se comunica la intimidad de la persona, en el mundo de las vivencias más profundas, de los sentimientos de los valores. En este nivel se establece un verdadero compromiso entre dos personas o entre los miembros de un grupo determinado, en este nivel se conocen y realmente se internan en el mundo del otro., en este nivel implica arriesgarse, abrirse a compartir y comprometerse con uno mismo y con la otra persona, en este nivel se espera que la otra persona demuestre sinceridad, honestidad, verdadera escucha, comprensión solidaridad etc.

Ejemplos: la expresión de ciertos sentimientos de vivencias personales, de emociones, de valores profundos del ser humano.

Anexo 20.1



Anexo 21

"Creencias acerca de la comunicación familiar"

En el sobre solo se pondrá la creencia, la demás información es para el facilitador.

CREENCIA: Es difícil entender el lenguaje no verbal

FALSO: todas las personas entendemos o sentimos lo que otras personas nos dicen sin ocupar el lenguaje verbal; generalmente entendemos este tipo de lenguaje y respondemos ante él.

CREENCIA: Los hombres no deben comunicar sus sentimientos FALSO: Es importante que tanto hombres como mujeres manifiesten sus sentimientos, esto no es un símbolo de debilidad, al contrario es una muestra de fortaleza.
CREENCIA: No se debe de decir lo que sentimos a los padres FALSO: Los hijos(as) deben aprender a decir lo que sienten de frente a sus padres, pero es necesario buscar el momento mas adecuado para ser escuchados.
CREENCIA: los hijos (as) no entienden con palabras. FALSO: Los hijos (as) entienden muy bien el lenguaje verbal, y también el lenguaje no verbal de los padres, por lo que es necesario que estos estén muy atentos a los mensajes que quieren enviar para no meter ruidos en la comunicación
CREENCIA: El papá manda en la familia FALSO: En la familia no deben de existir una autoridad rígida: puede ser una estructura igualitaria con los mismos derechos y obligaciones para todos (as) y con un liderazgo que en momentos puede rotar de acuerdo con las características de sus miembros.
CREENCIA: La familia no debe de ser flexible FALSO: La familia tiene la obligación de ser flexible, para poder salir de las diferentes crisis que se presentan, ya que una posición rígida puede traer consecuencias negativas.
CREENCIA: Los (Las) jóvenes deben de decir todo a sus padres. FALSO: Todos tiene derecho de guardar su intimidad y tener sus propios “secretos” y los padres la obligación de respetar los espacios tanto físicos como emocionales.
CREENCIA: Comunicar lo que se quiere trae consecuencias negativas. FALSO: Comunicar lo que se quiere en forma no agresiva es muy importante y da tranquilidad a las y los jóvenes que se habilitan a hacerlo.

Anexo 22

La comunicación familiar determina el tipo de relación que se mantendrá, como la confianza, la buena disciplina, ejemplos a seguir, ya que una vez que el ser humano llega a este mundo la comunicación es el factor mas importante que determina el tipo de relaciones que se valla a tener con los demás y lo que suceda en el mundo que le rodea.

La comunicación familiar es una forma de intercambiar información, para aprender a promover en el núcleo familiar la confianza, el amor y cariño.

Por medio de la comunicación que existe dentro de la familia se arreglan los malos entendidos, así como los problemas de conducta que se presentan, para que una familia establezca la comunicación es importante el entendimiento, y una buena disciplina del lado de hijos y padres, para que se logre una identificación con los miembros de la familia.

Anexo 23.

“Tipos de familias”

LA FAMILIA RIGIDA: en este entorno los adultos no permiten nuevas opciones, experimentan gran dificultad en los momentos en que se necesita hacer cambios, insisten en mantener los modelos anteriores de interacción, son incapaces de aceptar que sus hijos han crecido y tienen nuevas necesidades, ante esta situación los adolescentes no ven otra salida mas que someterse, con toda la carga de frustración que ello implica o revelarse de forma drástica y destructiva.
LA FAMILIA SOBREPROTECTORA: en este tipo de familia se observa en los padres un alto grado de preocupación por brindar a sus hijos todo tipo de protección y bienestar, llegando a hacer esfuerzos desproporcionados para ello. La sobreprotección retrasa el desarrollo de la autonomía de la competencia y del crecimiento del adolescente, entonces se vuelve indefenso, incompetente e inseguro.
LA FAMILIA AMALGAMADA: en estas familias el bienestar depende de todas las actividades que se hagan en conjunto, impidiendo cualquier tipo de individualismo, no existe respeto a la privacidad, esta situación suele ser difícil para el adolescente, pues sus necesidades de independencia y sus intentos por alcanzarla, representan una amenaza para los demás miembros.
LA FAMILIA EVASORA DE CONFLICTOS: estas familias tienen muy poca tolerancia al conflicto están integradas por personas con poca autocrítica, quienes no aceptan la existencia de los problemas y en consecuencia, no propician el incremento ni la solución de estos, los adolescentes, no aprenden a tratar ni a negociar las situaciones.
LA FAMILIA CENTRADA EN LOS HIJOS: en este tipo de familia los padres no son capaces de enfrentar sus conflictos de pareja y desvían la atención, hacia los hijos, en quienes ubican la estabilidad de la pareja y la satisfacción familiar.
LA FAMILIA CON UN SOLO PADRE: en este caso uno de los hijos hace el papel del padre, que hace falta muchas veces, al desempeñar un papel que no le corresponde, el adolescente no vive como tal si no como adulto asumiendo responsabilidades y problemas.
LA FAMILIA PSEUDODEMOCRATICA: en este tipo de familia los padres son incapaces de ejercer disciplina, sobre los hijos, con la excusa de ser flexibles, no logran fijarles los límites necesarios y les permite hacer lo que deseen, el símbolo de autoridad es confuso, por lo cual el adolescente se manifiesta con una competitividad desmedida, destructiva y sin fronteras.
LA FAMILIA INESTABLE: en ella las metas son inseguras, difusas no se planean bien, mas bien se improvisan, el adolescente

puede experimentar actitudes de desconfianza, de temor,

Anexo 24

“Figuras de importancia en el grupo”

Las agrupaciones eficaces contienen personas que cumplen con requisitos de figura fundamentales es decir cumplen con cierto papel, siendo este un patrón de comportamiento que caracteriza el lugar de un individuo en el grupo.

Los papeles positivos:

El partidario: es aquel que responde de manera verbal o no verbal, ofrecen apuntes, expresan declaraciones como “me gusta la idea” “buen punto” etc.

Los reparadores de tensión: en una situación de que el grupo esta agotado o se estanca estos reparadores de tensión tienen un 6to sentido para decir una broma en el momento preciso para aligerar un poco la tensión, esto mejora el ánimo del grupo.

Los armonistas: son aquellos que unen al grupo, tienden a reducir la tensión y aclaran los malos entendidos, los desacuerdos y los conflictos.

Los moderadores: son aquellas personas que ayudan a mantener los canales de comunicación abiertos, es el que mantiene el equilibrio en la discusión y que alienta a aquellos que afrontan problemas, para que todos formen parte del grupo.

Los papeles negativos del grupo:

Los agresores: son los que buscan fortalecer su propio nivel al criticar casi todo y tienden a culpar a los otros cuando las cosas se ponen difíciles haciendo sentir mal a los otros.

Los bromistas: se caracterizan por payasear, parodiar o interrumpir en el momento menos oportuno, hacen bromas para atraer la atención hacia ellos mismos.

Los separatistas: son aquellos que se niegan a ser parte del grupo, no están seguros de lo que dicen y dicen frases como “no se” “a lo mejor” y otras veces solo muestran su indiferencia.

Los monopolistas: son aquellos que necesitan hablar todo el tiempo para dar la impresión de que son cultos, inteligentes, y que son elementos de valor para el grupo.

Anexo 25

“Lista de deposito”

(Una lista especial de búsqueda de objetos)

Su tarea es encontrar todos los objetos o ver forma de conseguirlos, y contestar todas las preguntas de la lista, escriban sus respuestas en una hoja de papel).

1. un peso
2. un zapato
3. un calcetín
4. $37 \times 29 =$
5. El numero de letras de su escuela.
6. una camisa con la palabra algodón impresa en alguna parte
7. la capital de Jalisco
8. un espejo
9. un chicle
10. un billete de veinte pesos
11. el nombre del novio de la muñeca Barbie
12. una anillo
13. la raíz cuadrada de 28

Anexo.26

“Tipos de conducta”

- ❖ Ser asertivo es defender nuestros derechos y necesidades diciendo lo que sentimos y lo que pensamos de modo claro y directo sin ofender, ni agredir a los demás.
- ❖ Los animales defienden sus derechos y necesidades mediante la agresividad, si esta no resulta huyen y se alejan. El hombre primitivo hacía lo mismo. Estas dos formas de reaccionar no son necesariamente negativos, sin embargo la vida actual exige otras formas inteligentes de defender derechos y necesidades, surge así la utilidad del Diálogo.

El lenguaje surge, para el ser humano como un magnifico instrumento para defender derechos y necesidades sin recurrir a la agresividad o la pasividad.

Por lo tanto existen tres formas de enfrentarnos a la defensa de nuestros derechos y necesidades:

- La conducta agresiva: es cualquier conducta o forma de expresión de los sentimientos, creencias y opiniones que pretenden hacer valer sus derechos, pero: atacando, dañando, lastimando, o no considerando la autoestima, dignidad, sensibilidad o respeto hacia los demás; esto se puede deber a la falta de control emocional (al sentirse una persona insegura o irritable puede ocasionar comportamientos de defensa o ataque a los demás). Se suele confundir la sinceridad y el ser directo ya que esto se puede manifestar de una manera cruda inapropiada o inoportuna. Sus mensajes que envían son: esto es lo que yo pienso, esto es lo que yo quiero, esto lo que yo siento.
- La conducta pasiva: consiste en no comunicar lo que se desea o hacerlo de manera débil con demasiada suavidad y timidez ocultando lo que piensa y las causas pueden ser: falta de control emocional, predominio del temor y la ansiedad, falta de habilidad para comunicarse, desconocer sus derechos como persona.
- La conducta asertiva: se define como la habilidad de la persona para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos y creencias y opiniones de manera honesta, oportuna, y respetuosa. Sus mensajes son: esto es lo que yo pienso, esto lo que yo quiero, así es como yo veo la situación. Se trata de decir las cosas sin dominar, humillar y rebajar o degradar al otro.
- Son pocas las ocasiones en que resulta necesaria la agresividad o la huida, ésta se hace útil tan sólo en situaciones límite cuando la convivencia no se hace posible.
- La mayoría de las ocasiones cuando alguien invade nuestros derechos o afecta la satisfacción de nuestras necesidades podemos ser asertivos es decir, DERENDERNOS CON INTELIGENCIA, sin agredir, ni huir renunciando a nuestros derechos.

Entonces SER ASERTIVO significa:

- ✓ Decir NO cuando no queremos hacer o aceptar algo que no nos conviene.
- ✓ Decir SI cuando algo nos conviene.
- ✓ Defender un derecho sin ofender ni agredir al otro, aunque el otro no lo acepte.

NO ser ASERTIVO significa (AGRESIVOS):

- Querer ganarle al otro aún cuando sabemos que no tenemos razón.
- Obtener lo que queremos a como de lugar, usando la mentira, la manipulación o la violencia.
- Decir SI por temor a decir NO aunque no nos convenga.

- Decir NO por temor al que dirán cuando no nos conviene decir “SI”.
- No decir nada por temor o timidez.

Anexo 27

Solo la situación se pondrá en el rotafolio, la demás información es para el facilitador. Se puede utilizar la primera situación como ejemplo para el alumno.

SITUACIÓN	R. AGRESIVA	R. PASIVA	R. ASERTIVA
Reprobaste 2 materias, ¿eres un burro que no sirve para nada!	Tú tampoco la haces como padre. Al menos no soy un borracho como tú.	Nadie me quiere. No sirvo para estudiar.	“reconozco que me descuide lo corregiré atendiendo a mis tareas”
¡Salga de mi clase, no lo quiero volver a ver por aquí!	Saqueme si puede yo no me salgo	(mentalmente) me voy pero ya me desquitare después	(Mentalmente) me salgo para no discutir ahora cuando se calme el Prof. hablaré en buena onda con él.
¡Son las 3 de la mañana: “ eres una vergüenza que andarías haciendo”	Sinvergüenza tú a poco crees que no me doy cuenta de tus viejas , pobre de mamá	No me vayas a pegar papi. Te juro que no lo vuelvo a hacer	Tienes razón en estar enojado papá, es muy tarde. Quiero explicarte que paso sin mentiras.

Si me quieres demuéstralo haciendo el amor conmigo.	¿Acaso crees que soy una cualquiera? Buscate otra babosa ¡Imbécil!	Hoy no, espera un poco más. No te vayas a enojar.	No estoy de acuerdo que así se demuestre el amor. Yo decidiré cuando y con quien hacer el amor.
Si me regalas los boletos para el cine y el concierto aceptare ser tu novia (o novio).	Que te pasa aprovechada, interesada te estoy diciendo que seas mi novia, y no que te vendas para que lo seas.	Esta bien te regalare los boletos ¿pero después serás mi novia?	No creo que una decisión de esa dependa de un regalo

Anexo 28

Nombre: _____
Fecha: _____
De acuerdo a los tres tipos de respuestas:
❖ Agresiva
❖ Pasiva
❖ Asertiva
Plantea un caso particular que hallas pasado en tu casa, en la escuela, en la calle o con tu amiga (o); en donde hubieras podido aplicar estos tipos de respuesta. Sabiendo ahora, que, la respuesta Asertiva es la opción más eficaz.

Situación: _____

Respuesta:

Agresiva	Pasiva	Asertiva

Anexo 29

“Conducta pasiva y asertiva”

LA CONDUCTA PASIVA: se caracteriza por la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar honestamente: SENTIMIENTOS, PENSAMIENTOS u OPINIONES, y por consiguiente permite a los demás que violen nuestros sentimientos.

OBJETIVO: es apaciguar a los demás y evitar conflictos a toda costa, pero a costa de su integridad.
La pasividad es consecuencia de la inadecuada comunicación o una comunicación indirecta o incompleta.

- La persona que se comporta de manera pasiva se sentirá a menudo incomprendida e ignorada
- Expresan todo, excepto lo que sienten, ya que sólo buscan aprobación de los demás
- Su autoestima baja
- Carece de habilidades comunicativos
- Desconoce sus derechos

CARACTERÍSTICAS:

- ❖ Expresan sentimientos y pensamientos auto derrotistas con disculpas y con falta de confianza de tal modo que los demás puedan ser ignorados fácilmente.
- ❖ Sentimientos de inferioridad

MENSAJES:

- “YO NO CUENTO”
- “PUEDES APROVECHARTE DE MÍ”
- “ MIS SENTIMIENTOS NO IMPORTAN, SÓLO LOS TUYOS”
- “TÚ ERES SUPERIOR”

ASERTIVIDAD: “ Es el conjunto de comportamientos que emite un individuo en una situación interpersonal, en donde expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos, de un modo adecuado a la situación, respetando a los demás y generalmente resolviendo los problemas inmediatos a la situación, mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

OBJETIVO: Tener una comunicación abierta, tener y conseguir respeto.

↓
Clara, directa ➡ de las propias opiniones, necesidades, etc.
No ofensiva

CARACTERÍSTICAS:

- ✓ Respetarse a sí mismo
- ✓ Ser directo, honesto y oportuno
- ✓ Tener control emocional
- ✓ Saber decir y escuchar
- ✓ Ser honesto
- ✓ Mantener una postura corporal correcta (con el fin de mejorar la comunicación no verbal de los mensajes)

SER ASERTIVO IMPLICA:

- ✓ Procesar sentimientos reconocerlos y nombrarlos, aceptarlos y expresarlos.
- ✓ Tomar decisiones, definir el problema y buscar alternativas de solución, evaluarlas y actuar.
- ✓ Hacerse responsable de la conducta que se sigue y de sus consecuencias.

ANEXO 30

► ESTO ES COMPORTAMIENTO NO-ASERTIVO (PASIVO)

ESTÁIS ORGANIZANDO UNA FIESTA PARA EL PRÓXIMO SÁBADO.

¿Dónde podríamos ir, Sandra?

Psss, no sé.



¿Tú qué opinas?

Lo que vosotros queráis.



Me gustaría que fuésemos a mi casa, veréis cómo suena mi nueva minicadena.

Bueno.



¿A ti qué te parece?

Es que ...

Apenas te oigo. ¿Qué dices?



El caso es que mi idea sería ir a casa de Julián, allí seguro que todos lo pasaríamos bien.

¿Piensas algo?

No, no, nada.



Debería haberles dicho mi opinión. Ahora me encuentro más nerviosa.



► ¿Quién está actuando de una manera NO-ASERTIVA?

¿Por qué?

☐ No ha expresado lo que pensaba.

☐ Estaba muy nerviosa.

☐

► ¿En qué situaciones tu conducta no ha sido asertiva? Expícalas.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

► La conducta asertiva tiene muchas desventajas; para ti, ¿cuáles son las principales desventajas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ANEXO 31

¿Por qué no somos asertivos?

Desde muy niños nuestros padres influidos por la cultura nos enseñaron a sentirnos culpables o que podíamos perder su amor si nos portábamos mal ejemplos tales son:

- ❖ Si no dejas de llorar te voy a dar una paliza
- ❖ Los niños bonitos no gritan ni lloran como tu
- ❖ Te tienes que comer esa sopa aunque no te guste

Creemos que es de mala educación reclamar nuestros derechos y así optamos por quedarnos callados (pasividad o huida)

Creemos que la única manera de enfrentarnos a la vida es imponiendo nuestros derechos (agresividad)

No nos queremos a sí mismos o nos sentimos menos valiosos que los demás

Permitimos que la actitud de los otros nos afecte al grado de perder la cabeza y agredir, o de atemorizarnos permitiendo abusos.

Otras causas pueden ser.

- La falta de control emocional (predominio del temor y la ansiedad), por querer ser aprobado por otros.
- Los mensajes sociales: "No seas egoísta", porque la regla es: "Dar muchas veces a los demás no cuenta, pensar de vez en cuando en mí, ya que me hace automáticamente egoísta". Es necesario hacer un análisis racional, justo y honesto de sí mismos, ya que a veces la fuente del conflicto es la inflexibilidad, rigidez y "egoísmo" del otro.
- La persona piensa que "No vale lo suficiente", pues sigue creyendo que el nivel de valor está en función de los atributos o cualidades que posea.
- Falta de habilidad, como la falta de exposición a situaciones novedosas que provocan tensión.
- Ignorar los derechos como personas.

Anexo 32

"Prejuicios y fantasías"

Los prejuicios son las creencias falsas que parecen verdaderas y a las fantasías nosotros les atribuimos ciertos hechos o cosas como poderes mágicos, ambas citaciones se arraigaron en nosotros desde muy niños y que limitan en gran medida la capacidad para ser asertivos.

PREJUICIOS	FANTASIAS
------------	-----------

❖ Las mujeres bonitas son tontas ❖ Yo no sirvo para estudiar ❖ Nadie es mejor que yo ❖ Si lo digo voy a quedar en ridículo	❖ Sin el jamás podré ser feliz ❖ Necesito casarme para ser feliz ❖ Si estudio para ingeniero me haré rico ❖ Si se lo digo se va a enojar ❖ Para que nos valla bien necesitamos ser buenitos y aguantarnos todo.
---	---

Anexo 33

“Derechos asertivos”

- ❖ Ser mi propio juez, tomar la responsabilidad de mi vida.
- ❖ No justificar mis acciones y/o deseos.
- ❖ Preguntarse así mismo si puedo intervenir y responsabilizarme de buscar soluciones a los problemas de los demás.
- ❖ Puedo cambiar mi estilo de vida conforme voy creciendo.
- ❖ Soy responsable de mis actos.
- ❖ Puedo no saber sobre algunos temas.
- ❖ Puedo rechazar la buena voluntad de los demás, cuando me quieren, manipular.
- ❖ Puedo tomar decisiones ilógicas para los demás.
- ❖ No tengo que adivinar los pensamientos, sentimientos, y deseos de los demás.
- ❖ No soy perfecto, pero si perfectible.

CARACTERÍSTICAS DE LA CONDUCTA ASERTIVA	CARACTERÍSTICAS DE LA CONDUCTA AGRESIVA	CARACTERÍSTICAS DE LA CONDUCTA PASIVA
✓ Todo el mundo tiene derecho a intentar conseguir lo que considere mejor siempre que no repercuta negativamente sobre otras personas. ✓ Todo el mundo tiene derecho a ser respetado ✓ Todo el mundo tiene derecho a pedir ayuda – no exigirla - y a negarse ayudar a otras personas. ✓ Todo el mundo tiene derecho a sentir emociones (miedo, tristeza, ira, angustia) y a expresarlas sin herir los sentimientos de los demás. ✓ Todo el mundo tiene derecho a tener su propia opinión sobre algún tema y a expresarlo sin ofender a otras personas. ✓ Todo el mundo tiene derecho a equivocarse en sus actitudes, opiniones y comportamiento y ser responsables de ello.	➤ Sólo yo tengo derecho a intentar conseguir mis objetivos y a defender mis derechos. ➤ Sólo yo debo ser respetado, porque yo soy el mejor y los demás no, y por tanto no merecen mi respeto. ➤ Sólo yo tengo derecho a pedir que me ayuden y los demás no pueden negarse a ello. ➤ Sólo yo puedo negarme a brindar ayuda ➤ Sólo yo tengo derecho a sentirme bien o mal y a decirlo a los demás, los sentimientos de los demás no me interesan en lo absoluto, son sus problemas ➤ Sólo yo tengo derecho a opinar, los demás no tienen por que. ➤ Sólo yo puedo equivocarme y no me importan las consecuencias de mis actos u opiniones.	❖ Comportarse de manera asertiva defendiendo mis intereses y derechos personales es negativo. Si actuó así las otras personas pueden molestarse y dejar de apreciarme como amigo (a) ❖ Yo no merezco el respeto de porque el o ella es mejor y yo no lo soy. ❖ Yo no tengo derecho a pedir ayuda, en cambio no puedo negarle mi ayuda a alguien aunque me cueste mucho hacerlo ❖ No tengo derecho a sentirme triste, enfadado, asustado, etc., y mucho menos expresarlo. ❖ Yo no tengo derecho a opinar sobre algo ❖ No puedo equivocarme en mis comportamientos

ANEXO 34

--	--	--

Anexo 35.**“Técnicas de Asertividad”**

	Numero de voluntarios	Personajes	Situación	Técnica
<u>1</u>	2	El amigo borracho Y el amigo que no quiere tomar	“un amigo insiste en que te emborraches” Convencer al amigo a que se emborrache.	Disco rayado R= no gracias, yo no abuso del alcohol, no gracias, yo no abuso del alcohol
<u>2</u>	4	El grupo de amigas y la amiga x	“un grupo de amigas decide no entrar a realizar un examen, por que prefieren ir a jugar a las canchas con sus amigos e intentan convencer a la amiga x”	Banco de niebla Amiga x Tienen razón en que seria divertido hacerlo, pero yo les avisare lo que decida
<u>3</u>	3	Papá y mamá Hija	“ el ultimo mes dedicaste la mayor parte de tu tiempo a las diversiones , por lo que tienes calificaciones bajas en los exámenes y tus padres están molestos y te preguntan al respecto	Decisión negativa. Hija. “acepto que no estudie lo suficiente pero quiero decirles que desde hoy dedicare el tiempo necesario al estudio para aprender y pasar los exámenes.”
<u>4</u>	4	Compañeros y Alumna B	“tus compañeros te dicen que eres buena estudiante en la materia de historia , que tus participaciones en clase son	Decisión positiva “es verdad que domino el tema de historia,

			excelentes y después te piden que tu solo realices ese trabajo, que es por equipo"	pero no voy a realizar ese trabajo solo, es responsabilidad de todos.
<u>5</u>	2	Hermana y hermano.	Hablas por teléfono a tu casa para decirle a tu madre que llegarás tres horas mas tarde, por que iras a casa de tu amigo por unos apuntes que necesitas ese mismo dia. Tu madre no esta y le expresas el mensaje a tu hermano.	Transmisión activa ¿Quieres repetirme lo que le vas a decir a mi mama?

- ❖ Disco rayado: esta técnica consiste en repetir el mismo punto de vista cuantas veces sea necesario, con tranquilidad sin enojarte, por los comentarios que surjan en la plática. La finalidad es que las personas respeten el punto de vista que expones, te enseña a no justificarte ni a distraerte en lo que los demás quieren lograr en ti.
- ❖ Banco de niebla: escuchas con tranquilidad las criticas, reconociendo la posibilidad de que existan algunos puntos de vista ciertos, te enseña a reconocer serenamente que puede haber parte de verdad en lo que los otros dicen, aunque en tu vida tu siempre tienes la ultima palabra.
- ❖ Decisión negativa: esta técnica enseña a aceptar nuestros errores y faltas (sin tener que disculparnos por ellos) mediante el reconocimiento decidido y comprensivo de las criticas, hostiles o constructivas, evitando las actitudes defensivas.
- ❖ Decisión positiva: con esta técnica la persona tiene la posibilidad de reconocer y aceptar los comentarios positivos, como felicitaciones o elogios, sin por eso comprometerse a hacer lo que los demás quieren.
- ❖ Transmisión activa: se utiliza para verificar si la otra persona entendió el mensaje como se quería, por lo cual, en primer lugar, habrá que evaluar la habilidad que se tiene para expresarse, y en segundo lugar evitar las interpretaciones y los malos entendidos.

OTRA TECNICA:

Estabilizador: esta técnica consiste en tomar en cuenta los derechos de uno mismo y de las demás personas con quienes estamos dialogando, para así elegir la conducta mas adecuada en ese momento. Se puede utilizar las siguientes frases:

- Tu derecho es.....
- Mi derecho es.....
- Luego.....

ANEXO 2.

CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE NECESIDADES

ANEXO 2.

CUESTIONARIO DE DETECCION DE NECESIDADES

INSTRUCCIONES: a través del siguiente cuestionario pretendemos conocer tus necesidades en distintos aspectos con el fin de brindarte apoyo en el área que requieres. Te pedimos que contestes honestamente. La información que nos brindes será utilizada confidencialmente. ¡GRACIAS!.

FECHA: _____

I. DATOS GENERALES.

Nombre: _____ Edad: _____

Fecha de nacimiento: _____ Sexo: _____

¿Trabajas? SI___ NO___ ¿Cuántas horas? _____

¿En que? _____

Nombre del padre: _____ Edad: _____

Ocupación: _____ Escolaridad: _____

Nombre de la madre: _____ Edad: _____

Ocupación: _____ Escolaridad: _____

Tus padres están: () casados () divorciados () separados
() Unión libre () viudos () solteros

II. AREA FAMILIAR.

1. ¿Con quien vives? () Madre () Padre () Hermanos
() Otros _____

1. Numero de hermanos

Nombre	Edad	Ocupación y /o escolaridad

--	--	--

2. ¿Que actividades haces con:

a) Tu Mamá: _____

b) Tu Papá: _____

c) _____ Tus _____ hermanos:

3. ¿ Como es y cómo te llevas con:

a) Tu Mamá: _____

b) Tu Papá: _____

c) Tus hermanos: _____

4. Explica ¿como es la relación entre tu mamá y tú papa?

5. ¿Quien establece las reglas en tu casa?

7. ¿Como te sientes en tu ambiente familiar?

() Bien () Mal () Regular ¿Por qué?

6. Ahora contesta en el siguiente cuadro lo que se te pide:

	¿Qué tipos de temas y problemas platicas con:	¿Por que?
PAPÁ		
MAMÁ		
HERMANOS		
AMIGOS		
PROFESORES		
NOVIO (A)		
OTRO ¿CUÁL? _____		

III. AREA SOCIAL

1. Tienes amigos en:

a) Casa	SI_____	NO_____
b) La escuela	SI_____	NO_____

2. Tienes novio (a): SI _____ NO _____

3. Te gusta conocer nuevas personas: SI _____ NO _____ ¿Por qué?

4. ¿Cómo te sientes con tus amigos? Y ¿Por qué?

5. ¿Qué actividades realizas con tus amigos?

6. ¿Qué crees que piensan de ti tus amigos?

7. ¿Es importante la opinión que tienen tus amigos acerca de ti? ¿Por qué?

8. ¿Alguna vez te has peleado física o verbalmente con alguien? ¿Por qué?

IV. AREA ESCOLAR.

1. Has asistido a escuelas: () Publicas () Privadas () Ambas
() () () Otra,
¿Cuál? _____

1. Los problemas más frecuentes que has tenido en la escuela son:

() Problemas con los profesores

() Bajas calificaciones

- () Problemas de aprendizaje
- () Pleitos con los compañeros
- () Tengo malos hábitos de estudio
- () Falto a la escuela por enfermedad
- () Me aburro en la escuela
- () He reprobado materias
- () He repetido año
- () La escuela esta demasiado lejos de mi casa
- () Es demasiado caro estudiar
- () Otro, ¿Cual? _____

3. ¿Cuáles son tus materias preferidas y por que?

4. ¿Cuáles son las materias que menos te gustan y por que?

5. ¿Realizas alguna actividad extra escolar? SI _____ NO _____

¿Cuál? _____

V. AUTOCONCEPTO

1. ¿Cuáles son tus metas? _____

2. Descríbete (Como eres, como te sientes, qué te gusta qué no, etc.)

VI. AREA DE LA SALUD

1. ¿Algún miembro de tu familia tiene problemas de salud, cual y quien?

2. ¿Actualmente tomas algún medicamento?, _____ ¿Cuál? _____

3. ¿Como te sientes física y emocionalmente?, ¿Por qué? _____

VII. SEXUALIDAD.

¿De donde has obtenido información acerca de tu sexualidad?

- () Padre () Madre () Profesor () Amigos (as)
() Especialistas () No he obtenido información () Otros medios, ¿Cual?

VIII. TEMAS DE TÚ INTERÉS

1. De la siguiente lista marca ¿que temas te interesaría conocer?

- () Autoestima
() Asertividad
() Valores
() Comunicación familiar
() Sexo y sexualidad
() Embarazo precoz
() Métodos anticonceptivos
() Infecciones de transmisión sexual
() Agresión sexual
() Anorexia y bulimia
() Diversidad sexual (homosexualismo y otras alternativas sexuales)
() Amistad y noviazgo
() Farmacodependencia
() Influencia de los medios de comunicación en relación a estos temas
() Otros, ¿Cuál? _____

IX CONOCIMIENTOS PREVIOS

1. De los siguientes cambios, ¿Cuáles has vivido?

- _____ Cambios físicos
_____ Cambios emocionales
_____ Cambios psicológicos

2. Des estos cambios ¿Cuales fueron los más difíciles?

3. Actualmente, ¿Cuáles son los cambios que te causan problemas? _____

4. ¿Qué entiendes por Asertividad? _____

5. ¿Qué sabes de autoestima? _____

6. Define que es un valor _____

7. Que valores te han enseñado _____

8. ¿Qué diferencia hay entre sexo y sexualidad? _____

9. ¿Qué métodos anticonceptivos conoces? _____

10. ¿Sabes como se usan? _____

11. ¿Qué tipo de infecciones sexuales conoces? _____

12. ¿Sabes como prevenirlas? SI _____ NO _____ Explicalas: _____

13. ¿Cuáles son las consecuencias de un embarazo a temprana edad?

14. ¿Qué entiendes por abuso sexual? _____

15. ¿Qué entiendes por violación? _____

16. Sabes que se hace en estos casos: SI _____ NO ____ Explícalas: _____

17. ¿Que piensas sobre la masturbación? _____

18. ¿Que implica una relación de pareja? _____

19. ¿Que tipo de drogas conoces? _____

20. ¿Conoces cuales son las consecuencias de consumirlas? Explica: _____

21. ¿Qué entiendes por farmacodependencia? _____

22. ¿Sabes cuál es la diferencia entre anorexia y bulimia? _____

23. ¿Conoces la diferencia entre sexo seguro y sexo protegido? Explica: _____

24. ¿Que significado tiene para ti la amistad? _____

25. ¿Cómo crees que influyen los medios de comunicación (radio, prensa y televisión), en tu vida? _____

COMENTARIOS:

ANEXO 3.
ESCALA MULTIDIMENSIONAL
DE ASERTIVIDAD

ANEXO 3.

Nombre: _____ Grupo: _____

Instrucciones:

A continuación hay una lista de afirmaciones debes indicar en la hoja que tan de acuerdo estas con cada una de las afirmaciones que se te presentan, hay cinco respuestas posibles, recuerda que debes contestar de acuerdo a lo que piensas y sientes y no como te gustaría ser, tus respuestas son confidenciales. Gracias.

TA - Totalmente de acuerdo

A - De acuerdo

I - Indeciso

D -En desacuerdo

TD- -Totalmente en desacuerdo

	TA	A	I	D	TD
1.- Si un amigo (a) , me deja plantado (a) en una cita preferiría reclamarle por teléfono que personalmente					
2.- Me es difícil expresar abiertamente mis sentimientos hacia mis padres.					
3.- Si una pareja cercana a mí en el teatro o en una conferencia esta haciendo ruido le pido que guarde silencio.					
4.- Me es más difícil denunciar las inasistencias del maestro por carta que personalmente.					
5.- Me da pena participar en la clase por temor a la opinión de mis demás compañeros					
6.- Me es más fácil decirle a un compañero que esta trabajando menos que los demás integrantes del equipo por teléfono que personalmente					
7.- Me da pena decirle a los hijos de mis amigos que dejen de hacer ruido					
8.- Cuando viajo en tren o camión y una persona esta ocupando el lugar que me corresponde le pido que lo desocupe.					
9.- Puedo expresar mi cariño hacia mis padres con mayor facilidad por medio de tarjetas y/o cartas					
10.- Me incomoda expresar lo que pienso y siento en presencia de mis compañeros de clase.					
11.- Me cuesta trabajo tomar una decisión sin la aprobación de mis padres					
12.- Me da pena pedir libros que he prestado a mis compañeros					
13.- Me quejo cuando hay mal servicio en restaurantes o en cualquier otro lugar.					
14.- Prefiero denunciar un abuso de autoridad por teléfono que personalmente.					
	TA	A	I	D	TD

15.- Me es difícil cuestionar el punto de vista del maestro					
16.- Me da pena preguntarle mis dudas a mis compañeros de clase.					
17.- Me cuesta trabajo decir lo que pienso en presencia de mis padres					
18.- Me quejo con las autoridades pertinentes cuando tengo reservación para acudir a un espectáculo y no las respetan.					
19.- Me da pena pasar al frente a exponer un tema en clase por temor a la crítica de mis compañeros.					
20.- Puedo decirle a un compañero que cometí un error en clase con mayor facilidad por teléfono que personalmente.					
21.- Me cuesta trabajo decirle a mis padres lo que me molesta.					
22.- Si algún prestador de servicio público no me atiende adecuadamente no dudo en denunciarlo a su jefe inmediato.					
23.- Me cuesta trabajo decirle abiertamente a un profesor que esta en un error.					
24.- Prefiero no hacer la tarea por pena a pedir prestados los apuntes a un compañero.					
25.- Me cuesta trabajo decir a mis hermanos que me molesta que se entrometan en mis asuntos personales.					
26.- Cuando la comida en un restaurante no ha sido cocinada a mi satisfacción me quejo de ello con el mesero.					
27.- Siempre acepto lo que dice el profesor aunque no este convencido del todo					
28.- Me es más fácil negarme a acompañar a un amigo a algún lado por teléfono que personalmente.					
29.- Me da pena decirle a un amigo que no le presto mi carro.					
30.- Si he adquirido boletos para viajar y los cancelan injustamente no dudo en reclamar					
31.- Me cuesta trabajo decirle a un profesor que el respeto debe de ser mutuo.					
32.- Prefiero disculparme por teléfono que personalmente con un amigo (a) de no haber acudido a una cita.					
33.- Me da pena decirle a un amigo que estoy acupado (a) y no puedo atenderlo (a).					
34.- Si algún artículo que necesito de la tienda no tiene precio le pregunto a la persona adecuada.					
35.- Puedo decirle a mis padres que actuaron injustamente más fácilmente por medio de una carta que personalmente.					
	TA	A	I	D	TD
36.- Si un compañero me pide prestados los apuntes de alguna materia los cuales voy a ocupar me cuesta trabajo					

decirle que no puedo prestárselos					
37.- En un grupo de amigos doy mi punto de vista sobre el tema aunque no sea igual al de los demás.					
38.- Acepto salir con mis amigos aunque no lo desee.					
39.- Mis amigos nunca toman en cuenta mi opinión para decidir a donde vamos.					
40.- Si algún familiar abre mi correspondencia le pido por favor que no lo vuelva a hacer.					
41.- Me es más fácil pedir permiso a mis padres de salir a algún lugar por teléfono que personalmente.					
42.- Si una cajera de un establecimiento público me cobra de más, se lo hago notar y le pido que rectifique.					
43.- En las reuniones familiares me da pena hablar.					
44.- Denunciaría a las autoridades pertinentes cualquier violación a los precios oficiales de algún artículo.					
45.- Me es más fácil pedir prestados los apuntes a un compañero por teléfono que personalmente.					
46.- Cuando me subo a un taxi y me doy cuenta que el chofer me esta cobrando de mas le digo que me cobre lo justo.					
47.- Me da pena pedir los libros que he prestado a un compañero.					
48.- Reclamo cuando una persona que llego después que yo es atendida antes.					
49.- Frecuentemente pido disculpas a un compañero sabiendo que yo tengo la razón.					
50.- Acudo de inmediato a la oficina telefónica a reclamar por un cobro indebido de llamadas que yo no realice.					

ANEXO DE EVALUACIÓN DE LA ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE ASERTIVIDAD PARA ESTUDIANTES

I FACTOR.- La Asertividad indirecta: inhabilidad del individuo de tener enfrentamientos directos cara a cara, con otras personas ya sean familiares, amigos, compañeros expresando sus necesidades, opiniones y sentimientos hacia ellos por medio de cartas o teléfono. Quedo conformado por 15 afirmaciones.

II FACTOR: No Asertividad en el área afectiva: inhabilidad del individuo para expresar sus opiniones, necesidades, y sentimientos, de hacer valer sus derechos, de decir “no”, de negarse a realizar una actividad específicamente con familiares (padres) y amigos. Quedo conformado por 10 afirmaciones.

III FACTOR: Asertividad en situaciones cotidianas: con 15 reactivos y se definió como la habilidad del individuo de poder hacer valer sus derechos en diferentes situaciones de la vida cotidiana o de consumo, principalmente con personas desconocidas.

IV FACTOR: Asertividad por medios indirectos con autoridades: inhabilidad del individuo de tener enfrentamientos directos, específicamente con autoridades (padres maestros, etc.), por lo que expresa sus necesidades opiniones y sentimientos por medio de cartas o teléfono. Tiene 3 reactivos.

V FACTOR: No Asertividad en el área escolar: inhabilidad del individuo de expresar sus necesidades opiniones y sentimientos de hacer valer sus derechos de decir “no” de negarse a realizar alguna actividad en el área escolar, es decir con sus compañeros de clase o con sus maestros y tiene 7 reactivos.

Consistencia interna, medias y desviaciones estándar obtenidas para cada uno de los factores de la escala multidimensional de Asertividad final para estudiantes.

Factores	No de reactivos	Media	Desviación Estándar	Alpha de Conbach
----------	-----------------	-------	------------------------	---------------------

FACTOR I ASERTIVIDAD	15	2.38	0.72	0.86
FACTOR II NO ASERTIV. EN EL AREA AFECTIVA	10	2.6	0.67	0.70
FACTOR III ASERTIVIDAD EN SITUACIONES COTIDIANAS	15	3.8	0.56	0.78
FACTOR IV ASERT.X MEDIOS INDIRECTOS C/AUTORIDADES	3	3.3	0.89	0.58
FACTOR V NO ASERTIVIDAD EN EL AREA ESCOLAR	7	2.6	0.76	0.72

ANEXO 4.
ESCALA DE AUTOCONCEPTO
"YO SOY"

ANEXO 4

CUESTIONARIO DE AUTOCONCEPTO

Nombre: _____ Fecha: _____

A continuación encontraras un conjunto de adjetivos que sirven para describirte. Por favor marca tu respuesta pensando en como eres y no como te gustaría ser. Deberás de dar una única respuesta poniendo una X en el espacio que corresponde a tu auto percepción, cuanto más se aproximan a un adjetivo, los espacios indican un grado mayor en que se posee dicha característica.

Contesta los renglones siguientes, así como el ejemplo, tan rápido como te sea posible, sin ser descuidado, con base en tu primera impresión. Contesta todos los renglones. Al responder el cuestionario no tomes en cuenta los números que se encuentran en cada cuadro, ya que estos se utilizarán posteriormente en la calificación del cuestionario.

Ejemplo: FLACO (A)	MUY FLACO	BASTANTE FLACO	POCO FLACO	NI FLACO NI OBESO	POCO OBESO	BASTANTE OBESO	MUY OBESO	OBESO (A)
1. AMIGABLE	7*						1	HOSTIL
2. AGRESIVO	1						7	PACIFICO
3. PEREZOSO	1						7	ESTUDIOSO
4. CALLADO	1						7	COMUNICATIVO
5. FRUSTADO	1						7	REALIZADO
6. ABURRIDO	1						7	DIVERTIDO
7. AMOROSO	7						1	ODIOSO
8. INCUMPLIDO	1						7	CUMPLIDO
9. LEAL	7						1	DESLEAL
10. RENCOROSO	1						7	NOBLE
11. HONESTO	7						1	DESHONESTO
12. SUMISO	1						7	DOMINANTE
13. MENTIROSO	1						7	SINCERO
14. DESEABLE	7						1	INDESEABLE
15. ANIMADO	7						1	DESANIMADO
16. DESHINIBIDO	7						1	INHIBIDO
17. AFECTUOSO	7						1	SECO
18. TEMPERAMENTAL	1						7	CALMADO
19. MIEDOSO	1						7	AUDAZ
20. CORRUPTO	1						7	RECTO
21. PEDANTE	1						7	SENCILLO
22. INTROVERTIDO	1						7	EXTROVERTIDO
23. FELIZ	7						1	TRISTE
24. AMARGADO	1						7	JOVIAL
Ejemplo:	MUY FLACO	BASTANTE FLACO	POCO FLACO	NI FLACO NI OBESO	POCO OBESO	BASTANTE OBESO	MUY OBESO	OBESO (A)

FLACO (A)								
25. TRANQUILO	7						1	NERVIOSO
26. INCAPAZ	1						7	CAPAZ
27. RESERVADO	1						7	EXPRESIVO
28. TIERNO	7						1	RUDO
29. INTELIGENTE	7						1	INEPTO
30. APÁTICO	1						7	DINAMICO
31. VERDADERO	7						1	FALSO
32. IRRESPETUOSO	1						7	RESPECTUOSO
33. RESPONSABLE	7						1	IRRESPONSABLE
34. IMPULSIVO	1						7	REFLEXIVO
35. ESTABLE	7						1	VOLUBLE
36. EDUCADO	7						1	MALCRIADO
37. AMABLE	7						1	GROSERO
38. FRACASADO	1						7	TRIUNFADOR
39. EFICIENTE	7						1	INEFICIENTE
40. EGOISTA.	1						7	BONDADOSO
41. CARINOSO	7						1	FRIO
42. INDECENTE	1						7	DECENTE
43. SOLITARIO	1						7	AMIGUERO
44. IMPUNTUAL	1						1	PUNTUAL
45. DESENVUELTO	7						1	TIMIDO
46. INSOCIABLE	1						7	SOCIABLE
47. ROMANTICO	7						1	INDIFERENTE
48. LENTO	1						7	RAPIDO
49. OPTIMISTA	7						1	PESIMISTA
50. PASIVO	1						7	ACTIVO
51. TRABAJADOR	7						1	FLOJO
52. DEPRIMIDO	1						7	CONTENTO
53. CONFLICTIVO	1						7	CONCILIADOR
54. NO HONRADO	1						7	HONRADO
55. CORTES	7						1	DESCORTES
56. MELANCOLICO	1						7	ALEGRE
57. SENTIMENTAL	7						1	INSENSIBLE
58. ANSIOSO	1						7	SERENO
59. ATENTO	7						1	DESATENTO
60. APATICO	1						7	SIMPATICO

- La calificación es de 7 a 1 de manera descendente a ascendente dependiendo del caso

INSTRUCCIONES DE CALIFICACIÓN

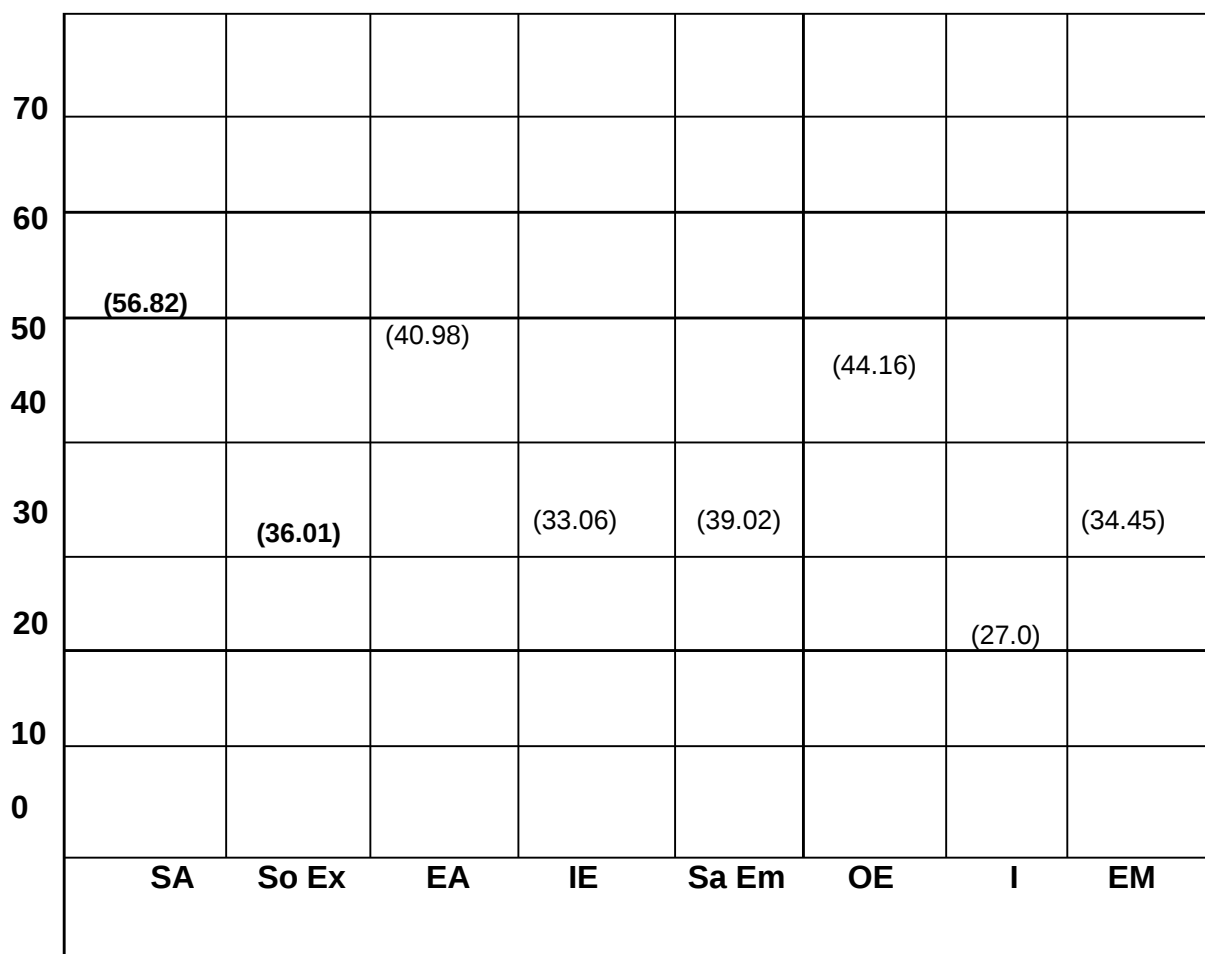
- Identifica el número que se encuentra debajo de la **X** marcada y anótalo en la hoja de calificación. por ejemplo en la dimensión de la Sociabilidad Afectiva (SA), el reactivo No 1 tiene del lado izquierdo la palabra amigable y del derecho la palabra hostil. En este caso el cuadrado junto amigable recibe la calificación de 7 y el cuadrado de junto a la derecha recibe la calificación de 1. identifica el cuadro sobre el que marcaste la **X**

que mejor te presenta de tal forma que si tu **X** esta en un cuadro que marca el cinco esa seria la calificación para ese reactivo.

- Suma los números de cada columna correspondiente a cada dimensión y anota el resultado bajo la misma en la fila denominada SUMA.
- A continuación, llena la grafica de *mi auto concepto* con los puntajes que obtuviste.
- Finalmente compara tu puntaje con el de la media obtenida por otros estudiantes mexicanos (marcado con una línea gruesa), si este se acerca se considera que estas dentro de la norma, si se aleja hacia arriba será un puntaje alto y si es hacia abajo se trata de un puntaje bajo.

Hoja de calificación de la escala de autoconcepto								
Yo Soy								
SOCIAL		EMOCIONAL			OCUPACIONAL EDUACACIONA L		ÈTICO MORAL	
SA	So Ex	EA	IE	Sa Em	OE	I	EM	
1	4	5	7	2	3	12	9	
14	6	15	17	10	8	19	11	
21	16	23	28	18	26	30	13	
32	22	24	41	25	29	48	20	
36	27	38	47	34	33	50	31	
37	43	49	57	35	39		54	
42	45	52		40	44			
55	46	56		53	51			
59				58				
60								
								SUMA

GRÀFICA DE MI AUTO CONCEPTO



INSTRUCCIONES PARA INTERPRETAR LA GRAFICA DE AUTOCONCEPTO

Para cada una de las dimensiones descritas a continuación, las calificaciones altas son las que se encuentran por encima de la línea gruesa, y las calificaciones bajas se encuentran por debajo de la misma.

1) AUTOCONCEPTO SOCIAL:

Sociabilidad Afiliativa: (SA) se refiere a las relaciones interpersonales positivas y constructivas. Una calificación alta en esta dimensión corresponde a la expectativa de cómo debe de ser el comportamiento social de las personas en la cultura mexicana, mientras que un bajo nivel indicaría que la persona tiene poco interés por establecer relaciones interpersonales, y cuando las tiene estas no son placenteras.

Sociabilidad Expresiva: (SoEx) se refiere a las tendencias expresivas y de comunicación de los sujetos. Las personas que obtienen calificaciones altas indican buena parte de su vida al placer de la convivencia humana, mientras quienes obtienen calificaciones mas bajas son personas mas reservadas y seria.

2.-AUTOCONCEPTO EMOCIONAL:

Estado de animo: (EA) las emociones son consecuencia de nuestro estado físico, de los logros alcanzados de la vida de relaciones afectuosas, gratificantes, de la percepción de que se esta siendo consistente con los valores personales. Los jóvenes con calificaciones altas son sujetos, animados, felices, optimistas, joviales y contentos. En tanto quienes califican bajo en esta escala se sienten tristes, deprimidos, frustrados pesimistas, y en general se consideran menos valiosos.

Interacción emocional: (IE) hace regencia a las emociones provocadas por la interacción por otras personas. Estos sentimientos hacia los demás son en gran parte resultado del proceso de socialización. Las calificaciones altas identifican a personas propensas a entablar relaciones cercanas y duraderas con altos niveles de afectividad y compromiso. Los puntajes bajos señalan a las personas indiferentes e insensibles, que entablan relaciones superficiales y con poco compromiso

Salud emocional: (SaEm) se refiere a la forma en la que la persona responde a sus problemas o al estrés de la vida. Las personas que obtienen calificaciones cercanas a la media aritmética poblacional conviven eficientemente en su medio físico y social. Por otra parte aquellos que obtienen calificaciones superiores muestran un exceso de abnegación: la sumisión mientras que los que obtienen calificaciones inferiores chocan de manera constante y violenta con los representantes de una cultura mexicana mayoritariamente pacifica.

3.- AUTOCONCEPTO OCUPACIONAL EDUCACIONAL

Ocupacional educacional: (OE) se trata de las características necesarias para desarrollar eficientemente las múltiples facetas relacionadas con el trabajo y la educación. Los sujetos con puntajes bajos se consideran en si mismos incumplidos, perezosos, ineptos, irresponsables e ineficientes; por otra parte los que poseen puntajes altos, se consideran estudiosos, cumplidos capaces, eficientes y trabajadores.

Iniciativa: (I) Mide la tendencia de un individuo para desempeñar sus actividades u ocupaciones de manera rápida y atractiva. Calificaciones por encima de la media en esta dimensión denotan cualidades de liderazgo e independencia, que permiten a los sujetos estudiar y realizar su trabajo en

forma optima. Por el contrario, las calificaciones por debajo de ella, significan un carácter apático, sumiso, pasivo y en general convoca iniciativa.

4.- AUTOCONCEPTO ÉTICO-MORAL

Ético-Moral: (EM) hace referencia a la rectitud en las actividades educativas, laborales y de la impartición y el uso de poder, e incluye relaciones con otros humanos. Cualquier calificación arriba de la media, implica una valoración valorativa y congruente con la cultura, se trata de personas leales, honestas sinceras y honradas. Por otra parte una calificación baja, muestra a una persona deshonesto, corrupto y falso.

La siguiente tabla muestra los puntajes a contemplar para evaluar a los alumnos.

DIMENSIONES	PUNTAJE ESPERADO	NIVELES DE CONFIABILIDAD
Sociabilidad Afiliativa (SA)	56.82	0.85
Sociabilidad Expresiv (SoEx)	36.01	0.85
Estado de animo (EA)	40.98	0.86
Interacción emocional (IE)	33.06	0.81
Salud emocional (SaEm)	39.02	0.76
Ocupacional educacional (OE)	44.16	0.80
Iniciativa (I)	27.0	0.71
Ético-Moral (EM)	34.45	0.77

EVALUACIONES SUMARIAS DE ASIMILACIÓN DE CONCEPTOS

ANEXO. 5 COMUNICACIÓN

ANEXO. 6 AUTOESTIMA

ANEXO. 7 ASERTIVIDAD

ANEXO. 5 Evaluación sumarias del área de comunicación

1.- Realicen una reseña o narración acerca de la comunicación.

Criterios a evaluar: compartir pensamientos, franqueza, saber dar la información, saber escuchar, responsabilidad de una persona por la otra.

2.- Se analizaba reflexivamente los papeles de la comunicación dentro de determinadas actividades dentro de la fase de comunicación, siguiendo el siguiente patrón.

INSTRUCCIONES: De acuerdo a la dinámica.

Quien fue el:

EMISOR: _____

Que fué el:

MENSAJE _____

Que fue el:

CÓDIGO: _____

Quien fue el

RECEPTOR _____

Cual fué el:

CANAL _____

ANEXO 7.

Evaluación sumaria del área de Asertividad

NOMBRE:

FECHA:

A continuación se te presentan 3 situaciones. Contesta los tipos de respuesta que correspondan. (Conducta asertiva, conducta pasiva, o conducta agresiva.)

1.- Lorena esta formada para entrar al cine y una persona sin decirle nada se mete a la fila delante de ella. Lorena:

a) Le dice que es un maleducado y que no tiene vergüenza

b) No le dice nada por que todavía falta para que comience la función

c) Le dice que ella estaba antes que él _____

2.- El hermano de pablo le estropea sin querer un disco compacto que significa mucho sentimentalmente. Pablo:

a) Le reclama gritándole _____

b) Le explica que se siente mal y que era un recuerdo personal

c) Se resigna y piensa que ya comprará otro. _____

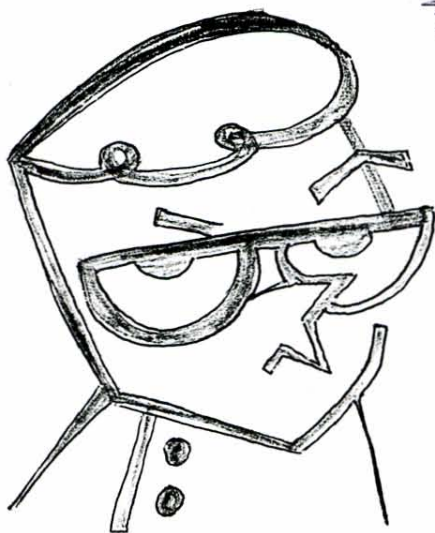
3.- Un profesor le quita un examen antes de tiempo a Gerardo. El profesor tiene fama de tener muy mal genio. Gerardo cree que el examen no esta bien calificado. Él:

a) Piensa que si va a Reclamar puede ser peor _____

b) Solicita una entrevista con su profesor y le expone su punto de vista _____

c) Difunde por toda la escuela que el profesor lo trae de encargo y no es honesto: _____

EJEMPLOS DE LAS EVALUACIONES SUMARIAS



~~Edgardo~~ Edgardo Angulo
ID



YA QUE SABES MUCHO DE AUTOESTIMA
CONTESTA LO SIGUIENTE

RELACIONA LAS COLUMNAS

1.- AUTOESTIMA

-Es la que apartir de un conocimiento de uno mismo no
s aceptamos, fisica, mental y emocionalmente con culidades y
limitaciones, es la apreciacion de nuestro valor, por el hecho de
ser humanos, es la capacidad de confiar en uno mismo

2.- CARACTERISTICAS DE LA
AUTOESTIMA

-la persona piensa que es insignificante, vive con temor vive aislada,
es critica etc...

3.- CARACTERISTICAS DE
LA ALTA AUTOESTIMA

4.- CARACTERISTICAS DE LA
AUTOESTIMA BAJA

-Conocer los verdaderos deseos, necesidades, habilid
ades y limitaciones, conocerse internamente y exter
namente,

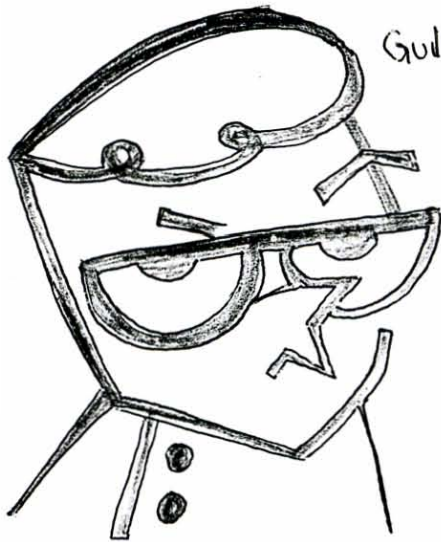
-realiza acciones positivas
-tiene confianza en sus capacidades, se caracteriza por su honestidad

HAZ TU PROPIA DEFINICION
DE AUTOESTIMA, ARGUMEN
TANDO PARA QUE TE SIRVE
A TI.

nos sirve para
aceptarnos
mas



Tu
Puedes !



Guillermo Narconi Rodriguez
1- "D"



YA QUE SABES MUCHO DE AUTOESTIMA
CONTESTA LO SIGUIENTE

RELACIONA LAS COLUMNAS

1.- AUTOESTIMA

-Es la que apartir de un conocimiento de uno mismo no
s aceptamos, fisica, mental y emocionalmente con culidades y
limitaciones, es la apreciacion de nuestro valor, por el hecho de
ser humanos, es la capacidad de confiar en uno mismo

2.- CARACTERISTICAS DE LA
AUTOESTIMA

-la persona piensa que es insignificante, vive con temovive aislada,
es critica etc..

3.-CARACTERISTICAS DE
LA ALTA AUTOESTIMA

4.- CARACTERISTICAS DE LA
AUTOESTIMA BAJA

-Conocer los verdaderos deseos , necesidades, habilid
ades y limitaciones , conocerse internamente y exter
namente,

-realiza acciones positivas
-tiene confianza en sus capacidades, se caracteriza por su honestidad

HAZ TU PROPIA DEFINICION
DE AUTOESTIMA, ARGUMEN
TANDO PARA QUE TE SIRVE
A TI.

es fisica emocional y me
ntalmente el autoestima





Nombre: Montalvo Vega Diana
 Fecha: _____

De acuerdo a los tres tipos de respuestas:

- ❖ Agresiva
- ❖ Pasiva
- ❖ Asertiva

Plantea un caso particular que hallas pasado en tu casa, en la escuela, en la calle o con tu amiga (o); en donde hubieras podido aplicar estos tipos de respuesta. Sabiendo ahora, que, la respuesta Asertiva es la opción más eficaz.

Situación: pelearme con mi mamá
por llegar tarde

Respuesta:

Agresiva	Pasiva	Asertiva
pues yo no te digo que me andes cuidando yo se cuidarme sola	me quede callada y no dije nada	estabien creo q' hize mal en no respetar lo que me dices te prometo que ya no lo volvere hacer

Nombre: Edgar Angulo
 Fecha: _____

De acuerdo a los tres tipos de respuestas:

- ❖ Agresiva
- ❖ Pasiva
- ❖ Asertiva

Plantea un caso particular que hallas pasado en tu casa, en la calle o con tu amiga (o); en donde hubieras podido aplicar estos tipos de respuesta. Sabiendo ahora, que, la respuesta Asertiva es la opción más eficaz.

Situación: cuando llegue tarde
a mi casa 9:00

Respuesta:

Agresiva	Pasiva	Asertiva
porque si te importas!!	perdon mamá no lo vuelvo a hacer	Disculpa es que no bi el reloj, y llegue tarde p disculpame

Nombre: Guillermo Marconi Rodriguez
Fecha: _____

De acuerdo a los tres tipos de respuestas:

- ❖ Agresiva
- ❖ Pasiva
- ❖ Asertiva

Plantea un caso particular que hallas pasado en tu casa, en la escuela, en la calle o con tu amiga (o); en donde hubieras podido aplicar estos tipos de respuesta. Sabiendo ahora, que, la respuesta Asertiva es la opción más eficaz.

Situación: Un día un niño me dijo
de cosas

Respuesta:

Agresiva	Pasiva	Asertiva
Tu tambien lo eres	Sigue hablando ami no me importa	Por favor dejame de decirme eso yo nunca te he dicho eso y yo procuro respetarte

Nombre: ^{Paulina} Zaira Elizabeth Aras
Fecha: 22/5/05

A continuación se te presentan 3 Situaciones. contesta los tipos de respuesta que correspondan. Explica por que es cuáles en respuesta

2. Lorena está formada para entrar al cine y una persona sin decirle nada se mete a la fila delante de ella. Lorena:

a) Le dice que es un maleducado y que no tiene vergüenza Agresiva

b) No le dice nada porque todavía falta para que comience la función Pasiva

c) Le dice que ella estaba antes que él Asertiva

3. El hermano de Pablo le estropea sin querer un disco compacto que significa mucho sentimentalmente. Pablo:

a) Le reclama gritándole Agresiva

b) Le explica que se siente mal y que era un recuerdo personal Asertiva

c) Se resigna y piensa que ya comprará otro Pasiva

4. Un profesor le quita un examen antes de tiempo a Gerardo. El profesor tiene fama de tener muy mal genio. Gerardo cree que el examen no está bien calificado. Él:

a) Piensa que si va a reclamar puede ser peor Pasiva

b) Solicita una entrevista con su profesor y le expone su punto de vista Asertiva

c) Difunde por toda la escuela que el profesor lo trae de encargo y no es honesto Agresiva

Nombre: Guillermo Maroñas
Fecha: 22-6-05

A continuación se te presentan 3 Situaciones. contesta los tipos de respuesta que correspondan. Explica por que es cuáles en respuesta

2. Lorena está formada para entrar al cine y una persona sin decirle nada se mete a la fila delante de ella. Lorena:

a) Le dice que es un maleducado y que no tiene vergüenza Agresiva

b) No le dice nada porque todavía falta para que comience la función Pasiva

c) Le dice que ella estaba antes que él Asertiva

3. El hermano de Pablo le estropea sin querer un disco compacto que significa mucho sentimentalmente. Pablo:

a) Le reclama gritándole Agresiva

b) Le explica que se siente mal y que era un recuerdo personal Asertiva

c) Se resigna y piensa que ya comprará otro Pasiva

4. Un profesor le quita un examen antes de tiempo a Gerardo. El profesor tiene fama de tener muy mal genio. Gerardo cree que el examen no está bien calificado. Él:

a) Piensa que si va a reclamar puede ser peor Pasiva

b) Solicita una entrevista con su profesor y le expone su punto de vista Asertiva

c) Difunde por toda la escuela que el profesor lo trae de encargo y no es honesto Agresiva

Nombre: Guillermo Marlon Rodríguez

Fecha: _____

Situación

ESTÁN ORGANIZANDO UNA FIESTA PARA EL PRÓXIMO SÁBADO.

¿Dónde podríamos ir, Sandra?

Psss, no sé.

¿Tú qué opinas?

Lo que tú quieras

Me gustaría que fuésemos a mi casa, a ver cómo suena mi Stereo

Bueno.

¿A ti qué te parece?

Apenas te digo. ¿Qué dices?

Es que...

El caso es que mi idea sería ir a casa de Julián, allí seguro que todos lo pasaríamos bien.

¿Piensas algo?

No, no, nada.

Debería haberles dicho mi opinión. Ahora me encuentro más nerviosa.

SANDRA

► ¿Quién está actuando de una manera NO-ASERTIVA?

SANDRA

¿Por qué?

No acepta lo que le gusta a su amigo y le hubiera dicho eso desde un principio



No ha expresado lo que pensaba.



Estaba muy nerviosa.



No sabía lo que decía

► ¿En qué situaciones tu conducta no ha sido asertiva? Expícalas.

Cuando se me pierde el dinero porque lo dejo en todos lados

► En esta situación, que características hubieran sido ideales para la Respuesta Asertiva.

Que Sandra hubiera dicho de una vez por todas que no quería ir a la casa de él que lo invita y quería ir a la casa de Julián

Nombre: Edgar Angulo Angulo

Fecha:

Situación

ESTÁN ORGANIZANDO UNA FIESTA PARA EL PRÓXIMO SÁBADO.

¿Dónde podríamos ir, Sandra?

Psss, no sé.

¿Tú qué opinas?

Lo que tú quieras

Me gustaría que
fuésemos a mi casa,
a ver cómo suena mi
Stereo

Bueno.

¿A ti qué te parece?

Apenas te oigo.
¿Qué dices?

Es que...

El caso es que mi
idea sería ir a
casa de Julián,
allí seguro que
todos lo
pasaríamos bien.

¿Piensas
algo?

No, no, nada.

Debería haberles dicho mi
opinión. Ahora me encuentro
más nerviosa.

SANDRA

► ¿Quién está actuando de una manera NO-ASERTIVA?

Sandra

¿Por qué? no expresa sus ideas



No ha expresado lo que pensaba.



Estaba muy nerviosa.



► ¿En qué situaciones tu conducta no ha sido asertiva? Expícalas.

en conducta
de asertiva no
y contacto mal

► En esta situación, que características hubieran
sido ideales para la Respuesta Asertiva

que hubiera expresado sus
propios pensamientos e
ideas

