



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
MÉXICO

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA**  
**PSICOLOGÍA**

**CONDUCTAS ASERTIVAS EN UN GRUPO DE ALUMNOS  
DEL NIVEL MEDIA BÁSICA**

**T E S I S**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA

P R E S E N T A  
ALINE EGLE YÁÑEZ VÁZQUEZ

JURADO DE EXAMEN

DIRECTOR: DR. JOSÉ ALBERTO MONROY ROMERO

COMITÉ: LIC. JORGE ARTURO MANRIQUE URRUTIA

MTRO. EDGAR PÉREZ ORTEGA

DRA. MARÍA DEL PILAR ROQUE HERNÁNDEZ

MTRA. VERÓNICA MORENO MARTÍNEZ



CUIDAD DE MÉXICO

MAYO, 2019



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**

*Me encuentro profundamente agradecida con muchas personas que han inspirado mi trayectoria académica de diversas maneras y en diferentes momentos, incluyendo personas que han sido un modelo a seguir en el campo de la psicología, aquellas que han sido un motor para superarme día a día, algunas otras que me alentaron a jamás desertar de mis objetivos o también las que me facilitaron el poder llegar hasta donde me encuentro.*

*Principalmente estoy agradecida con Dios porque soy consciente que no podría haber logrado mucho sin que él lo permitiera, me ha dado todo lo que tengo y mucho de lo que deseo.*

*Posteriormente quiero agradecer a mis padres por el apoyo que me han brindado, principalmente el económico y el moral, mi madre Teresa siempre ha sido el motor que me ha inspirado a lograr mis metas, mi padre Félix ha sido para mí un ejemplo de perseverancia y trabajo con ahínco. A Michelle, mi hermana gracias por la fidelidad y amor que me ha brindado toda la vida. Tía Sofía, Fany y Regina gracias por siempre estar a mi lado. Los amo.*

*Mis amigos, gracias por su infinito apoyo, comprensión, empatía y hasta cierto punto tolerancia, los quiero a todos de distintas maneras y cada uno ocupa un lugar muy especial en mi corazón.*

*Aquellas personas especiales que también me apoyaron durante mi trayectoria académica y creyeron en mi tanto como lo hice yo.*

*Al Dr. Monroy una persona que aprecio demasiado, gracias por haberme facilitado muchos objetivos académicos, es un excelente*

*docente que sin duda ha impactado la vida de muchos alumnos, como es mi caso. Lic. Manrique que ha pasado de ser un profesor a un amigo, gracias especialmente por la comprensión que me ha brindado desde que lo conocí hasta el día de hoy, es un excelente consejero. Mtro. Edgar sin duda el profesor más bromista, gracias por la atención que me ha brindado en este proyecto.*

*Todas las personas que mencione han impactado mi vida de manera positiva, espero lo sigan haciendo y sobre todo que sea recíproco.*

## Resumen

Por naturaleza el ser humano es un ser social que tiene la necesidad de establecer vínculos con las personas que lo rodean, para poder establecer relaciones las habilidades psicosociales cumplen un papel importante debido a que facilitan la interacción e integración de una manera adecuada en el medio donde nos desenvolvemos. Las habilidades psicosociales en la adolescencia ayudan a combatir conductas antisociales. Dentro de las habilidades psicosociales la asertividad es un sistema de creencias que los individuos mantiene al respecto por los derechos propios y de los demás (Caballo, 2002). Es una habilidad que permite comunicar lo que sentimos y pensamos de una manera adecuada, sin abusar de los derechos de los demás y sin olvidar los nuestros. El objetivo de la presente investigación fue conocer si existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica y la escolaridad de sus padres. Se trabajó con 151 alumnos en una secundaria pública de la alcaldía Tláhuac, se aplicó el test de Asertividad de Rathus, posteriormente para interpretar los datos se utilizó la prueba no paramétrica de coeficiente de correlación de Spearman ( $\rho$ ) para conocer la correlación entre dos variables y la prueba no paramétrica U-Mann Whitney (U) con el fin de comparar y ver las posibles diferencias existentes. Se encontró que no existe una relación entre nivel de escolaridad de ningún progenitor (padres o madres) y el nivel de asertividad de sus hijos y tampoco existe relación entre el sexo de los alumnos y el nivel de asertividad, ambos sexos tuvieron diferencias nimias en la distribución de los resultados obtenidos en el test de asertividad.

Palabras clave: Asertividad, adolescencia, habilidades psicosociales.

## ÍNDICE

Agradecimientos	1
Resumen	1
Índice	1
Introducción	1
Capítulo I Teorías sobre la adolescencia	
Definición	5
Teoría psicoanalítica	7
Teoría sociológica	9
Teoría psicogenética	10
Capítulo II Características de la adolescencia	
Cambios cerebrales	12
Cambios físicos	13
Cambios sexuales	14
Cambios intelectuales	15
Cambios Socioemocionales	16
Lenguaje	19
Capítulo III Habilidades psicosociales en la adolescencia	
Antecedentes	20
Definiciones	20
Teoría sobre las habilidades psicosociales	22
Ventajas	24
Desventajas por carencia de habilidades sociales	25
Diversas habilidades psicosociales	27
Empatía	27
Expresión adecuada de emociones	29
Manejo de ira	31
Toma de decisiones y planificación	34
Capítulo IV Asertividad	
Definiciones	37
Características	38

Ventajas	40
Desventajas por la carencia de asertividad	40
Adolescencia y asertividad	42
Entrenamiento asertivo	43
Nivel educativo de los padres	49
Capítulo V Metodología	
Justificación	51
Planteamiento del problema	52
Objetivo general	54
Objetivos específicos	54
Hipótesis	54
Variables atributivas	55
Diseño	55
Escenario	55
Participantes	56
Muestra	56
Tipo de muestreo	56
Instrumentos	56
Procedimiento	57
Análisis de datos	58
Capítulo VI Resultados	59
Discusión	62
Conclusiones	69
Limitaciones y recomendaciones	71
Referencias	74
Anexos	
Anexo 1 Fotos del escenario	81
Anexo 2 Test de Asertividad Rathus	82
Anexo 3 Consentimiento informado	84

## Introducción

El desarrollo humano está compuesto por diferentes etapas por las que atraviesa, estas van desde la infancia hasta la vejez, cada una de ellas se encuentra conformada por diferentes áreas de desarrollo que a lo largo de las etapas vitales se modifican debido a los diversos cambios que se experimentan, sin embargo, la mayoría de las áreas alcanzan un desarrollo mayor en las primeras dos etapas del desarrollo humano: la infancia, adolescencia para llegar a la adultez.

Lo que respecta a esta tesis, la adolescencia es una etapa caracterizada por múltiples cambios, muchos autores mencionan que es una etapa donde el individuo adolece, es una etapa de crisis y duelo, debido a que se abandona el cuerpo y las conductas de un niño para comenzar a tomar el cuerpo y conducta de un adulto, sin embargo en este gran salto, la adolescencia funge como el peldaño que conecta ambas etapas y sirve de maduración para la consolidación de la etapa adulta.

Dentro de todos los cambios que tiene el adolescente el área social es muy importante para que él pueda tener un sano desarrollo en las demás áreas, pues la estimulación que reciba socialmente y los aprendizajes que adquiera a través de esta etapa serán cruciales para la consolidación de su persona.

Las relaciones interpersonales que se mantengan son importantes, de acuerdo con Delval (2000), las amistades sirven como redes de apoyo para el momento en que los adolescentes se alejen de los padres y sirven como figuras de identificación por las experiencias similares a las que atraviesan. Buscan ser aceptados en determinados círculos sociales y la opinión que tengan sobre ellos importa mucho para construir su autoconcepto.

Sin embargo, para poder mantener relaciones sanas tanto con sus pares como con su familia se requiere de ciertas capacidades que permitan una convivencia adecuada y un entendimiento tanto propio y de los demás, estas capacidades son las habilidades psicosociales y aunque su principal función son mantener sanas



relaciones inter e intrapersonales también permiten enfrentar los problemas cotidianos y pueden facilitar la adaptación al entorno donde se desenvuelven.

Dentro de estas habilidades psicosociales se encuentra la asertividad, entiéndase como tal: la capacidad para poder expresar lo que se siente, piensa y quiere de una manera adecuada; respetando los derechos de las demás personas sin olvidar los propios; esto quiere decir que se busca un reconocimiento de las necesidades del otro y las propias, respetando ambos puntos de vista. Si se busca el bienestar propio y sólo se piensa en las necesidades y derechos de la propia persona la conducta se orienta al egoísmo o agresión, por lo contrario, si se da una mayor preferencia a las necesidades de la otra persona y se busca sólo su bienestar se lleva a tal punto de la sumisión.

La asertividad tiene diversos beneficios en la vida de la persona que la desarrolla, Roca (2014) menciona que brinda una comunicación eficaz, clara y no manipuladora, evitando interpretaciones erróneas o sesgos que se pueden presentar al pasar un mensaje de emisor a receptor y sobre todo siendo explícitos en los sentimientos y pensamientos que el individuo experimenta, también aumenta la probabilidad de establecer relaciones satisfactorias y de conseguir lo que se desea de una manera adecuada, al mismo tiempo que aumenta la satisfacción y calidad de la convivencia con otros individuos y si llegan a surgir desacuerdos se resuelven de una manera adecuada, sin dejar de lado la fomentación de emociones positivas en los demás y en la propia persona favoreciendo una autoestima alta.

La asertividad mantiene los niveles de ansiedad bajos, genera seguridad, potencia el desarrollo personal, impacta a una formación favorable del autoconcepto y autoestima y por lo regular las conductas asertivas que exprese el individuo son socialmente reforzadas, tanto por las consecuencias de ellas mismas como por el reconocimiento de los demás.

Cano y Zea (2010) mencionan el disfrute de las relaciones interpersonales, debido a que permite compartir experiencias de una manera adecuada y crear lazos de amistad y afectivos con base a las afinidades y así mismo desarrollar más aptitudes y habilidades.

Ahora bien, los padres son los principales modelos de los hijos, a pesar de que en esta etapa tiene riñas continuas con los hijos por su comportamiento y cambios que experimentan, los padres siguen siendo una figura de autoridad, ejemplo y sobre todo de apoyo para los adolescentes. Dentro del rol que fungen como ejemplo para los mismos, se encuentran tanto conductas explícitas como implícitas que los padres ejercen y que influyen en la manera de transmitir comportamientos y por ende de educar a los niños, una teoría que avala el aprendizaje por el sólo observar una conducta en otra persona o modelo a seguir, es el aprendizaje social y que permite conocer el cómo se puede transmitir algún conocimiento por medio de la observación e imitación de la misma, tomando en cuenta las recompensas obtenidas. En este caso la asertividad puede ser enseñada de padre a hijo por medio de la observación que realicen los adolescentes desde la infancia, tanto de las conductas ejercidas en cualquier situación que permita demostrar la asertividad que posee el tutor y por supuesto también por la observación de las consecuencias de la conducta ejercida en esas situaciones.

Cabe señalar que el aprendizaje por observación no siempre es explícito, en algunas ocasiones pueden los padres no exteriorizar la manera en cómo se deben de comportar los adolescentes, sin embargo, con el sólo hecho de ver pueden lograr un aprendizaje exitoso.

Si bien es cierto que los padres son el ejemplo de sus hijos, habrá que ver que variables influyen en el nivel de desarrollo que los padres tengan sobre esa habilidad, sin embargo, tomando en cuenta que es una habilidad social se esperaría o supondría que las variables sociales son las que determinarían más dicha habilidad, dentro de la ya mencionada categoría se puede encontrar: el nivel socioeconómico, la zona donde residen, la ocupación de los mismos, el grado de escolaridad, incluso hasta la religión que profesan.

En lo que respecta a esta tesis el grado de escolaridad es una variable que se cree puede influir bastante, debido a que los años cursados en la escuela han permitido una estimulación social importante, como mencionan Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún (2012) que hablan de actitudes y hábitos que se desarrollan a través de la

convivencia de los pares, aprendizajes como resultado de las experiencias y reflexiones incluso como resultado de temas revisados en clase, al igual que otro nivel en la manera de reflexionar y pensar sobre los dilemas de la vida.

Esta investigación tiene por objetivo: conocer si existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica y la escolaridad de sus padres.

Así mismo se encuentra dividida por 6 capítulos, los primeros 4 pertenecen al marco teórico, en el primero de ellos se abordan las diferentes teorías sobre la adolescencia, el segundo explica los cambios y características en cada área de desarrollo de la propia etapa, el tercero permite conocer ciertas habilidades psicosociales en la adolescencia dando pie al cuarto capítulo que permite abordar a profundidad la asertividad. Al finalizar el marco teórico comienza el quinto capítulo, dando pie a la mitología se expone la justificación de la investigación y el planteamiento del problema, posteriormente se exponen los objetivos, hipótesis, variables, diseño, escenario, participantes, muestra, instrumentos utilizados, procedimientos y finalmente las pruebas estadísticas utilizadas. Finalmente el sexto capítulo expone los resultados obtenidos en la investigación, seguido de la discusión y conclusiones.

## Capítulo I

### Teorías sobre la adolescencia

#### Definiciones

De acuerdo con Del Bosque y Aragón (2008) la palabra adolescente tiene su raíz en la palabra *adolescere*, verbo latino que significa "crecer", interpretándose como el "crecer hacia la madurez" en edades comprendidas entre la niñez y adultez.

De acuerdo con Lillo (2004) definir el termino adolescencia implica diferentes perspectivas como la psicológica, biológica, sociológica, antropológica y judicial, e implica una crisis del desarrollo con cambios en la mente, cuerpo y el mundo social. El autor refiere que se denomina crisis de desarrollo debido a que se presenta un potencial mayor de sufrir trastornos en diversas áreas del desarrollo, sobre todo en la esfera socioemocional, en otros términos, se presenta una mayor vulnerabilidad a adquirir patologías.

Como se mencionó la adolescencia puede ser concebida como un duelo, pues se caracteriza por la pérdida del cuerpo infantil, pérdida de identidad infantil y búsqueda de una nueva, así como el rol y perdida de los padres de la infancia debido a que ahora los padres no lo pueden ni saben todo como antes, estos tres tipos de duelo en muchas ocasiones manifiestan ansiedades, confusión, desorganización psíquica y depresión y sólo a través de un proceso de renuncia a la etapa infantil, se podrá superar esta etapa de una manera adecuada. Esto debe de hacerse dando frente a los cambios puberales, asumiendo las pérdidas (Lillo, 2004).

Existe la confusión entre los términos pubertad y adolescencia, pues ambos se entienden culturalmente como sinónimos, sin embargo no lo son, de acuerdo con Adrián y Rangel (2010) el termino *puberto* deriva del latín *pubere* que significa cubrirse de vello el pubis, enfatizando los cambios biológicos sin embargo un autor que ayuda hacer la diferencia es Delval (2000), aclarando que la pubertad es universal por lo que no hay diferencia entre cultura a cultura pues se refiere a un estado del desarrollo humano caracterizados por cambios físicos, psicológicos y por ende sociales, sin embargo cuando se habla de adolescencia se refiere a un periodo de vida con variaciones culturales, pues dependiendo del contexto la adolescencia

varia de un individuo a otro y algo que se debe recalcar es que la adolescencia está determinada por la pubertad y los cambios que esta conlleva, específicamente los cambios psicológicos.

Un ejemplo de esto lo explica claramente Papalia, Wendkos y Duskin (2010) que las sociedades preindustriales no asignaban el término de adolescencia, debido a que de la etapa de niños seguía la adultez, y eran considerados adultos cuando físicamente lo parecían y aparte desempeñaban labores de acuerdo a ciertas vocaciones y no fue hasta el siglo XX cuando se asignó a la etapa de transición entre la niñez y adultez como adolescencia, se nombró con este término debido a tres cambios sociales: la educación obligatoria, legislación laboral sobre trabajo infantil y de la justicia juvenil.

La adolescencia siendo una etapa de la vida del ser humano presenta diferentes características a lo largo de la misma, esta puede ser dividida en dos fases según Delval (2000); adolescencia temprana, caracterizada por los primeros cambios físicos, aquí el adolescente comienza a darse cuenta de que está abandonando su figura de niño para crecer en todos los aspectos, es una etapa de desconocimiento y confusión respecto a lo que vendrá sin embargo está consciente de que se esperan más cambios.

De acuerdo con Papalia et al. (2010), el mal humor y emociones negativas como la aflicción y hostilidad e incluso la depresión son características de esta fase, pues son consecuencia de los cambios hormonales. Sin embargo, algunos autores como Del Bosque y Aragón (2008) refieren que en esta fase la etapa del adolescente comprende entre la extroversión bulliciosa y una introversión pasiva, siendo consecuencia de intereses novedosos y la independencia que buscan. De acuerdo con la UNICEF (2014) en esta primera fase de la adolescencia los cambios en el razonamiento y toma de decisiones comienzan, comienza a haber consciencia de su género, hay una adaptación del comportamiento respecto a las normas y valores sociales y la edad aproximada de esta fase es de los 10 a los 14 años.

La segunda fase es la adolescencia tardía donde según Del Bosques y Aragón (2008) culmina con la resolución de la adolescencia para empezar con la juventud,

y se caracteriza por un periodo de calma y recuperación del equilibrio, una mayor aceptación de todos los cambios, como consecuencia de esta etapa se vuelven más independientes y comienzan hacer planes a futuro, de acuerdo con la UNICEF (2014) esta fase va de los 15 a los 19 años de edad y a pesar de que la mayoría de los cambios físicos ya se presentaron, aún hay un pequeño aumento de talla y peso. Se nota una mayor confianza y claridad en la identidad lo cual se refleja en la manera de actuar y sus opiniones pues ambas se observan más maduras. También es cuando comienzan a aparecer los primeros "comportamientos adultos", esto quiere decir que el adolescente comienza a comportarse de una manera más madura y a pensar más las decisiones que tomara. De acuerdo con Del Bosque y Aragón (2008) lo que puede dar cuenta de su identidad más consolidada son actitudes de obstinación, terquedad, afán de contradicción, etc.

### **Teorías de la adolescencia**

Esta grandiosa etapa puede mirarse desde diferentes puntos de vista, en otras palabras, existen diversas teorías que se enfocan en estudiar la adolescencia, cada una con un diferente objeto de estudio y por ende diferente punto de vista, a continuación, mencionaré las tres principales teorías:

#### **Teoría psicoanalítica.**

Abordada principalmente por Sigmund Freud y Anna Freud, dos temas principales, según Deval (2000):

1. El brote pulsional: La producción de la libido produce el brote pulsional, el cual trae como consecuencia cambios psíquicos, pues hay una ruptura en el equilibrio psíquico que se tenía cuando era infante. Con este brote pulsional se libera un deseo por las relaciones sexuales y hay una búsqueda de nuevos objetos amoroso, los cuales se encuentran en amigos y pareja. Profundizando más en este punto, Lillo (2004) refiere que las pulsiones conllevan a impulsos sexuales, los cuales son consecuencias de fantasías edípicas y preedípicas, por lo cual la parte consciente de estos deseos trae un temor a actuarlos y a su vez activan diversos mecanismos de defensa, ya

sea reteniéndolos, rechazando la sexualidad y/o cambiando los deseos. Ya que si se rompe el equilibrio establecido lo invaden ansiedades edípicas, donde el adolescente se siente asustado por la poca experiencias e incapacidad de enfrentar los cambios y las demandas.

2. Individuación: Entendida como un proceso caracterizado por la búsqueda de la independencia tanto a nivel conductual como a un nivel psicológico, pues se escinden de algún modo las relaciones con los padres y se busca generar nuevos lazos afectivos de dependencia fuera de la familia con amigos o parejas.

En ambos temas se puede ver la escisión de los vínculos con los padres, lo cual trae 3 regresiones en el comportamiento:

- Se aprecian y se identifican a personajes famosos lo cual sustituye la idealización que se tuvo en un pasado hacia los padres, cuando se era niño y se adoraba.
- Estado de fusión donde se busca una identificación con aspectos más abstractos tales como temas de política, religión filosofía, belleza etc.,
- La ambivalencia que hay en ideas, pensamientos y creencias.

De acuerdo a la teoría de Freud sobre la psicosexualidad, el adolescente se encuentra en la etapa genital, donde el complejo de Edipo llega a su resolución. (Lozano, 2014).

Otro personaje psicoanalítico que de manera indirecta aborda el tema de la adolescencia es Erick Erikson en su teoría de construcción de la identidad, el cual explica que el quinto estadio, de los ocho en los cuales este autor divide su teoría, es denominado como *identidad vs. confusión* de la identidad, caracterizado este estadio por la búsqueda de sí mismo, quien es, y hacia dónde va. Así mismo, la identidad está formada por 11 aspectos: vocacional, política, religiosa, de relaciones, intelectual y de logros, género, cultural, de intereses, de personalidad y física. Erickson plantea que cada etapa se puede superar de manera exitosa o por el contrario no se logra resolver de una manera adecuada, en este caso si la etapa no se resuelve de una manera exitosa hay una confusión de identidad, donde el

adolescente tiene dos opciones: 1) se separan de los grupos y se aíslan o 2) pierden su identidad en la sociedad (Santrock, 2006).

Desde la teoría psicoanalítica no sólo Erickson nombra la crisis de identidad en esta etapa, de acuerdo con Lillo (2004) también se presenta una crisis de desarrollo debido al rechazo del cuerpo sexual e incluso a sus propios genitales.

De acuerdo con Lillo (2004) la característica de la adolescencia está relacionada con la ansiedad del yo ante los cambios instintivos, donde la psique infantil tiene una batalla con las nuevas pulsiones, por lo cual hay una lucha constante que rompe con el equilibrio ya establecido en la psique infantil. Las pulsiones conllevan a impulsos sexuales, los cuales son consecuencias de fantasías edípicas y preedípicas, por lo cual la parte consciente de estos deseos trae un temor a actuarlos y a su vez activan diversos mecanismos de defensa, ya sea reteniéndolos, rechazando la sexualidad y/o cambiando los deseos. Ya que si se rompe el equilibrio establecido lo invaden ansiedades edípicas, donde el adolescente se siente asustado por la poca experiencias e incapacidad de enfrentar los cambios y las demandas.

Desde la teoría psicoanalítica tampoco se debe de olvidar la regresión a la etapa infantil, principalmente en el establecimiento de relaciones objétales e identificaciones y con base en esto se elaboran y resuelven crisis que se presenta en esta etapa, y ahora estas experiencias permite la adquisición de nuevas habilidades. Es importante recalcar que esta regresión no se considera patológica sino se toma como una parte del proceso saludable de desarrollo (Lillo, 2004).

### **Teoría sociológica**

Revisando la literatura se percibe poca información sobre este tema, pues de todas las teorías de la adolescencia es donde menor literatura se presenta, y entrando en tema como su nombre lo dice, se hace un hincapié en la sociedad, en cómo influye está en el adolescente y el rol que juega el adolescente en ella. A grandes rasgos la adolescencia es una etapa resultante tanto de presiones como de tensiones que la sociedad exige a cada uno de estos individuos, sobre todo los adultos que



mantienen ciertas expectativas y deberes en los adolescentes, además de que comienzan a verse como unos adultos más pero aún inmaduros. Todo esto trae como consecuencia que los adolescentes deban intentar llenar todas estas expectativas y exigencias, al tiempo que traten de posicionarse en el mundo de los adultos.

Según Lozano (2014) esta etapa se define por todos los factores sociales que giran en torno a cuestiones, en algunos casos polémicas, como la evitación del incesto, integración de grupos con pares, parentesco, pareja sentimental, posición en el sistema económico y productivo, administración y acceso al núcleo de la comunidad. Este mismo autor hace la diferenciación de dos tipos de socialización dependiendo de la sociedad:

- Socialización extendida: Caracterizada por individualismo, donde se brinda una mayor importancia a los proyectos personales, el proceso que conlleva a ser adulto es más lento y es definido por criterios que giran en torno a la autonomía personal.
- Socialización estrecha: También conocidas como sociedades tradicionales donde hay un patrón que debe de seguir el adolescente, marcado por múltiples rituales, el más importante de ellos el matrimonio, por lo que las metas y proyectos personales están muy restringido, a diferencia de la socialización extendida se buscan más metas y el beneficio del grupo a los individuales.

### **Teoría Psicogenética**

Jean Piaget, biólogo francés, aborda las etapas del desarrollo cognitivo, por lo tanto, se enfoca en la construcción del conocimiento, en este caso de los adolescentes, aunque hay que aclarar que Piaget no se enfocó en los adolescentes, sin embargo, la etapa de operaciones formales se comienza a la par que la adolescencia entre 11 y 12 años.

Dentro de los múltiples experimentos que realizó Piaget pudo observar que esta etapa se caracteriza por una manera nueva y diferente de abordar cualquier

problemática, se muestra un interés mayor por lo abstracto, realizan generalización y crean sus propias teorías, aunque estas ya no sean muy originales. La manera de actuar es con base a hipótesis que se crean ya sea de los datos o conductas observadas inmediatamente, existe un desapego a los datos a priori.

Algunos procesos que el adolescente en esta etapa formal utiliza para sacar conclusiones, de acuerdo con Delval (2000), Piaget los nombró: *combinatoria* y *disociación de factores*. La *combinatoria* es aquel proceso en el cual se combinan todos los elementos posibles implicados en la problemática, sacando las múltiples combinaciones y agotando todas las posibles respuestas, lo cual lleva a la *disociación de factores* que explicado sencillamente es ver las consecuencias de cada elemento y sus combinaciones en el resultado final.

Una aclaración pertinente es que el adolescente, aunque haya llegado a la etapa de operaciones formales no significa que todas las problemáticas las vaya a resolver con lógica formal, pues en la vida diaria los problemas a los cuales somos expuestos no requieren ese nivel para su resolución.

Cabe destacar que el pensamiento desempeñado en la etapa de operaciones formales es una combinación tanto de la maduración del cerebro como del medio ambiente, esto quiere decir que, aunque haya una maduración orgánica suficiente, si el adolescente no tiene la estimulación: actividades, experiencias, problemas, oportunidades, que le permitan poner en práctica este tipo de pensamiento, el adolescente no podrá llevar a cabo ese pensamiento formal (Papalia et al., 2010). Este tema será abordado más adelante cuando se une en el área de desarrollo cognitiva.

## Capítulo II

### Cambios en la adolescencia

#### Cambios cerebrales

En la etapa de la adolescencia se presentan múltiples cambios cerebrales, los más significativos son el aumento de producción de algunos neurotransmisores como la dopamina, neurotransmisor excitatorio encargado de producir placer, satisfacción, júbilo, éxtasis etc., produciendo una sensación de bienestar, placer y a veces hasta euforia, y algunos otros disminuyen como la serotonina el cual es un neurotransmisor inhibitorio, ayudando a tener buen humor, estar tranquilo, regular el apetito, el ciclo del sueño, e inhibe la violencia y dolor (Ovelar, 2012).

En esta etapa es cuando la amígdala, la estructura encargada de procesar las emociones, comienza a madurar, lo cual influye directamente en toma de decisiones, sin embargo, dicho proceso se ve alterado porque otras regiones cerebrales como el córtex prefrontal, estructura encargada del funcionamiento cognitivo, alcanza su madurez tiempo después que la amígdala, lo cual explica que los adolescentes tomen decisiones un tanto viscerales y poco razonadas, pues el córtex prefrontal también es la estructura encargada de que las decisiones tomadas no sean impulsivas ni arriesgadas (Santrock, 2006) y, como bien se sabe, los adolescentes se caracterizan por las decisiones arriesgadas, rebeldes, poco conscientes de las consecuencias y, por ende, aventuradas.

De acuerdo con Kuhn (2006; como se citó en Papalia et al., 2010), en la adolescencia comienza una importante producción de materia gris en los lóbulos frontales, sin embargo después del crecimiento de talla ("estirón"), entrando a la adolescencia tardía, comienza la densidad de la materia gris a disminuir específicamente en la corteza prefrontal, y de acuerdo a las actividades y experiencias que el adolescente realiza se comienzan a crear ciertas redes neuronales y se comienzan a fortalecer, sin embargo, a aquellas redes que no fueron utilizadas comienzan a desaparecer.

## **Cambios Físicos**

De acuerdo con Delval (2000), la etapa de la adolescencia es muy caracterizada por los cambios físicos que conlleva, pues si bien es cierto, el adolescente abandona su cuerpo de niño para transformar su figura a otra más parecida a la de un adulto, se llega a la etapa final del crecimiento y ahora los adolescentes son capaces de reproducirse, esto como consecuencia de los múltiples cambios hormonales que presentan manifestando los caracteres sexuales. De acuerdo con Santrock (2006), todo comienza cuando la glándula pituitaria envía una señal con las gonadotropinas a otras glándulas que a su vez liberan determinadas hormonas en el caso de los hombres y las mujeres, en ambos casos la glándula pituitaria junto con la hipófisis determina el nivel suficiente de las hormonas liberadas. Al alcanzar su mayor producción las hormonas los hombres liberan andrógenos y testosterona, producidos por los testículos y trae como consecuencia el crecimiento de los testículos y el escroto con enrojecimiento y arrugamiento, más tarde hay un crecimiento del vello púbico en las axilas y la zona genital. También se presentan un aumento en la laringe y un alargamiento de cuerdas vocales lo cual trae como consecuencia cambios en el tono y timbre de voz, haciéndose más grueso. Según Ovelar (2012), el vello crece en todo el cuerpo, es por eso que comienza a crecer la barba; mientras que en el caso de las mujeres se liberan estrógenos y progesterona, secretadas por los ovarios como consecuencia se presenta un crecimiento de los pechos, crecimiento de vello púbico en axilas y vagina y posteriormente el desarrollo del útero y la vagina y la primera menstruación. También se presenta un ensanchamiento de caderas y aumenta el tejido adiposo.

Después de los caracteres sexuales se registra el llamado "estirón" el cual se refiere al incremento de altura en los adolescente, de acuerdo con Santrock (2006) la glándula encargada del crecimiento y maduración del sistema óseo es la tiroidea. En ambos casos se presentan cambios en los poros de la piel aumentándose y trayendo como consecuencia acné.

Algunas diferencias encontradas es que en el caso de los hombres se muestra un crecimiento mayor de cierto órganos en comparación con las mujeres como los

pulmones y el corazón lo cual se asocia a la facilidad que tiene los hombres para realizar ejercicio físico, cargas pesadas y rendimiento físico (Delval, 2000).

En síntesis, de acuerdo con Lillo (2004) los cambios físicos se agrupan en dos:

- Cambios anatómicos-estructurales: Caracteres sexuales secundarios, aumento de talla y peso, cambios óseos.
- Cambios funcionales: Desarrollo de capacidad de procrear, periodo menstrual y emisión de semen.

### **Cambios sexuales**

Según Papalia et al. (2010) la madurez sexual se alcanza cuando los órganos reproductivos están listos para poder procrear, en el caso de las mujeres es el desprendimiento del tejido del útero conocido mejor como la menstruación, el primer ciclo se conoce como menarquía y aproximadamente sucede entre los 10 y 16 años. Mientras que en los niños es la primera eyaculación conocida como espermaquia, esta puede ser voluntaria o involuntaria, por ejemplo, en algún sueño húmedo, producida por una conexión con un sueño erótico y aproximadamente sucede de los 10 a los 13 años.

La etapa de adolescencia permite tener, en la mayoría de los individuos, el primer acercamiento con el sexo, pues hay un despertar del deseo sexual donde la sociedad y la genética juegan un papel muy importante así mismo la identidad sexual permite conocer la preferencia y orientación sexual del individuo, este puede ser: heterosexual, homosexual o bisexual (Santrock, 2006).

De acuerdo con Aláez y Juan (2003), de los 10 a los 14 años hay una autoexploración y poco contacto con adolescentes del sexo opuesto, conforme pasa el tiempo el adolescente como ya se mencionó, tiene su primera experiencia sexual lo cual en múltiples ocasiones permite confrontarse con su preferencia sexual, por ende, ponen a prueba su feminidad o masculinidad, y más tarde en la adolescencia tardía se forman ya relaciones más estables por lo tanto aumenta la actividad sexual.

## Cambios intelectuales

De acuerdo con Piaget, el pensamiento en esta etapa se ve llena de idealismo y posibilidades, se presenta un razonamiento hipotético-deductivo, lo cual quiere decir que se crean hipótesis y suposiciones con base en los datos no sólo inmediatos sino a priori, para la resolución de determinadas problemáticas (Santrock, 2006).

El tipo de pensamiento que predomina en esta etapa según Piaget (citado en Santrock, 2006) es el pensamiento crítico, caracterizado por:

- Aumento de la velocidad, automatización y capacidad de pensamiento.
- Aumento del conocimiento
- Creación de combinaciones e hipótesis
- Planificación, consideración de alternativas y control cognitivo.

En esta etapa también se presenta un desarrollo crucial de la metacognición, el pensar en lo que estamos pensando, en otras palabras, el ser consciente de las estrategias que estamos utilizando y de los propios pensamientos, vigilando los procesos. Esto quiere decir que la función ejecutiva mejorada es uno de los principales cambios en el pensamiento del adolescente (Kuhn, 2006, como se citó en Papalia et al. 2010).

Una característica en los adolescentes es el egocentrismo, una percepción de que el mundo gira entorno a ellos y todas las demás personas están al pendiente del más mínimo detalle en su atuendo, acciones o forma de pensar.

El egocentrismo social de acuerdo con Santrock (2006) se puede dividir en dos pensamientos:

1. *La audiencia imaginaria*: Se refiere a que las demás personas son la audiencia de su vida, las cuales muestran un interés equivalente al que el mismo adolescente muestra para sí mismo, ellos son el punto central de la obra de teatro. Esto se puede interpretar como un intento donde el propio adolescente quiere ser notado y visible por los demás.

2. El segundo pensamiento es la *fábula personal*, donde el propio adolescente se ve como único e inigualable, por ende, incomprendido e intocable. Creen que nunca les pasara las cosas de las cuales sus padres les piden que tengan precaución y se sienten incomprendidos porque creen que nadie puede entender sus sentimientos y pensamientos.

Otro cambio relevante, cognitivamente hablando, se observa en el procesamiento de información, de acuerdo con Papalia et al. (2010) se destacan dos categorías con un cambio importante en la etapa de la adolescencia:

- Cambio estructural: Aumenta la memoria de trabajo, ayudando a resolver problemáticas complejas que incluyan diferentes tipos de información, ya sea que contengan conocimiento declarativo, procedimental y/o conceptual, por lo cual también aumenta la cantidad de conocimiento (de estos tres tipos).
- Cambio funcional: Se refiere a procesos como el aprendizaje, recuerdo y/o razonamiento, lo cual se ve expresado en un incremento de la velocidad para procesar información, rapidez en habilidades de función selectiva, toma de decisiones, control de memoria de trabajo.

### **Cambios socioemocionales**

Esta área es muy importante para que el adolescente pueda tener un sano desarrollo en las demás áreas, pues la estimulación que reciba socialmente y los aprendizajes que adquiera a través de esta etapa serán cruciales para la consolidación de su persona.

Socialmente los adolescentes son caracterizados por ser rebeldes, arriesgados y tener mala relación con los padres, pues llega a ver cierto rechazo hacia los mismos y hay una escisión de identificación con los padres la cual se compensa con figuras famosas, amigos y pareja, como se explicó un poco más a detalle en la teoría psicoanalítica (Delval, 2000).

Dentro de todas las redes donde se desenvuelve socialmente el adolescente comienzan a tener cambios, los padres empiezan a exigir más responsabilidades, sin embargo, se les sigue considerando como inmaduros dando a demostrar que

ellos siguen teniendo el poder y en algunos pasos se comienzan a tomar a los adolescentes como competencia en el mundo de los adultos. Según Santrock (2006) se ha comprobado que a pesar de los problemas y desapego que puede llegar haber, los padres son importante figuras de apego y apoyo para que los adolescentes se adapten a las nuevas experiencias. Las relaciones positivas con los mismos permiten que caigan más difícilmente en algunos factores de riesgos, en otras palabras, los padres son una prevención de situaciones peligrosas a las que se exponen los adolescentes en esta etapa como: el consumo de alcohol, de drogas, relaciones sexuales sin protección, etc.

De acuerdo con Delval (2000), las amistades sirven como redes de apoyo para el momento en que los adolescentes se alejen de los padres, y sirven como figuras de identificación por las experiencias similares a las que atraviesan. Buscan ser aceptado en determinados círculos sociales y la opinión que tengan sobre ellos importa mucho para construir su autoconcepto. Se puede ver la evolución de las amistades y lo que se busca dependiendo de la fase de la adolescencia, en la adolescencia temprana se buscan amigos para hacer cosas juntos, en la adolescencia media se busca seguridad y lealtad y en la adolescencia tardía se establecen amistades más sólidas y como consecuencia disminuyen la tensión ante el abandono de estas.

Los cambios sociales conllevan a nuevas experiencias emocionales, un ejemplo esto es la autoestima, como bien lo dice su nombre, es la estima propia que cada persona se tiene, es el valor que uno se asigna, esta se encuentra conformada por la autoimagen que es la imagen propia sobre todo física y el autoconcepto el cual está formado por representaciones que el adolescente crea respecto lo que él cree y los demás opinan de él, incluyendo aspectos psicológicos, morales, sociales y físicos. La autoestima se ve influida principalmente por las relaciones que los adolescentes logren establecer en esta etapa, tanto con amigos, como parejas y con su familia.

Emocionalmente los adolescentes, de acuerdo a las experiencias novedosas y el poco manejo de sus emociones, se encuentran con altibajos e incluso en extremos



emocionales, sin embargo, con el paso del tiempo estos altibajos disminuyen pues la liberación de hormonas disminuye al mismo tiempo que maduran ciertas áreas de cerebro (Santrock, 2006).

De acuerdo con Santrock (2006), en la etapa de la adolescencia la autoestima tiende a disminuir, sobre todo en las mujeres, los principales motivos son los problemas con la apariencia física, o sea con la autoimagen.

La adolescencia tardía es una etapa donde la identidad sigue conformándose, es importante resaltar que no se consolida en esta etapa pues es un proceso largo y gradual que lleva prácticamente toda la vida hasta la etapa de la vejez (Santrock, 2006), Marcia (1980, como se citó en Delval, 2000), distingue cuatro etapas para la consolidación de ésta:

- 1) Difusión de la identidad: Caracterizada por una crisis sin resolver, llena de incertidumbre
- 2) Exclusión: Caracterizada por una adopción de posturas ante diversos temas abstractos como política, religión filosofía etc., que por lo regular son impuestos por los mismos padres o por el grupo social donde se desenvuelve el individuo.
- 3) Moratoria: Caracterizada por cierta ambivalencia y duda sobre las posturas adoptadas en la etapa anterior, se pretende cambiar, pero no se sabe cómo.
- 4) Logro de la identidad: El adolescente ya ha resuelto la ambivalencia y duda de la etapa pasada, por fin ha logrado adoptar una postura firme ante ciertos temas.

De acuerdo con Santrock (2006), se ha comprobado que las mujeres centran el desarrollo de su identidad en el matrimonio y educación de sus hijos, mientras que el centro de los hombres está en compromisos vocacionales e ideológicos. Una hipótesis que refuerza que las mujeres centran más el desarrollo de su personalidad en las relaciones y vínculos que crean se debe a que la intimidad se produce antes que la identidad y en el caso de los hombres se produce la identidad y posteriormente la intimidad.

### **Cambios en el lenguaje**

El desarrollo que se obtiene en el área intelectual en el adolescente es de mayor importancia para el lenguaje, pues a través del pensamiento formal el adolescente es capaz de definir conceptos abstractos, cuestión que los niños lo pueden llegar hacer de una manera aún bastante concreta, tales como amor, odio, honestidad, injusticia etc. (Papalia et al., 2010).

Se llega a obtener conciencia de la audiencia, esto quiere decir que el adolescente comienza a generar un lenguaje diferente para expresarse, de acuerdo con las personas con las que se rodee, será diferente su expresión con su familia, a con sus compañeros o en el salón de clases. Lo cual permite la expansión de su vocabulario el cual en esta etapa se amplía al uso de 80 000 palabras aproximadamente.

## Capítulo III

### Habilidades psicosociales en la adolescencia

#### Antecedentes

*Life skills* concepto que hace algunos años se añadió al vocabulario inglés para referirse a las habilidades para la vida, concepto que fue incluido directamente en el ámbito de la educación, estas habilidades funcionan como herramientas que permiten combatir riesgos, tomar decisiones, relacionarse con los pares para poder tener una vida académica y personal estable y saludable. Años posteriores el término *life skills* fue sustituido, en el español, por el concepto *capacidad*, sin embargo, este mismo puede ser un poco más amplio, pues no sólo se refiere a habilidades específicas sino también a conductas, aptitudes y, temas más abstractos como valores, actitudes, etc. Pero claro, con el mismo fin de enfrentar problemas de la vida cotidiana para poder estar lo más sano y establemente posible (Macedo, 2006).

Este pequeño recorrido conceptual da pie a la introducción de un concepto más específico, que a diferencia del término *life skills*, este nuevo concepto se enfoca en la psique, en la cognición, ahora ya no sólo se presta atención a lo social sino también a la reestructuración interna del individuo. Este término es *habilidades psicosociales*, a grandes rasgos se entiende como la capacidad que tiene un individuo para llevar a la práctica de manera exitosa ciertas acciones. Así como el capítulo pasado al abordar el tema de adolescencia se comentó que el propio término culturalmente se toma como sinónimo de pubertad, sin embargo, se hizo ya la aclaración, en este caso el término de habilidades psicosociales es sinónimo de habilidades sociales, competencia psicosocial y competencia social.

#### Definición

Como bien ya se mencionó anteriormente el término habilidades psicosociales puede tener diversos sinónimos y también puede encontrarse englobado por otros conceptos más generales como es el de capacidades. De acuerdo con Caballo (1993, como se citó en Betina y Cotini, 2011), ha existido una confusión

en el uso de estos términos, debido a las múltiples investigaciones que se han realizado y a los comportamientos sociales que dependen lógicamente del entorno o contexto donde se estén trabajando.

La literatura sobre el tema explica que las habilidades son entendidas como destrezas psicosociales que, como ya se mencionó, permiten enfrentar los problemas cotidianos y pueden facilitar la adaptación al entorno donde se desenvuelven. Algunas definiciones que pueden ayudar a comprender más a profundidad este término, una es la que proporciona la Organización Mundial de la Salud (OMS) señalando que las habilidades son un “puente” donde en una orilla se encuentran los saberes entendido en otras palabras como el conocimiento, las creencias y sentimientos como actitudes y valores y en otra orilla se encuentra las capacidades, las practicas, en otras palabras las competencias para hacer las cosas y el cómo hacerlo (como se citó en Ardiles, Dubini, Cardozo y Fantino, 2011).

Certeramente, las habilidades psicosociales son herramientas con beneficios tanto intra como interpersonales, ayudan a que se establezcan relaciones sanas con los demás y consigo mismas. Sin embargo, hay autores como Mantilla-Uribe, Oviedo-Cáceres, Hernández-Quirama y Hakspiel-Plata (2015), que les prestan más beneficios a las consecuencias interpersonales, debido a que si las personas están estables y sanas consigo mismas será más fácil establecer relaciones sanas y estables con las personas que las rodean. En este caso se brinda énfasis a la capacidad de las personas de poder transformarse a sí mismas para posteriormente, intervenir en el entorno y poder establecer las relaciones que se desean.

Ladd y Mize (1983), señalan que las habilidades sociales pueden ser definidas como “Capacidades para organizar cogniciones y conductas en un curso de acción integrado, dirigido hacia metas sociales o interpersonales culturalmente aceptadas.” (cómo se citó en Hidalgo y Abarca, 1900).

A pesar de las diferentes definiciones que los teóricos han sugerido, Santos y Lorenzo (1999), destacan las características principales, que por lo regular la mayoría de las definiciones señalan:

- Son conductas aprendidas, que deben ser socialmente aceptadas y facilitan de manera adecuada la interacción con los demás individuos.
- Se consideran conductas instrumentales con el fin de obtener una meta.
- Cuenta con aspectos observables e inobservables, los primeros de carácter conductual y los segundos de carácter cognitiva y afectiva.
- Aparte de ser socialmente aceptadas, la evaluación, interpretación y entrenamiento deben de estar adecuadas y adaptadas al contexto.

### **Teorías sobre las habilidades psicosociales**

Así como diferentes teorías abordaron el tema de adolescencia, en cuanto a habilidades psicosociales no es diferente, sin embargo, la literatura se muestra más escasa, pues se ha dado explicación desde diferentes aproximaciones teóricas.

#### **Teoría del aprendizaje social**

Si bien el término habilidades psicosociales, como ya se hizo mención en párrafos anteriores, su propio nombre implica una cuestión social y cognitiva, que el modelo cognitivo de aprendizaje social retoma, representado por Albert Bandura, el cual refiere que los individuos a lo largo de la vida aprenden por medio del modelamiento, como bien lo explica su nombre, por medio del modelar la cuestión a aprender también se conoce como aprendizaje por observación y aprendizaje vicario. En el caso a tratar, las habilidades psicosociales también pueden ser aprendidas de la misma manera.

Introducen a los infantes para comenzar a manejarse en la vida social, el relacionarse con sus pares, no permitir abusos, autocontrol, tomar decisiones etc., todo esto reforzando las consecuencias de dichas conductas, sin olvidar que se trabaja por medio de la observación en algún par.

### **Teoría de la influencia social**

Esta segunda teoría se encuentra muy relacionada con la anterior mencionada, pues retoma la importancia de la observación en los pares, sin embargo, enfatiza el aprendizaje de cuestiones más abstractas, menos concretas, como la transmisión de una idea, sentimiento, actitudes, etc., pero que no siempre son benéficos para el individuo. Si bien es cierto, muchas veces hemos escuchado hablar de acciones que se llevan a cabo por influencia social o presión social, debido a este punto, la teoría señala gracias a la influencia social los individuos se involucran en conductas de riesgo. Evans (1976; 1978, como se citó en Montoya y Muñoz, 2009) ha sido uno de los personajes principales que retoma esta teoría y la desarrolla para tratar la educación sobre la resistencia a los pares, donde las habilidades psicosociales están meramente involucradas para poder resistir a esta presión del grupo, pues en la adolescencia la aceptación y pertenecía a un grupo es muy importante, por lo que la presión social influencia que no tomen las decisiones adecuadas. En este caso el poder desarrollar las habilidades psicosociales necesarias permitirá que se le postura que tomen sea la más adecuada ante ciertas situaciones.

### **Teoría de las inteligencias múltiples**

Representante de esta teoría es Gardner (1987), a grandes rasgos, señala que los individuos poseen 8 diferentes tipos de inteligencia, desarrollados a lo largo de la vida de manera diferente dependiendo de las diferencias individuales, interés, personalidad, estimulación recibida etc. Dependiendo de la problemática a resolver los diferentes tipos de inteligencias se activan en el caso de las habilidades psicosociales, las inteligencias requeridas son las siguientes:

- Lingüística: Habilidad para transmitir algún mensaje, no importa el medio, ya sea oral, escrita, corporal etc.
- Cinestésica: Habilidad que involucra el cuerpo ya sea para transmitir un mensaje, emociones y/o sentimientos.
- Intrapersonal: Habilidad que permite la interpretación de gestos, palabras, objetivos, metas, no sólo del individuo sino de las demás personas.

### **Teoría de la resiliencia y riesgo de Bernard**

A lo largo de la vida los seres humanos se enfrentan a situaciones problemáticas, lo cual implica ciertas capacidades para resolver los problemas a los que se enfrentan y saber cómo sobrellevarlos, sin embargo cada individuo tiene capacidades diferentes y algunas personas son más resilientes que otras, cuestión que nuevamente va entrelazada con el desarrollo de habilidades psicosociales que permiten al individuo no sólo ser más resiliente sino también poder relacionarse con sus pares, los cuales sirven de redes de apoyo en cualquiera de esta situación.

### **Psicología constructivista**

Como bien ya se ha mencionado en el capítulo anterior, la teoría constructivista explica la construcción del conocimiento, Piaget y Vygotsky señalan que el desarrollo cognitivo no sólo tiene un sustrato orgánico, sino también un sustrato social por ende el ser y sus relaciones humanas son de vital importancia para un desarrollo adecuado, sobra decir que las habilidades psicosociales estarán en juego en cualquier momento.

### **Teoría del desarrollo infantil y adolescente**

La psicología positiva explica que el desarrollo de algunos trastornos mentales, y algunas prevenciones de los mismos está basada en el desarrollo de habilidades psicosociales, actuando como un factor protector generando fortalezas individuales, y en algunos casos donde los trastornos ya han sido desarrollados funcionan como “amortiguadores” de los mismos (Contini, 2008).

### **Ventajas de las habilidades psicosociales**

Hasta el momento ya se ha mencionado que las habilidades psicosociales son herramientas que permiten establecer relaciones sanas y estables en el entorno y poder tener una mejor relación consigo mismo, sin embargo, no son las únicas ventajas o beneficios que estas herramientas pueden ofrecer al individuo si se desarrollan y usan de una manera adecuada.

De acuerdo con Givaudan, Romero y Barriga (2012), estas habilidades permiten tener una adaptación al entorno, debido a que permiten resolver con éxito los problemas de la vida, favorecen conductas saludables y un bienestar general.

Más detalladamente, las habilidades psicosociales permiten mantener relaciones estables con el entorno debido a que intervienen en conductas que posiblemente no suenan con mucha importancia, pero lo son, como comenzar una conversación, poder mantenerla, saber expresar las ideas que se tienen de una manera adecuada, ofrecer disculpas, identificar sentimientos propios y ajenos, ser compartido, etc. (Morales, Benítez y Agustín, 2013). Tampoco debe olvidarse que por lo mismo que estas habilidades permiten una fácil expresión los individuos que poseen estas herramientas son considerados personas de fácil convivencia, no sólo refiriéndose a convivencia física sino el compartir convenciones y normas (Ortega-Ruiz, 2007). Esto quiere decir que la convivencia va mucho más allá de compartir un lugar, actividad, objeto, etc. con algún individuo, es tomarlo en cuenta, conocerlo, empatizar y tener cierta afinidad con él.

Como anteriormente ya se ha hecho énfasis, la resolución de conflictos de manera exitosa es una de las grandes ventajas que tienen las habilidades psicosociales, y si se pregunta cómo es que la resolución de estos conflictos poniendo en práctica las habilidades psicosociales se sigue manteniendo esta conducta, es por medio del reforzamiento que se obtiene, en otras palabras las consecuencias que se obtienen son exitosas y favorables para el individuo, pues le han permitido resolver de una manera adecuada sus conflictos, con lo cual ha quedado satisfecho pues toma en cuenta sus intereses y los de los demás. De igual forma el reforzador social es muy importante pues crea una aceptación y estima por la sociedad (Luca, Rodríguez y Sureda, 2004).

### **Desventajas como consecuencias de la carencia de habilidades psicosociales**

Lógicamente si las habilidades psicosociales tienen múltiples beneficios en la vida social y personal de los individuos, tener una carencia de las mismas



desencadenará consecuencias negativas en la vida de las personas y, recordando que somos seres sociales, en cualquier etapa de la vida humana se estará en contacto con otros individuos por lo tanto desde la infancia se presentan las primeras consecuencias negativas, que si el individuo no sabe o no desarrolla sus habilidades psicosociales, seguirá padeciendo en la adolescencia y hasta la vida adulta. De acuerdo con Pichardo, García, Justicia y Llanos (2008), algunas consecuencias negativas comienzan por los problemas personales como baja autoestima, desajustes psicológicos, incluso depresión e indefensión, socialmente la literatura señala que hay una baja aceptación por los pares lo cual puede llegar al rechazo e incluso al aislamiento social, pues al no saber cómo relacionarse el individuo con sus pares trae como consecuencia que el individuo no sepa adaptarse al medio ambiente y por ende lo excluyan . También puede presentar inadaptación no sólo social sino también académica, problemas escolares que incluyen bajas notas, reportes seguidos e incluso hasta expulsiones de la escuela. En algunos casos llega a la delincuencia juvenil, alcoholismo e incluso a atentar contra su propia vida o bien lógralo y suicidarse.

Las consecuencias mencionadas en el párrafo anterior si bien pueden ser consideradas como las consecuencias negativas de la carencia e habilidades psicosociales, tendríamos también que hablar de las conductas que manifiestan esta carencia en las habilidades, de acuerdo con Peres (2005), las más comunes son el miedo a las interacciones con los pares y hacer amigos en la vida real, hay una comunicación ineficaz, muestran dificultades en entablar una conversación, dificultades en expresar ideas y en defender sus propios derechos, el realizar alguna petición o pedir ayuda y cuando llegan a presentar algún sentimiento negativo la manera de expresarse nuevamente no es la adecuada pues encuentran dificultades para hacerlo, si siente enojo puede expresarlo de una manera bastante sumisa o explosiva.

De acuerdo con Hidalgo y Abarca (1990), los déficit se deben a una falta de aprendizaje que involucran tanto factores motores como verbales y no verbales, que influyen para no cumplir con la conducta exitosa. Los individuos carecen de

un repertorio conductual eficiente, por lo que las conductas que emiten son inadecuadas, debido a que no se han aprendido, o se ha hecho de una manera errónea. Una teoría que sustenta este argumento es el modelo de inhibición de respuesta, señalando que los individuos cuentan con habilidades necesarias, sin embargo, al momento de usarse son inhibidas o distorsionadas por ansiedad a las situaciones sociales.

### **Diversas habilidades psicosociales**

Hasta el momento se ha hablado de las habilidades psicosociales, pero no se ha mencionado cuáles son. A continuación, se mencionarán las habilidades psicosociales más abordadas por la literatura:

#### **Empatía**

De acuerdo por López, Arán y Richaud (2014), el termino inglés *empathy* comenzó a utilizarse cerca del siglo XX en el ámbito de la psicología experimental, donde más tarde Lipss lo utiliza para referirse a una experiencia compartida por dos individuos. No fue hasta 1909 cuando se incluye a la lengua española el término *empatía*, el cual acuñó Titchner para referirse a una cualidad que permite que un individuo se identifique, sienta o piense como si estuviera dentro de otro (Fernández, López y Márquez, 2008).

Algunos autores como López et al. (2014), señalan que la empatía es un proceso automático, donde las representaciones con las que cuenta el individuo permiten visualizar las emociones que otro individuo está experimentando, por medio de las percepciones que las representaciones le permitan experimentar. Una teoría que sustenta este argumento es la teoría de las neuronas espejo, éstas permiten imaginar una acción o sentimiento en otra persona.

Decety y Jackson (como se citó en López et al., 2014), explican cuatro componentes de la empatía:

- Toma de perspectiva: entendida como la capacidad de poder imaginar o visualizar la experiencia del otro.

- Correspondencia afectiva: Compuesta por la comprensión de reacciones automáticas con el sólo hecho de observar alguna conducta e identificarse con ella.
- Autoconciencia afectiva: Entendida por el proceso de reconocimiento de una conducta que se ejerce sobre la propia.
- Regulación empática: Se toma el control de la acción que se decida ejecutar respecto a la situación que se observa, donde el componente afectivo es de suma importancia.

Esta clasificación de elementos que componen la empatía, como se puede observar, tiene un enfoque un tanto más cognitivo, pues se encuentra orientado más a los procesos de toma de perspectiva del otro y no tanto al modo de actuar, integrando varios procesos cognitivos como la regulación, meta-análisis, identificación, memoria e imaginación.

También debe ponerse en manifiesto, de acuerdo con Garaigordobil y Maganto (2011), que la empatía como habilidad psicosocial y como proceso que permite tomar la perspectiva y lugar del otro, permite desarrollar diversas pautas de pensamiento y comportamiento de acuerdo a las normas sociales establecidas, pues lo que se debe de hacer es lo que se espera, lo mejor o que se debe. Por ende, podría decirse que la empatía permite la adaptación al entorno donde se desenvuelve el individuo

De acuerdo con Sánchez et. al. (2010), la empatía ha sido asociada con altos niveles de tolerancia, compañerismo, cooperación, apoyo, protección y conductas altruistas, sin embargo, para Fontana y Oros (2015), los individuos que manifiestan poca empatía, como consecuencia de ellos, presentan poca adecuación social, junto con aislamiento y alto nivel de agresividad. Montoya, Arango, Sánchez y Puerta (2014), señalan que la gente que manifiesta poca empatía encuentra asociación con distintos problemas clínicos como el asperger, claustrofobia, esquizofrenia, autismo y depresión, Aunando un poco más en estos problema clínicos, se establece que las personas que manifiestan poca empatía tienen problemas para el procesamiento y reconocimiento de las emociones en otros

individuos, por ende, presentan dificultades para poder tomar la perspectiva de otra persona.

Goleman (1995, como se citó en Barragán y Morales, 2018), refiere que la base del altruismo está en la empatía y esta se construye sobre la consciencia de uno mismo, en el reconocimiento y aprendizaje de las emociones propias y de los demás, la preocupación y solidaridad con el otro.

En la adolescencia la empatía ayuda a la consolidación de la personalidad e identidad de una manera positiva, debido a que el adolescente está expuesto a factores de riesgo como violencia, consumo de alcohol, consumo de drogas, embarazo no deseado, etc. Esta habilidad permite concientizar los riesgos a los que están expuestos, pues al observar sus pares que han sido víctimas de estas situaciones pueden tomar su perspectiva y visualizar las consecuencias, por lo tanto, se puede remarcar que la empatía permite prevenir de factores de riesgos (Ardiles, Dubini Cardoz y Fantino, 2011).

### **Expresión adecuada de emociones**

Goleman (1998), expresa que cualquier emoción trae implícito un plan de acción, apoyando esta idea se encuentra la raíz etimológica de esta palabra, la cual es *moveré* lo cual se entiende cómo moverse y/o movimiento hacia, sin embargo la conducta no es el único componente de las emociones, también se encuentra un componente cognitivo, una valoración que se realiza ante objetos adaptativos, y por supuesto un componente fisiológico que es considerado como el reflejo del estímulo (como se citó en Barragán y Morales, 2014).

La expresión adecuada de las emociones es una habilidad psicosocial que incluye diferentes categorías como la percepción, comprensión y regulación de las emociones. De acuerdo con Bisquerra (2000), esta habilidad implica que el individuo reconozca sus emociones que experimenta para poder canalizarlas y poder responderlas con éxito (como se citó en Serrano y García, 2010).

Esta habilidad implica percibir, valorar, expresar las emociones de una manera adecuada y también acceder y generar emociones que faciliten pensamientos específicos (Salguero, Fernández-Berrocal, Ruiz y Castillo, 2011).

En diversas ocasiones cuando se habla de la expresión adecuada de las emociones, se puede creer que sólo se busca la expresión de las emociones negativas, las cuales son: enojo, tristeza y miedo, sin embargo, también es importante la expresión y cultivación de emociones positivas como la alegría y sorpresa.

De acuerdo con Vecina (2006), las emociones positivas son consideradas como tal debido a que las sensaciones que se experimentan son de placer y bienestar, y estas son clave para el mantenimiento de buenas relaciones interpersonales, son consecuencia y a la vez permiten crear experiencias positivas, al igual que promueve el disfrute y la gratificación, compromiso y aumentan la creatividad, también permiten crear fortalezas y virtudes, en otras palabras permite formar experiencias positivas, brinda las herramientas para generarlas y crear improntas agradables que permiten un bienestar para un crecimiento psicológicas. Fredrick (2000), señala que las emociones positivas ayudan a mantener una buena salud, favorecen a una resiliencia psicológica, razonamiento eficiente, flexivo y creativo, permitiendo dar un punto de vista más agradable, al mismo tiempo que permite el reforzamiento de los recursos con los que cuenta la persona física, intelectual y sobre todo socialmente (como cito en Barragán y Morales, 2014).

Por el contrario, según Mestre, Tur-Porcar, Rechaud y Mesurado (2012), si el individuo tiene una expresión adecuada de sus emociones y una estabilidad emocional adecuada posee una mayor autoestima, mayor capacidad de autocontrol, hay una mejor planificaciones de acciones y consecuencias. Cano y Zea (2012), refieren que tener una expresión adecuada de las emociones permite una mejor calidad de vida lo cual influye de manera directa en la salud y bienestar.

Diversos estudios han demostrado el aumento de agresividad y la inestabilidad emocional en la adolescencia. Hay que recordar que la expresión no adecuada de la ira trae como consecuencia conductas antisociales y la inestabilidad emocional

dificulta establecer relaciones, sanas, estables y prosociales en el medio donde se desenvuelve el individuo. Así mismo, la impulsividad al momento de no poder expresar las emociones de una manera adecuada permite observar que dichos individuos tienen dificultades para resolver tareas, por lo mismo de la precipitación de las respuestas, muestran también un menor control emocional y uso inadecuado de estrategias analíticas. (Mestre, et al., 2012). Serrano y García (2010), señalan que muchos problemas actuales en los adolescentes son resultados de una mala expresión de los sentimientos, como violencia, conductas disruptivas, drogadicción, alcoholismo, embarazos no deseados, trastornos alimentarios, problemas escolares, deserción escolar y por supuesto trastornos emocionales. Aunado a esto Cano y Zea (2012), refieren que la inestabilidad emocional e inadecuada expresión de emociones da como resultado enfermedades depresivas, maltratos, violencia, estrés y mayor riesgo de ponerse en situaciones de riesgo como el uso de armas o drogas.

De acuerdo con Cano y Zea (2012), la automotivación es un factor importante para esta habilidad, debido a que se tiene que tener la iniciativa para tomar el dominio de las emociones y situaciones, pues si no se pretende intentarlo y/o no se tiene esa motivación la expresión y dominio de las propias emociones se verá afectada. También el proceso de reflexión juega un papel importante pues permite experimentar cierto *feedback* que más tarde permitirá tener un enriquecedor aprendizaje sobre lo que se experimenta y el cómo reaccionar.

### **Manejo de ira**

La ira es un proceso considerado interactivo y multifacético debido a las múltiples variables que intervienen, ya sea de orden evolutivo, genético, cognitivo y por supuesto contextual. Diversos autores han conceptualizado esta emoción desde puntos antagónicos, un ejemplo de ellos es Freud y Darwin, los cuales señalan que la ira tiene funciones adaptativas y por ende no depende de un control y razonamiento consciente, Darwin realiza una comparación con las respuestas de los animales, encontrando ciertas equivalencia en ambas donde ambas son respuestas instintivas e incontrolables y Freud toma esta emoción como una

determinación biológica, dominada por una fuerza inconsciente. Por el contrario, otros autores señalan que la ira es un proceso cognitivo, por ende, controlable (Butts, 2007).

Serrano y García (2010), señalan que el autocontrol como habilidad permite que los individuos manejen sus emociones, controlen sus impulsos, recuperación de fracasos y mejor afrontamiento de situaciones con mayor probabilidad de éxito, relajación, bienestar físico, placeres sexuales, diversiones sanas y responsables.

El autocontrol es una habilidad psicosocial que permite analizar la situación y con base en ello controlar las emociones que evoquen dicha. Claro que múltiples autores han definido este término, como Skinner el cual señala que esta acción se lleva a cabo cuando se piensa en la solución de una problemática y también se busca entenderse a uno mismo, entender la situación y lo que esta provoca en nosotros mismos. Añadiendo elementos a esta explicación, Cautela y Mahoney (1972, como se citó en Rezk, 1976), señalan que el fin de pensar en la solución y entender la situación y lo que evoca en nosotros es poder modificar la respuesta que se emite, donde el propio individuo es el responsable del cambio.

Muchos autores refieren que la premisa del autocontrol es meramente cognitiva, pues se debe a la concientización de las consecuencias del individuo y sus acciones (Flores, 2010). Esto quiere decir que debe de haber una introspección no sólo referente a las emociones que la situación evoca, sino también una visualización de las consecuencias que pueden llegar a obtenerse si la persona pone en práctica la habilidad de autocontrol y también sino lo hace. Así mismo, algunos procesos que permiten la ejecución de esta habilidad son: búsqueda y selección de información, autoevaluación, motivación para el cambio, planificación, búsqueda y evaluación del plan de acción.

La adolescencia, como ya se ha mencionado, es una etapa crucial para el desarrollo de la personalidad e identidad y los adolescentes que no puedan controlar su ira expresándola de una manera constructiva, por lo regular tienden a tener conflictos tanto con sus pares como con personas mayores, como padres y/o maestros.

Por ende, en esta etapa el autocontrol va dirigido tanto a emociones negativas como la ira, los temores en esta etapa relacionados con las redes sociales se encaminan, según Royo (1998), a diversas situaciones como: miedo a fracasar en la escuela, dudas sobre la vocación que se quiere estudiar, pulsiones inmorales, miedo a los padres, a conocer nueva gente, a estar solo, a la apariencia personal, al sexo opuesto, citas, fiestas, situaciones donde los adultos están inmiscuidos, multitudes, hablar en público etc. (como se citó en Serrano y García, 2010).

Sin embargo, cuando no se tiene un control adecuado de la ira se presentan múltiples problemas algunos considerados muy graves, de acuerdo con Butts (2007), algunos trastornos asociados al escaso control adecuado de la ira es el trastorno de personalidad límite, también conocido como *borderline*, las personas con este tipo de personalidad presentan episodios de ira intensa, inapropiada e incontrolable y por supuesto dificultades para poder controlarlas, síntomas disociativos, ideas suicidas, por ende dificultad para establecer relaciones interpersonales. De acuerdo con Flores (2010), otro síndrome asociado a la falta de autocontrol es el *síndrome disejecutivo*, como su nombre lo señala explícitamente hay un desajuste en el sistema ejecutivo el cual es el encargado de distintas funciones tales como el control, regulación y dirección de la conducta, involucrando otros procesos como la regulación, planeación y ejecución, por ende, cuando el sistema ejecutivo tiene daños los individuos presentan dificultades para realizar actividades y coordinar conductas, específicamente presentan dificultades en el autocontrol, autodirección, expresión de emociones, atención y presentan conductas impulsivas, indiferentes y rigidez, por lo cual las relaciones sociales se ven afectadas.

Se debe recordar que las habilidades psicosociales varían de acuerdo al contexto, pues un fin de las mismas es la adaptación fácilmente al contexto, por ende, las circunstancias de la situación que provoque la ira en el individuo en algunas ocasiones será adecuada expresarla y en algunas otras no, es ahí donde el autocontrol debe cumplir su función.



Muchos autores refieren que la premisa del autocontrol es meramente cognitiva, pues se debe a la concientización de las consecuencias del individuo y sus acciones (Flores, 2010). Esto quiere decir que debe de haber una introspección no sólo referente a las emociones experimentadas en tal situación, sino también una visualización de las consecuencias que pueden llegar a obtenerse si la persona pone en práctica la habilidad de autocontrol y también sino lo hace. Así mismo algunos procesos que permiten la ejecución de esta habilidad son: búsqueda y selección de información, autoevaluación, motivación para el cambio, planificación, búsqueda y evaluación del plan de acción.

### **Toma de decisiones y planificación**

Debe recordarse que constantemente el individuo está en cambio que demanda el ambiente y para adaptarse al cambio debe de tomar decisiones, de acuerdo con Araújo (2009), este proceso de tomar decisiones depende de la revisión que se realice del entorno para así poder determinar las acciones a tomar e involucra diversos aspectos como cognitivos, emocionales y motivacionales, que en conjunto van de la mano con la personalidad del individuo (como se citó en Aguilar, Tamayo y Chiroso, 2014).

Una teoría que permite explicar el proceso de toma de decisiones es la Teoría de Conflicto Decisional de Janis y Mann (1979), la cual señala que las decisiones que se toman generan cierto nivel de estrés debido a que al decidir se colocan ciertas opciones y en la elección de cualquiera habrá pérdidas y ganancias lo cual genera cierta resistencia al cambio y por ende a la toma de decisiones, incluso puede llegar a postergarse, hasta que el ambiente demande la necesidad de tomar dicha decisión (como se citó en Luna, Laca y Cedillo 2012).

Janis y Mann (1977), explican que el conflicto de decisión es consecuencia de opciones opuestas o similares a aceptar o rechazar alguna acción (como se citó en Luna y Laca, 2014).

Este modelo permite explicar el estrés al nivel al que se enfrentan al tomar las decisiones, como se resisten al cambio o distorsionan, evitan o anulan información,

así mismo los autores de esta teoría explican que debe de adoptarse ciertos patrones de toma de decisión (como se citó en Luna, Laca, Cedillo, 2012):

- Vigilancia: Consta en tener en mente una solución optimista, los niveles de estrés no son muy elevados por ende el tiempo que se tiene para evaluar la opciones razonadamente es suficiente.
- Hipervigilancia: Los niveles de estrés son medianos, por ende, el tiempo para buscar soluciones es insuficiente y la búsqueda de información para resolver el dilema es desordenada y rápida.
- Evitación defensiva: Este patrón se caracteriza por un pesimismo hacia la situación y la toma de decisiones, por lo tanto, se pospone la toma de decisión o se toma la decisión más fácil de tomar.

Luna y Laca (2014), mencionan que debe señalarse que la confianza que el individuo tenga sobre la decisión que toma es importante, pues interviene en todo el proceso, en la toma de decisión y por supuesto en los resultados demuestran que si la confianza es poca puede desembocar en emociones negativas como ira o tristeza, inclusive puede disminuir la autoestima.

En la etapa de la adolescencia, al referirnos sobre la toma de decisiones, se deben resaltar ciertos aspectos, hablando en términos cognitivos la maduración del cerebro, percepción subjetiva, procesamiento de la información, y socialmente la relación que existe con los padres, amigos, compañeros etc. (Luna y Laca, 2014).

De la mano a la toma de decisiones se encuentra la planificación, la cual es considerada una estrategia utilizada en la toma de decisiones y se considera un indicador para analizar el desempeño de las personas frente algún problema, donde se preveé, anticipa y reorganiza para la solución en alguna tarea o problema. En otras palabras y resumido, la planificación es una capacidad que permite ejecutar conductas encaminadas a una meta, donde el proceso está configurado por una secuencia de acciones (Rojas, 2006).

Rojas (2006), señala que la planificación es una estrategia que está formada por la metacognición, debido a que se visualiza una acción, donde el individuo está

consciente de sus procesos cognitivos y también sabe que puede controlarlos. Específicamente la metacognición esta activa en la anticipación, contratación y monitoreo de las acciones que se encamina a la acción ya visualizada anteriormente. También otra característica es la flexibilidad debido a que el individuo debe adaptar las respuestas a la situación que se le presenta, sobre todo porque la planificación implica anticipar una realidad que no se encuentra en el momento, la capacidad de representaciones sociales es de vital importancia.

## Capítulo IV

### Asertividad

#### Definición

A lo que respecta esta tesis, las conductas asertivas derivan de la asertividad, donde el marco cultural juega un papel importante ya que con base en este se actúa, y se analiza que conducta es considerada asertiva, debido a que cambian las condiciones como más adelante se expondrá.

Etimológicamente, de acuerdo con Naranjo (2008), la palabra asertivo deriva del latín *asertus*, entendido como “afirmación de la certeza de una cosa”, en otros términos, una persona que se considera asertiva expresa y habla con exactitud y razón. Sin embargo, esta pequeña conceptualización fue de las primeras que la literatura arroja, más tarde se añadieron otros elementos importantes que también forman parte de la descripción de esta habilidad, inclusive se presentaron algunas diferencias sobre los mismos componentes.

Un ejemplo de lo antes mencionado es la descripción que Melgosa (1995, como se citó en Naranjo, 2010) y Phillis (2011, como se citó en Pascual, 2012) brindan, conceptualizándola como un núcleo o sistema de creencias que se reflejan en los derechos propios y de los demás, como se puede apreciar esta definición se encuentra en un plano subjetivo y un tanto abstracto, pues se está hablando de creencias, sin embargo otros autores como Rimm y Master (1974, como se citó en García, 2010) y Riso (1988, como se citó en Naranjo, 2008), explican la asertividad en términos más objetivos como lo son las conductas, pues señalan que son conductas que engloban diferentes aspectos, tales como:

- Expresión adecuada: Implica una omisión de distorsiones cognitivas, manejo adecuado de la ansiedad y finalmente un uso adecuado de expresiones verbales y no verbales.
- Oposición: Saber expresar cuando es un no como respuesta, expresar desacuerdos, poder recibir críticas al igual que formularlas, defender los

derechos propios y finalmente saber expresar sentimientos negativos como el enojo, la tristeza y el miedo.

- **Afecto:** Consta en saber expresar adecuadamente sentimientos positivos como alegría, sorpresa, orgullo etc., así mismo que dar y recibir elogios, saber expresar la satisfacción que se siente en momentos agradables, etc.

Llevando a cabo un análisis sobre las conceptualizaciones anteriormente mencionada se observa que hay un componente cognitivo que se basa en las creencias del sujeto respecto a los derechos y otro componente conductual, sosteniendo diferentes tipos de conductas, que, en síntesis, podrían agruparse en dos categorías *aproximación* y *rechazo*, las primeras de ellas son expresión adecuada y afecto y en la categoría de rechazo se encuentran las de oposición.

Algunos autores la conceptualizan como asertividad emocional y se toma como la base para el manejo de las emociones y se pone en práctica cuando hay una buena comunicación que permita escuchar determinado mensaje para poder asimilar e interiorizar la información. Con una asertividad emocional también se puede emitir mensajes más significativos, esto puede lograrse mediante el lenguaje que se emplee, pues no sólo debe de ser claro y sencillo sino que también se debe agregar un “toque” emocional para poder llegar a los sentimientos de los escuchas, lo cual permite ser significativo y tener una mejor interiorización, duración en los recuerdos del escucha y así poder también influir en una respuesta (Cano y Zea, 2012).

### **Características**

Actualmente cuando se habla de asertividad se plantea que es una conducta que se encuentra entre dos polos radicales, los cuales son la pasividad y la agresividad.

Castanyer (2010), refiere que las conductas no asertivas caen en cualquiera de esos dos extremos: Conducta pasiva: Son conductas que se encaminan a poner de manifiesto la poca defensa de los derechos, el dejar de lado los intereses personales, respetar los derechos e intereses de los demás. Expresa sus ideas y posturas con un volumen de voz bajo, evita el contacto visual prolongado, mirada baja, poca seguridad al hablar. Trata de molestar lo menos posible a las demás

personas. A estas características que brinda Castanyer (2010) y Pascual (2012) agrega que no consigue sus objetivos, se siente lastimado, ansioso y por lo regular las otras personas eligen por él y se aprovechan, mientras que Gúell y Muñoz (2000, como se citó en Naranjo, 2008) refieren que estas personas presentan baja autoestima, y dificultades para poder afrontar alguna noticia negativa o de rechazo, y el sentimiento de inferioridad siempre está latente.

Conductas agresivas: Por ende, se encuentran al otro extremo de las conductas pasivas, en este caso hay una defensa insistente en los derechos e intereses propios, dejando de lado los intereses de los demás individuos, quieren tener el control de las personas y la situación. La manera de expresarse es con un volumen alto, contacto visual constante e incluso retador, cara y cuerpo tenso, los niveles de ansiedad por lo regular son altos, presentan baja autoestima, hostilidad, enfados constantes e impulsividad. Pascual (2012), incluye conductas frecuentes con el fin de aprovecharse del otro, humilla a los demás, elige por ellos, y Gúel y Muñoz (2000, como se citó en Naranjo, 2008) agregan sentimientos constantes que tiene las personas agresivas son de odio y resentimiento.

Conductas asertivas: En un punto medio como ya se mencionó anteriormente, se encuentra la asertividad, de acuerdo a Castanyer (2010) estas personas pueden reconocer sus propios derechos y los de los demás respetando ambos puntos de vista y cuando haya alguna diferencia se llegara a un acuerdo, la manera de expresarse es fluida, segura y poniendo de manifiesto los sentimientos y pensamientos que experimenta de una manera adecuada, sin permitir que las personas abusen de él o ella y tampoco manifestando conductas agresivas, sus sentimientos no son de inferioridad ni superioridad. Pascual (2012) agrega que estos individuos consiguen sus objetivos, tienen confianza en sí mismo por ende hay cierto bienestar, mientras tanto Gúel y Muñoz (2000, como se citó en Naranjo, 2008) mencionan que estos individuos se sienten satisfechos y libres con las relaciones interpersonales que mantienen, tienen por lo regular una autoestima alta y la manera de expresarse con los demás es educada y respetuosa.

## **Ventajas**

De acuerdo con Roca (2014), la asertividad es una habilidad que refleja múltiples consecuencias positivas en la vida del individuo como comunicación eficaz, clara y no manipuladora, evitando interpretaciones erróneas o sesgos que se pueden presentar al pasar un mensaje de emisor a receptor y sobre todo siendo explícitos en los sentimientos y pensamientos que el individuo experimenta, también aumenta la probabilidad de establecer relaciones satisfactorias y de conseguir lo que se desea de una manera adecuada, al mismo tiempo que aumenta la satisfacción y calidad de la convivencia con otros individuos y si llegan a surgir desacuerdos se resuelven de una manera adecuada, sin dejar de lado la fomentación de emociones positivas en los demás y en la propia persona favoreciendo el autoestima alta.

León, Rodríguez, Ferrel y Ceballos (2009), señalan que la asertividad mantiene los niveles de ansiedad bajos, genera seguridad, potencia el desarrollo personal, impacta a una formación favorable del autoconcepto y autoestima y por lo regular las conductas asertivas que exprese el individuo son socialmente reforzadas, tanto por las consecuencias de ellas mismas como por el reconocimiento de los demás.

Aunado a lo anteriormente mencionado y especificando un poco más, la comunicación asertiva permite disfrutar de una manera adecuada las relaciones interpersonales, debido a que permite compartir experiencias de una manera adecuada y crear lazos de amistad y afectivos con base a las afinidades y, así mismo, desarrollar más aptitudes y habilidades (Cano y Zea, 2010).

## **Desventajas de carencia en la asertividad**

De acuerdo con Castanyer (2010) la carencia de asertividad se debe a varios motivos:

- El individuo ha aprendido de una manera inadecuada o no lo ha aprendido: Las personas siguen utilizando los mismos patrones de conducta y pensamiento y, por ende, no dan con la solución asertiva del problema. O no fue aprendido de manera adecuada debido a que en su historia pudieron aparecer ciertos sucesos como:

- 1) Castigo sistemático a las conductas asertivas: Recriminaciones, desprecios o prohibiciones que no son necesarias.
  - 2) Falta de refuerzo: No se brindó el reforzamiento necesario para que el individuo considere una conducta positiva.
  - 3) No valoran el refuerzo social: No hay una valoración de cariño, sonrisas, halagos, comentarios positivos, y por ende la persona no se verá en la necesidad de buscar estos reforzadores por medio de las conductas asertivas.
  - 4) Hay más refuerzo por conductas sumisas o agresivas: Como ya se mencionó, la sumisión y agresión son los dos extremos de las conductas no asertivas, en el caso de la sumisión los individuos suelen obtener atención, mientras que la persona agresiva es ganar en todas las situaciones.
  - 5) No saber reconocer cuando deben de ser asertivos: Por lo regular este tipo de individuos son inoportunos en sus comentarios y no saben cuándo ser asertivos.
- La ansiedad no permite que se ejerza de manera adecuada la conducta asertiva: Los individuos han tenido una asociación de las situaciones donde debe ser asertivo con un nivel alto de ansiedad y se llega a generalizar a tal punto que en todas las situaciones sufra de ansiedad.
  - No se conoce o se rechaza los derechos: Por lo regular las conductas y patrones de pensamiento van de acuerdo a la manera en cómo se fue criado y que es lo que la sociedad indica, una educación un poco más conservadora está orientada a la sumisión, sin embargo, en la actualidad se quiere enseñar a ser el número uno, el mejor y ganar a costa de todo, por ende se orienta más a la agresividad, ambas posturas dejan de lado los derechos propios y de los demás.
  - Patrones irracionales de pensamiento: Los patrones irracionales de pensamiento carecen de lógica y no son objetivos aunado a que no permiten que se actúe asertivamente pues todas las conductas se ven al servicio del



patrón de pensamiento irracional que muchas veces se contrapone a las conductas asertivas

Ortego, López y Álvarez (s/f) añadieron:

- Hay poca motivación para actuar de una manera adecuada en una situación determinada.
- El individuo estuvo bajo un aislamiento social por muchas razones, como estar en alguna dependencia etc. Y eso produce que algunas habilidades no hayan sido desarrolladas.
- Hay una existencia de obstáculos restrictivos que no permiten que el individuo responda de manera adecuada debido a que puede ser castigado

Castanyer (2010), manifiesta que las personas que no expresan conductas asertivas muestran una pérdida de aprecio y respeto a sí mismo y por parte de otras personas, en algunos grados hasta pueden sufrir de rechazo, también los niveles de ansiedad son más elevados, y en problemas somáticos.

### **Adolescencia y asertividad**

Si bien ya se ha mencionado que la etapa de la adolescencia no necesariamente se acompaña de dolor y conflicto como se cree, sin embargo, los múltiples cambios que experimentan son innegables, algunas veces estos cambios dificultan la interacción con los demás por ende la asertividad permitiría una convivencia mucho más sana.

Como se mencionó en el primer capítulo, esta etapa conlleva a muchos cambios en diferentes áreas de desarrollo, en este caso el desarrollo de habilidades psicosociales pertenece al área de desarrollo socio-emocional y se debe recordar que se busca la aceptación social y al ser aceptado en un grupo y establecerse relaciones sanas lleva a mantener una estabilidad y bienestar físico y psicológico, por ende las habilidades psicosociales juegan un papel bastante importante en esta etapa.

Durante este desarrollo algunos problemas que pueden presentar los adolescentes es la baja autoestima, bajo autoconcepto e incluso mal manejo de conflictos lo cual un entrenamiento de conductas asertivas sería de gran ayuda (Zúñiga, 2016).

Socialmente, de acuerdo con Krauskopf (1994, como se citó en López, 2013), se tiene una mayor interacción con los pares, tendencias individuales, adquisiciones psicosociales y por ende es gozoso sacar provecho de estas fortalezas que el entorno brinda.

Al igual que es considerada como una conducta no innata puede ser aprendida a lo largo de la vida, la adolescencia es una etapa adecuada para su enseñanza y aprendizaje, pues no sólo por la búsqueda de identidad, ajuste psicosocial y una búsqueda de autoafirmación sino por las conductas de rebeldía y oposición con figuras de autoridad que pueden ser modificadas mediante un entrenamiento en asertividad (Lila, Van, Aken, Mustiu y Vulega, 2006, como se citó en Domínguez, López y Álvarez, 2014).

Esta habilidad también es útil para prevenir los factores de riesgo, de acuerdo con López, Herrera y Fernández (2011) en los adolescentes los más comunes en esta etapa son: embarazos no deseados, mortalidad por accidentes, homicidios, abuso de drogas o alcohol, suicidios, deserción escolar, actividad delictiva y sexual, etc. Las conductas asertivas permitirán que los adolescentes mantengan una resistencia a estos factores y jueguen un papel mucho más proactivo (Velázquez, Arellanez y Martínez, 2012).

### **Entrenamiento asertivo**

Ortego, et al. (s/f), refieren que lo más importante en el entrenamiento de habilidades sociales es la generalización de las situaciones que se entrenan para resolver de una manera adecuada a las demás situaciones, sobre todo en la vida real, así mismo expresan que se debe comenzar por identificar las principales carencias, el entorno social donde el individuo se desenvuelve, las situaciones y personas con las que le cuesta más trabajo responder asertivamente para posteriormente comenzar un entrenamiento más personalizado, poco a poco ir

incrementando la complejidad de las situaciones, dejar tareas para que sean resueltas sin ayuda del entrenador y sobre todo en situaciones reales.

Un poco más a Castanyer (2010), se ha encargado de desglosar un entrenamiento asertivo, haciendo hincapié en la motivación y autoestima e interés de la persona en querer aprender, y la autoestima para brindar seguridad a uno mismo. Así mismo refiere este autor que el entrenamiento asertivo tiene tres momentos importantes:

Los modelos de imitación: se refieren a las personas más cercanas que rodeen al individuo de los cuales pueda aprender precisamente por la imitación, Castanyer realiza énfasis en que los profesores si no son deberían ser de los modelos más adecuados por medio de debates, discusiones y reforzamientos en clase y propiciar la ayuda entre pares, entre compañeros no tan asertivos estar con aquellos que sí lo son. Sin embargo muchos autores afirman que los padres deben de ser los modelos que permitan este aprendizaje de conductas asertivas, uno de ellos es Bailey (s/f) señalando la importancia de ambientes emocionalmente saludables en el hogar, señalar lo que sea correcto y hablar sobre los errores, analizar conductas y emociones para poder en caso necesario corregir de manera objetiva y concreta las conductas y finalmente ver las metas o lo que se espera y ver los reforzamientos que se están brindando.

Las consecuencias son precisamente el resultado de lo que se obtiene mediante la conducta ejercida, se recomienda un reforzador positivo ya sean cosas materiales como dinero, ropa, juguetes etc. o reforzadores sociales como atención o halagos, y también se puede usar el castigo, aunque este no es muy recomendado pues disminuye la autoestima y provoca ansiedad, por lo regular se hace uso del castigo social como la vergüenza o burla.

Bandura (1973, como se citó en Zaldivar, 1994), explica más a fondo el proceso que se lleva a cabo en los modelos de imitación en diferentes pasos:

- 1) La primer fase es conocida como fase de adquisición y la conducta esencial en este caso es la observación ya sea casual, directa, grafica o verbal y aun no se necesita que se ejecute alguna conducta.

2) La segunda fase se conoce como ejecución donde a partir de la observación que se llevó a cabo en la primer fase sobre una conducta específica ahora se busca la reproducción de esta, donde el aprendiz de acuerdo con Bandura puede ser la imitación en dos aspectos como:

- Adquisición de nuevas conductas.
- Inhibir conductas aprendidas o desinhibir con base a las consecuencias observadas en los modelos.
- Ejecutar respuestas que son observadas en el modelo

Algunas instrucciones esenciales que Bandura brinda para este aprendizaje son:

- Atención especial al comportamiento que ejecuta el modelo.
- Ejecutar precisamente las pautas conductuales del modelo.
- Tener otras habilidades que son indispensables para ejecutar estas conductas.
- Motivación suficiente para el aprendizaje.

Castenyer (2010), refiere que existen dos maneras de enseñar asertividad, la directa e indirecta:

- La indirecta se refiere a una modificación de conductas que pueden perjudicar al individuo en un futuro y se busca reforzar las más adecuadas desde un punto de vista asertivo, mientras que conductas de sumisión o asertividad se tratan de inhibir.
- La manera directa consta en concientizar a la persona de las dificultades que posiblemente posee y con base a ellas se explican las estrategias que se pueden utilizar, así como las que se desean.

Dentro de la manera directa, la cual les compete a los psicólogos, Castenyer (2010), menciona tres técnicas específicas para poder enseñar esta habilidad tomando en cuenta tres aspectos: cognitivo, emocional y motorico.

1. Técnica de reestructuración cognitiva: En el entrenamiento asertivo es importante esta técnica para tratar las ideas o creencias que tiene el individuo

y no permiten actuar de una manera racional y lógica, en este caso las técnicas específicas que pueden ser utilizadas son:

- Hojas de autorregistro: Llenar hojas con fechas y actividades.
- Análisis de pensamiento que conlleva a una asociación de idea irracional y discusión lógica de la idea
- Elección de pensamientos alternativos a las ideas irracionales para así concluir con solución de problemas asertivos mediante el uso de pensamientos que sustituyeron las ideas irracionales.

2. Entrenamiento en habilidades psicosociales: Esta técnica se enfoca específicamente a tratar los déficits conductuales del individuo nos indica varias técnicas que pueden ser utilizadas sobre todo en discusiones, tales como:

- Disco roto, la cual consiste en repetir el punto de vista sin enojarse o ser sumiso.
- Banco de niebla, el cual consta en otorgar la razón sin dejar la postura propia de lado, diciendo que es cierto lo que la otra persona dice, pero demostrando que lo que pensamos también lo es.
- Aplazamiento asertivo, el cual consta en posponer la respuesta o decisión que se quiera tomar pues en el momento se encuentra muy nervioso o inseguro.
- Técnica para procesar el cambio, consta en cambiar el foco de atención al tema del cual está peleando. Esta técnica es la mezcla de las últimas dos, se puede posponer el tema y también cambiar el foco de atención, sin embargo, se debe tener más cuidado con aspectos como tono de voz y las palabras que se usan debido a que esta técnica se usa con personas que están más enojadas.
- Técnica de acuerdo asertivo, consta en dar razón en el aspecto del porque la persona está enojada pero inconformes en la manera en la cual lo está expresando. Técnica de la pregunta asertiva consta en un interrogatorio que se lleva a cabo para conocer los

argumentos que tiene la persona para estar enojada o acusarnos, dando de manera momentánea la razón.

3. Técnicas e reducción de ansiedad: En muchos casos la ansiedad inmoviliza a los individuos para poder pensar lógicamente y actuar, por eso la importancia de implementar técnicas que combatan el estrés como la relajación y respiración.

- La relajación progresiva de Jacobson es una técnica que consta de pasos explícitos, por medio de la formación de grupos musculares donde se deben tensar y distensar hasta comenzar a sentir una relajación, realmente consta de 8 fases en la cual la última debe de llegar por evocación y por asociación.
- La respiración es un proceso que va de la mano con la relajación, aquí pueden hacerse diferentes ejercicios tales como sentir lentamente y poniendo atención al aire que entra y sale de la nariz, respirar lentamente con una fosa nasal o la respiración diafragmática la cual consta con una respiración adecuada con el diafragma y no con los pulmones como la mayoría de las personas lo hace, pues con el diafragma se inhala más aire.
- En este último punto Ortego et al. (s/f) agregan la desensibilización sistemática la cual consta en imaginar la situación que más conflicto suscita para el individuo responder asertivamente, e ir imaginándola, establecer una escala de todas las acciones aunque se llevaría a cabo acompañado de un puntaje de la ansiedad que le produce del 1 al 10, por medio de la imaginación se llevara una asociación con un estado de relajación con el fin de que la ansiedad poco a poco disminuya hasta llegar a la conducta requerida sin tener la sensación de ansiedad.

Alberti y Emmons (1999), proponen 17 pasos para el entrenamiento asertivo que se ha mostrado su eficacia para combatir los círculos vicioso, en este caso aquellas personas que sólo actúan de manera sumisa y/o agresiva:

- 1) Observar el propio comportamiento: Consta de una evaluación sobre la asertividad del individuo, así como el grado de satisfacción que conllevan sus conductas.
- 2) Registro de las acciones asertivas: Consta en una hoja llevar el registro de las conductas que se ejercieron que giraban en torno a la asertividad, y se debe anotar como se actuó; si sumisa, asertiva o agresivamente. Poder hacer comentarios.
- 3) Fijación de metas realistas: Con base en la hoja de registro se lleva a cabo posteriormente una autoevaluación que permitirá ver los principales errores y con ellos poder fijar metas establecidas, sobre todo realistas.
- 4) Concentración en una situación particular: Consta en imaginar una situación, de preferencia una donde se hayan tenido problemas para resolver, visualizarla e imaginar ahora como se resolvería.
- 5) Análisis de respuestas: Consta en una autoevaluación de respuesta a fondo, checando detalles como el contacto visual, voz, expresión facial, ademanes, postura corporal y por supuesto contenido del mensaje.
- 6) Estudio de un modelo eficaz: Consta de la observación de un tercero, que pueda ver cómo actúa el aprendiz ante una situación y luego hacer comentarios.
- 7) Consideración de respuestas alternativas: Posiblemente las respuestas ejecutadas son adecuadas sin embargo podrían existir un abanico de respuestas acertadas, este paso consta en pensar en todas las alternativas posibles.
- 8) Enfrentando una situación imaginaria: Es muy parecido al paso 5 donde se imagina una situación, sin embargo, se busca perfeccionar la técnica, y no sólo se busca ser asertivo sino no dejar de ser uno mismo.
- 9) Práctica de pensamientos positivos: Consta en realizar un listado con pensamientos positivos que sirvan para enfrentar situaciones.
- 10) Conseguir ayuda si se necesita: En este punto hay una autoevaluación sobre las dificultades que se han tenido para ejecutar conductas asertivas, si han sido muchas y difícil de superar se debe buscar ayuda profesional.

- 11) Intentarlo: Se debe de poner en práctica nuevas formas de acción, sin dejar de lado la personalidad.
- 12) Retroalimentación: Consta en identificar puntos fuertes y debilidades, las primeras se fortalecen y las segundas se mejoran.
- 13) Adaptación del comportamiento: Los pasos que se llevaron a cabo con anterioridad como el 8,9,10,11 y 12 deben repetirse constantemente para adaptar el comportamiento y así alcanzar la meta que se había establecido.
- 14) Prueba en la vida real: Consta en que se ponga en práctica todo lo aprendido a una situación real.
- 15) Evaluación del resultado de la prueba: Consta en estudiar resultados, la eficacia obtenida y las metas, además de pedir la opinión a terceros nuevamente para una retroalimentación.
- 16) Continuación con el tratamiento: Consta en trasladar los procedimientos eficaces a otras situaciones problemáticas.
- 17) Establecimiento de refuerzos sociales: Este punto consta en el establecimiento de un ambiente asertivo, que permita seguir motivando al aprendiz para ejecutar las conductas asertivas.

### **Nivel educativo de los padres**

Cómo ya se analizó en párrafos anteriores: se aprende viendo de los modelos a seguir que son los padres, lo que respecta a esta tesis existen diversos factores que interviene en la crianza y educación de un hijo, entre ellas se encuentra el nivel educativo de los padres, el cual es considerado como un fenómeno que resulta de diversos hechos, entre ellos, sociales, individuales y culturales.

Estudios han revelado la relación entre ciertas habilidades psicosociales como la autoestima, autoconfianza y autorregulación que influyen hasta un 18% en el rendimiento escolar.

Cuando se habla del nivel académico no sólo implica algún documento que avale esa información o los conocimientos que se hayan adquirido hasta cierto nivel, sino también se habla de actitudes y hábitos que se desarrollan a través de la convivencia de los pares, aprendizajes como resultado de las experiencias y



reflexiones incluso como resultado de temas revisados en clase, que permiten una mejor adaptación en otros ambientes donde se desenvuelve el individuo, tales como la familia, debido a que una buena adaptación en la escuela repercute a generalizar en el bienestar. Así mismo si hay un poco desarrollo de habilidades psicosociales por ende una mala adaptación en la escuela se transforma en un factor de riesgo en el desarrollo integral del individuo (Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún, 2012).

Por ende la educación es de gran importancia para expandir las fronteras del individuo y permitir un desarrollo más amplio en todas las esferas de la vida. El nivel educativo debe considerarse como un factor influyente en la formación de la personalidad, que en el caso de los padres influiría en la crianza de los hijos, por ende en la formación de sus hijos. Desde esta misma línea, en lo que respecta a esta tesis, el desarrollo de la asertividad por parte de los padres podría verse influida por su nivel educativo.

## Capítulo V

### Método

#### Justificación

La adolescencia es una etapa con múltiples cambios en todas las áreas de desarrollo del ser humano: afectiva, social, física y cognitiva, sin embargo, el área social es indispensable para una buena adaptación en esta etapa, debido a que repercute en las demás áreas y es de vital importancia para la formación de la personalidad, por ende, influirá en las conductas y actitudes que tenga en las etapas posteriores como la adultez y vejez.

De acuerdo con Delval (2000), socialmente los adolescentes son caracterizados por ser rebeldes, arriesgados y tener mala relación con los padres, debido a que llega a existir cierto rechazo hacia los mismos y hay una escisión de identificación con los padres pero se compensa con figuras famosas, amigos y pareja, sin embargo, de acuerdo con Santrock (2006) se ha comprobado que a pesar de los problemas y desapego que puede llegar a existir, los padres son importantes figuras de apego y apoyo para que los adolescentes se adapten a las nuevas experiencias y si se llegan a tener relaciones positivas con los mismos, éstas permiten prevenir algunos factores de riesgos. Sin embargo, también tienen una gran importancia las amistades debido a que éstas sirven como redes de apoyo para el momento en que los adolescentes se alejen de los padres, y sirven como figuras de identificación por las experiencias similares a las que atraviesan.

Debido a lo anteriormente expuesto las relaciones sociales en la adolescencia cumplen un rol primordial para un buen desarrollo, y las encargadas de permitir un buen acercamiento a las personas son las habilidades psicosociales ya que cumplen el papel de herramientas que permiten relacionarse de manera sana y eficaz con los individuos, dentro de esta gama de herramientas la asertividad permite la expresión de sentimientos, pensamiento y deseos respetando los derechos de los demás y los propios por lo tanto su desarrollo debe ser primordial para un mejor desenvolvimiento en la sociedad y los padres, a pesar de ser las principales figuras

de apego y apoyo, son los principales ejemplos en la manera de socializar, por lo tanto las conductas asertivas en su mayoría son aprendidas por los padres, de acuerdo al grado de estudios se espera que entre mayor sea éste las personas hayan recibido más aprendizajes que hayan permitido desarrollar esta habilidad mucho mejor, por añadidura es de relevancia social saber ,en primer lugar, si existe una relación entre el grado de estudios de los padres y el nivel de asertividad de los alumnos y si existe de qué manera se pueden crear programas para que el estudio pueda intervenir para el desarrollo de las habilidades psicosociales y los padres como podrían concientizar la enseñanza de las mismas y que podrían hacer para fomentarlo.

### **Planteamiento del problema**

Las habilidades psicosociales tienen múltiples beneficios en la vida social y personal de los individuos, tener una carencia de las mismas desencadenara consecuencias negativas en la vida de las personas, ya que no se puede dejar de lado que somos seres sociales y que desde el nacimiento y posteriormente en todas las etapas de la vida se estará en contacto con otros individuos, en el caso de la infancia y la adolescencia son etapas que tienen un gran impacto en la consolidación de la personalidad, si se toma como referencia que desde la infancia no hay una estimulación adecuada para el desarrollo de las mismas se presentaran las primeras consecuencias negativas, que si el individuo no sabe o no desarrolla esas habilidades, seguirá padeciendo en la adolescencia y hasta la vida adulta.

De acuerdo con Peres (2005), las conductas más comunes que demuestran las escasas habilidades psicosociales son: el miedo a las interacciones con los pares y hacer amigos en la vida real, hay una comunicación ineficaz, muestran dificultades en entablar una conversación, dificultades en expresar ideas y en defender sus propios derechos, el realizar alguna petición o pedir ayuda y cuando llegan a presentar algún sentimiento negativo la manera de expresarse nuevamente no es la adecuada pues encuentran dificultades para hacerlo, si siente enojo puede expresarse de una manera bastante sumisa.

Pichardo et. al. (2008), muestran algunas consecuencias negativas de los déficits en las habilidades psicosociales como la asertividad: comienzan por los problemas personales como baja autoestima, desajustes psicológicos, incluso depresión e indefensión, también la literatura señala que hay una baja aceptación por los pares lo cual puede llegar al rechazo e incluso al aislamiento social, pues al no saber cómo relacionarse el individuo con sus pares trae como consecuencia que el individuo no pueda adaptarse al medio ambiente y por ende lo excluyan, de acuerdo con Castenyer (2010) se puede agregar niveles de ansiedad muy elevados y problemas somáticos. También puede presentar inadaptación no sólo social sino también académica, problemas escolares que incluyen bajas notas, reportes seguidos e incluso hasta expulsiones de la escuela. Al igual que es más fácil caer en factores de riesgo, que en el caso de la adolescencia los más comunes son: delincuencia juvenil, alcoholismo, drogadicción, embarazos no deseados e incluso a atentar contra sus propias vidas o bien lógralo y suicidarse.

Si bien los padres son el primer centro de socialización de los individuos, debido a que son los primeros seres humanos con los que el infante interactúa: son las bases que permiten el paso de un ser biológico a un ser social, le enseñan reglas de convivencia, modales, comportamientos, actitudes etc. Por añadidura fungen el papel de maestro y ellos de aprendiz, específicamente en este caso son el modelo a seguir de acuerdo con sus comportamientos de las habilidades psicosociales, ya que se debe de recordar que la principal manera para desarrollar las habilidades psicosociales y por ende la asertividad: es el aprendizaje social, teniendo un modelo del cual se aprende por observación o imitación, en este caso si los niños y adolescentes observan conductas asertivas donde sus padres expresen sus pensamientos, emociones y deseos de una manera adecuada respetando los derechos y necesidades de los demás y los propios, tendrán un mayor desarrollo de la asertividad, aunado a los conocimientos adquiridos de acuerdo al grado también se habla de actitudes y hábitos que se desarrollan a través de la convivencia de los pares, aprendizajes como resultado de las experiencias y reflexiones incluso como resultado de temas revisados en clase. Por lo tanto, de acuerdo al nivel de escolaridad de los padres existe cierto nivel de sociabilidad y de

habilidades psicosociales y por añadidura se espera que exista una relación con la enseñanza de la misma en los adolescentes.

De acuerdo a lo anterior se observa el problema que conlleva el tener un escaso desarrollo de la asertividad en la etapa de la adolescencia y sus múltiples cambios y se concientiza la importancia que tienen los padres en la enseñanza de esta, por lo tanto, el problema a plantearse en lo que respecta a esta tesis es el siguiente:

¿Existe alguna relación entre el nivel de asertividad de alumnos de escolaridad media básica y el grado escolaridad de sus padres?

**Objetivo general:**

Conocer si existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica y la escolaridad de sus padres.

Objetivos específicos:

- Identificar la escolaridad de los padres de alumnos de educación media básica
- Medir el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica

**Hipótesis:**

1. H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica y la escolaridad de sus padres

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de los alumnos del nivel media básica y la escolaridad de los padres.

2. H1: Existe una relación estadísticamente significativamente entre el nivel de asertividad y el género de los alumnos del nivel media básica.

H0: No existe una relación estadísticamente significativamente entre el nivel de asertividad y el género de los alumnos del nivel media básica.

**Variables de tipo atributivo:**

Variable 1: Nivel de escolaridad de los padres

Definición conceptual: Último grado académico cursado trunco o completamente por los tutores de los alumnos de nivel media superior.

Definición operacional: La respuesta de los participantes al dato sociodemográfico solicitado sobre la escolaridad de los padres.

1. Ninguno
2. Primaria
3. Secundaria
4. Preparatoria
5. Universidad
6. Posgrado

Variable 2: Conductas asertivas

Definición conceptual: Habilidad psicosocial integrada por un componente cognitivo y conductual que permite expresar lo que pensamos, sentimos y deseamos, respetando los derechos y necesidades de los demás y propios, sin caer en la sumisión o violencia.

Definición operacional: Las respuestas de los participantes al test de asertividad de Rathus

**Diseño:** Correlacional.

**Escenario:** La investigación se llevó a cabo en la escuela secundaria pública 304 Juan Rulfo de la alcaldía de Tláhuac, Ciudad de México, en los respectivos salones de los grupos de 3A, 3B, 3C ,3D y 3E, ubicados en el tercer piso de la escuela secundaria, las dimensiones del aula eran aproximadamente de 4 metros por 8 metros, dentro de cada aula se encontraba un pizarrón en la parte de enfrente, 16 mesas de dos personas con sus respectivas sillas y un escritorio para el profesor y su respectiva silla. Eran salones iluminados, con ventanas amplias de la parte del pasillo y su paralelo y sin cortinas (Anexo 1)

**Participantes:**

Participaron de forma voluntaria 151 estudiantes del nivel educativo medio básico de la, pertenecientes a la secundaria pública diurna 304 Juan Rulfo, todos cursantes de tercer año.

**Muestra:**

Incidental

**Tipo de muestreo:**

No probabilístico por conveniencia.

**Instrumentos:** Test de Asertividad de Rathus (Anexo 2)

El test de Asertividad de Rathus es una escala tipo Likert formada por 30 reactivos de los cuales 16 son formulados en sentido desfavorable y 14 en favorable. Se utilizó la versión adaptada al español por León y Vargas (2009) validada y estandarizada en una muestra de 615 adultos de Costa Rica se obtuvo un nivel de confiabilidad calculando el alfa de Cronbach con .84.

Tiene 6 opciones de respuesta:

+3 Muy característico de mí, extremadamente descriptivo

+2 Bastante característico de mí, bastante descriptivo

+1 Algo característico de mí, ligeramente descriptivo

-1Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo

-2 Bastante poco característico de mí, no descriptivo

-3 Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo

El método para calificar la escala es la suma de todas las respuestas de los reactivos, cambiando el signo a negativo de algunos reactivos: 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 y 30.

Como se muestra en la Tabla 1 los resultados se ubican entre -90 y 90+ y de acuerdo a puntaje final se ubican dentro de 7 categorías:

Tabla 1. *Categorías de Test de asertivas de Rathus*

Número	Categoría	Puntuación
1	Definitivamente inasertivo	-61 a -90
2	Muy inasertivo	-31 a -60
3	Inasertivo	-16 a -30
4	Asertividad confrontativa	-15 a 15
5	Asertivo	16 a 30
6	Muy asertivo	31 a 60
7	Definitivamente asertivo	61 a 90

Fuente: Elaboración propia

Cabe señalar que en la parte superior del test se pedían los datos sociodemográficos de los alumnos, tales como: edad, sexo y escolaridad de los padres.

#### **Procedimiento:**

Se asistió a la escuela secundaria solicitando la autorización para poder realizar la investigación, una vez autorizado el permiso, se tuvo contacto directo con los estudiantes de tercer año explicándoles el objetivo de la investigación y proporcionando el consentimiento informado (anexo 3) que se llevarían a casa para firmar con sus tutores y lo regresarían la próxima semana. Se asistió por segunda vez, se recogieron los consentimientos informados y se dieron explicaciones breves y concisas sobre cómo se debía responder el test y se preguntó si había dudas, posteriormente se entregó a cada uno de los alumnos el test de asertividad de Rathus, la aplicación por cada grupo de aproximadamente 30 alumnos fue de 20 minutos, cada vez que un alumno terminara de responderlo se acudía a su lugar



revisando que hubieran contestado todos los reactivos y llenado los datos sociodemográficos que se solicitaban, en dado caso que hubieran omitido alguno se les preguntaba. Al término de la contestación de los test por grupo se dio las gracias por la colaboración y finalmente se habló con los directivos para agradecer.

#### **Análisis de datos:**

A los datos brutos emanados de los cuestionarios fueron tratados estadísticamente a través de los siguientes estadísticos. Para poder crear la base de datos y posteriormente correlacionar los datos obtenidos en el test de asertividad y la escolaridad de los padres, sin dejar de lado identificar la diferencia por género.

- Correlación en SPSS versión V
- Prueba no paramétrica coeficiente de correlación Spearman
- Prueba no paramétrica U de Mann-Whitney
- Prueba T-Student para dos grupos.

## Capítulo VI

### Resultados

Los estadísticos utilizados para la propia investigación fueron: la prueba no paramétrica de *coeficiente de correlación de Spearman* ( $\rho$ ) para conocer la correlación entre dos variables con nivel de medición ordinal y a su vez conocer la fuerza de relación, también se utilizó la prueba no paramétrica U-Mann Whitney (U) con el fin de comparar y ver las posibles diferencias existentes de una variable con nivel de medición ordinal y dos muestras. O grupos.

De acuerdo a la prueba Spearman se encontró que no existe una correlación estadísticamente significativa entre las variables de escolaridad de los padres y el nivel de asertividad con un valor de significancia *vitalita* de .213 y un coeficiente de correlación de Spearman con valor de -.116.

Entre las variables de escolaridad de las madres y el nivel de asertividad con un valor de significancia *vitalita* de .456 y un coeficiente de correlación de Spearman con valor de -.068, con base a estos resultados la 1.H1 se rechaza y se aprueba la 1.H0.

Las frecuencias obtenidas de acuerdo a la escolaridad de los padres y madres son las que se muestran en la tabla 2.

Tabla 2 *Frecuencia de escolaridad*

Grado	Madres	Padres
No se recuperó*	30	33
Sin escolaridad	3	2
Primaria	8	8
Secundaria	49	56
Preparatoria	36	31
Licenciatura	23	19
Posgrado	2	2

Fuente: Elaboración propia

Nota: No se recuperó\* indica los datos de las madres y padres que no se obtuvieron debido a que los alumnos desconocían el dato.

Las frecuencias de acuerdo al puntaje obtenido en el test de asertividad en los 151 alumnos se muestran en la tabla 3.

Tabla 3 *Frecuencias obtenidas del nivel de asertividad*

Categoría de acuerdo al test De asertividad de Rathus	Frecuencia
Definitivamente inasertivo	1
Muy inasertivo	8
Inasertivo	18
Asertividad confrontativa	86
Asertivo	31
Muy asertivo	7
Definitivamente asertivo	0

Nota: Se observa la frecuencia obtenida en cada categoría de acuerdo a los resultados obtenido en el test de asertividad de Rathus

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a los resultados obtenidos en la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes, con un nivel de significancia de .947 se encontró que no existe una diferencia estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad y el sexo de los alumnos, por lo tanto, la 2.H1 se rechaza y se aprueba la 2.H0.

La muestra fue de 151 alumnos de tercer grado, de acuerdo al sexo la distribución obtenida se observa en la figura 1

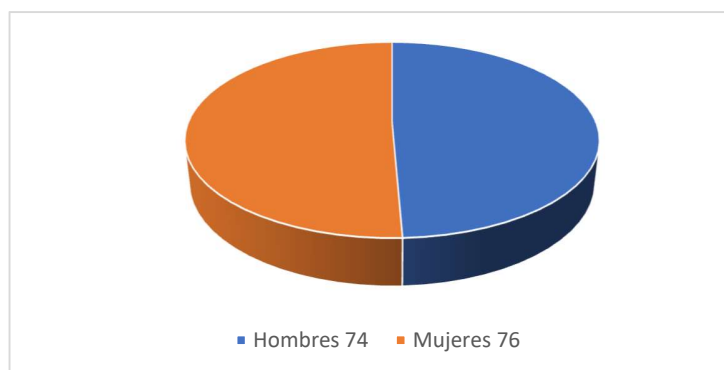


Figura 1 *Sexo de los alumnos*

Fuente: Elaboración propia

La Tabla 3 muestra la frecuencia obtenida en cada categoría de acuerdo a los resultados del test de asertividad de Rathus, la Tabla 4 especifica la frecuencia respecto al sexo.

Tabla 4 *Frecuencias obtenidas del nivel de asertividad*

Categoría de acuerdo al test de asertividad de Rathus	Mujeres	Hombres
Definitivamente inasertivo	0	1
Muy inasertivo	4	4
Inasertivo	8	10
Asertividad confrontativa	46	40
Asertivo	15	16
Muy asertivo	3	4
Definitivamente asertivo	0	0

Nota: Se observa la diferencia entre ambos sexos y la categoría obtenida como resultado del test de asertividad de Rathus.

Fuente: Elaboración propia

## Discusión

De acuerdo a la pregunta de investigación planteada en esta investigación: *¿Existe alguna relación entre el nivel de asertividad de alumnos de escolaridad media básica y el grado escolaridad de sus padres?* Y con los resultados obtenidos en la prueba de correlación de Spearman se demostró que no existe una correlación positiva entre la variable del nivel de asertividad de los alumnos y la variable de escolaridad de los progenitores de los alumnos. En la escolaridad de los padres se obtuvo un valor de correlación Spearman de -116 y en el caso de las madres se obtuvo un valor de correlación Spearman de -068, debido a esto se puede pensar en una posible relación negativa entre las variables, lo cual indica que la escolaridad de los padres no influye en el nivel de asertividad de los alumnos, por lo tanto la primera hipótesis alterna se rechaza y se acepta la hipótesis nula ya que no existe una correlación estadísticamente significativa.

Con base a esos resultados el objetivo general fue cumplido: *conocer si existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica y la escolaridad de sus padres.*

El que la hipótesis alterna haya sido rechazada permite abordar desde dos puntos de vista diferentes este fenómeno: el primero de ellos permite analizar que si no hay una prueba que respalde la relación entre el nivel de escolaridad y el nivel de asertividad de los propios progenitores, como ya se mencionaba en el marco teórico, se pensaría que el tener una educación más elevada habría permitido el desarrollo o potencialización de habilidades psicosociales más que en los progenitores que tienen un nivel de escolaridad menor (entiéndase como menor el nivel educativo básico: primaria, secundaria y bachillerato y como mayor el nivel educativo licenciatura y posgrado) debido a todas las experiencias que pudieron tener en la escuela al convivir con más gente y desempeñar tareas y trabajos con sus compañeros que permitieron desempeñar estas habilidades, por lo tanto la escolaridad no es una variable que influya determinadamente en el desarrollo de las habilidades psicosociales.

Demostrado lo anteriormente expuesto presta a poner atención y deja a reflexionar ciertas cuestiones cómo: ¿qué factores son determinantes para el desarrollo de habilidades psicosociales? ¿en qué ámbito se permite un mayor desarrollo de estas? ¿por qué? Así, con base a estos cuestionamientos poder intervenir desde la psicología para un mejor desarrollo de estas, debido a que si se ubica el punto primordial para el desarrollo de estas se podrá trabajar desde la raíz. Sobre esta línea se podría pensar que el desarrollo podría ser el resultado de un conjunto de factores y ámbitos, por lo que el buscar un ámbito o factor primordial sería en vano, posiblemente ninguno es determinante para el desarrollo de las mismas, en ese caso sólo se podría estudiar que ámbito y/o factor influye más, mas no cual es determinante sin embargo desde esta visión se está dando por hecho esta hipótesis, que los progenitores de acuerdo al nivel educativo que poseen está relacionado con su nivel de asertividad y así mismo ha intervenido para la educación y su desarrollo en sus hijos.

Aquí es cuando se puede mirar desde un segundo punto de vista, en primer lugar no sé tiene la certeza de lo anteriormente expuesto, debido a que se desconoce el nivel de asertividad de los padres y por ende que esté relacionado con su nivel de escolaridad, por lo mismo que se desconoce también existe la posibilidad de que sea como se piensa, que a un mayor nivel educativo se tenga un nivel de asertividad mayor, si fuese este el caso da a reflexionar que los progenitores y por ende la crianza y enseñanza de las habilidades psicosociales, en este caso la asertividad, no es determinante para el desarrollo de las mismas en los hijos o bien no se transmite de una manera adecuada a los hijos, pensando que los padres si los poseen pero los hijos no. O bien los progenitores tienen un bajo nivel de asertividad y por ende han transmitido de la misma manera esa habilidad psicosocial. Dentro de esta misma línea surgen cuestionamientos como ¿qué técnicas son las más eficaces para la enseñanza de habilidades de padres a hijos?

De acuerdo a las frecuencias obtenidas, el promedio del nivel de escolaridad de los padres y madres fue educación secundaria, debido a que de 118 padres el 37%, (56 padres) llegaron a ese nivel, mientras que de 121 madres el 32%, (49)

estudiaron hasta ese nivel. Esta cifra es seguida de un 20% de los padres que estudiaron hasta el nivel bachillerato (31) y en el caso de las madres también ocupa el segundo lugar con un 23% (36). En tercer lugar, es ocupado en ambos progenitores por el nivel licenciatura, en el caso de los padres con un 12% (19) y en el caso de las madres con un 15% (23). El cuarto lugar es ocupado nuevamente en ambos casos por el nivel de estudios primaria, con un 5% en ambos casos (8 madres y 8 padres). El quinto lugar si se encuentra una diferencia nimia, debido a que en el caso de las madres el 2% (3), no tienen ningún grado de estudios, y en el caso de los padres lo ocupa con un 1% aquellos que no tienen ningún grado de estudio y también con un 1% los padres que cuentan con un posgrado, equivalente a dos de ellos. Finalmente, el sexto lugar es ocupado en el caso de las madres con un 1% (2) aquellas que cuentan con un posgrado. Por medio de estos resultados el objetivo específico fue cumplido: *identificar la escolaridad de los padres de alumnos de educación media básica.*

El párrafo anterior demuestra que el promedio del nivel de educación en los progenitores de los alumnos encuestados fue el nivel secundaria, lo cual apoya las estadísticas recientes sobre la educación promedio de los mexicanos que es considerada aún como educación básica. También se puede analizar que no hubo gran diferencia en el nivel de educación de los padres y de las madres debido a que el promedio fue el mismo por género y cada nivel tenía casi la misma frecuencia por género. Desafortunadamente no se recolectaron 63 datos sobre el nivel de escolaridad de los progenitores, 30 datos perdidos en el caso de las madres y 33 perdidos en el caso de los padres. Los datos perdidos fueron consecuencia de varios factores que más adelante se expondrán en las limitaciones de la investigación.

Una variable que posiblemente pudo influir, como en la mayoría de las investigaciones, fue la deseabilidad social, debido a que los alumnos quisieron anotar un nivel de escolaridad más alto del que sus padres tenían, como ya se hizo mención al momento de recoger los test se verificaba que no dejaban ningún espacio en blanco y a veces se tenía que preguntar sobre el nivel de escolaridad de sus

progenitores, en uno de esas ocasiones se preguntó a una alumna si el nivel de escolaridad que había anotado era sólo para su padre o para ambos, sentada a su lado se encontraba su amiga e intervino en el dialogo expresando que los padres de la primer chica no habían estudiado hasta ese nivel. Por añadidura se puede reflexionar sobre cuantos datos se pudieron contestar de la misma forma, desafortunadamente no se obtuvo ningún documento que avalará la veracidad con que fueron respondidos.

De acuerdo a los resultados las frecuencias de los puntajes obtenidos en el test de asertividad en los 151 alumnos indican que el promedio fue la asertividad confrontativa con un 57% (86 alumnos) Lo cual señala que la mayoría de los alumnos se encuentra en la media, que es la asertividad confrontativa, esto significa que tienen un concepto adecuado de lo que tienen que hacer, como: expresar sus derechos y respetar los de los demás, expresar lo que quieren, piensan y sienten de una manera adecuada, no humillar o ser groseros con las demás personas al querer que se respete su postura, etc. Sin embargo, sólo se tiene el concepto, pero no se lleva a cabo en la práctica tal cómo se piensa que se debería hacer, ya sea que en la práctica no siempre se refleje lo que se cree y piensa, en ocasiones no lo son y puede que su comportamiento varié de la agresividad a la sumisión.

Realmente la asertividad confrontativa es la media dentro de las categorías, por lo que se esperarí que la población obtuviera mayor puntaje dentro de esta categoría. Debe señalarse que la adolescencia es una etapa donde aún está en formación gran parte de la personalidad y por añadidura las habilidades psicosociales aún se encuentran en el proceso de formación, por la tanto nos lleva a cuestionamientos como ¿el nivel de asertividad obtenido en el test de Rathus cambiara cuando se llegue a la adultez? O en otras palabras ¿la habilidad psicosocial asertividad se desarrollará más? Y si la adolescencia es una etapa donde aún está en formación e desarrollo de la misma ¿cómo se podría incidir en las escuelas o desde casa para el desarrollo de la misma?

Aunado a lo anteriormente expuesto, el segundo lugar con un 20%, equivalente a 31 alumnos, fue el nivel asertivo el cual refiere que los alumnos pueden tener en la



mayoría de las ocasiones conductas asertivas sumado a pensamientos de saber cómo actuar asertivamente, esto quiere decir que existe una congruencia entre lo que se piensa y se dice. Aunque no en todas las ocasiones se actúa asertivamente la mayor parte de las veces si se hace, así mismo ocurre en la categoría inasertivo que ocupa el tercer lugar con un 11% (18 alumnos) sin embargo ocurre a la inversa, los alumnos no saben expresar sus ideas o defender sus derechos adecuadamente y por ende no lo hacen, pocas son las ocasiones que responden asertivamente, sin embargo lo llegan hacer pocas veces, es lógico pensar que si no se conoce como actuar adecuadamente pocas veces se llevara a la práctica.

El cuarto lugar es ocupado por dos lugares, tanto por muy asertivo como por muy inasertivo, con un 4% y 7 alumnos en cada caso, como se expuso en las categorías de asertivo o inasertivo de igual forma en el caso de muy asertivo se sabe cómo actuar y prácticamente siempre existe una congruencia en su proceder, por el contrario las personas muy inasertivas no saben cómo defender o expresar sus ideas, ya sea mostrándose agresivas o sumisas y por añadidura al momento de expresarlo no lo hace, en esta categoría cambia la frecuencia con la que se responde asertiva o inasertivamente pues es más notoria que en la categoría anterior.

Finalmente, con un 1% (2 alumnos) se encuentra la categoría definitivamente inasertivo, en este caso el alumno casi nunca sino es que nunca ha podido responder a una situación asertivamente. Cabe señalar que ningún alumno obtuvo el puntaje para pertenecer a la categoría de definitivamente asertivo, lo que da que pensar.

Como se pudo observar realmente fue mucha la diferencia del primer lugar donde fueron 40 los alumnos con asertividad confrontativa a los lugares consecuentes, sin embargo fueron más los alumnos que se orientaron hacia el extremo de la asertividad a los que se fueron hacia la parte de la inasertividad, debido a que fueron 20 a 15, sin embargo debe señalarse que un alumno obtuvo el puntaje de la categoría definitivamente inasertivo, fue el puntaje más bajo y por ende ubicado hacia el extremo de la inasertividad.

Por lo tanto, se analiza que la mayoría de los alumnos de tercer año de la secundaria Juan Rulfo tienen una asertividad confrontativa, saben cómo actuar asertivamente mas no siempre lo llevan a la práctica, un pequeño grupo de alumnos son asertivos, saben cómo actuar asertivamente y casi siempre lo hacen, y aún menos alumnos son inasertivos, no saben cómo actuar asertivamente y casi nunca actúan asertivamente.

Por lo anteriormente expuesto el segundo objetivo planteado en esta investigación se cumplió, el cual era medir el nivel de asertividad de alumnos de educación media básica.

Ya se ha analizado los resultados obtenidos de los alumnos respecto al test de asertividad de Rathus, su nivel de asertividad, sin embargo no se ha hecho aún la diferencia por sexo, lo cual lleva a la segunda hipótesis planteada en esta tesis, de acuerdo a los resultados dentro de la asertividad confrontativa de los 86 alumnos 46 fueron mujeres y 40 hombres, de los 31 alumnos asertivos 16 fueron hombres y 15 mujeres, de 18 alumnos inasertivos 10 fueron hombres y 8 mujeres, tanto en la categoría muy inasertivo o muy asertivo se obtuvo una frecuencia de 8 donde se distribuyeron equitativamente, tanto 4 hombres como 4 mujeres y definitivamente en la categoría inasertivo solo hubo un alumno y era hombre. De acuerdo a estos resultados se llevó acabo la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes y con un nivel de significancia de .947 se rechazó la hipótesis alterna y se aceptó la hipótesis nula, por lo tanto, no existe una relación estadísticamente significativamente entre el nivel de asertividad y el sexo de los alumnos del nivel media básica.

Aunando más sobre la misma línea podemos ver claramente en los resultados obtenidos que las frecuencias por sexo fueron muy similares, no se aprecia una gran diferencia entre ellos, simplemente el promedio se encuentra ligeramente más concentrado en el sexo femenino, y la distribución hacia la parte asertiva o inasertiva se observa que en ambos extremos el sexo masculino tiene mayor frecuencia, por lo que ligeramente los hombres son más asertivos, pero también más inasertivos que las mujeres.

Esta hipótesis descarta la idea de que las mujeres sean más sociales y por ende tengan un nivel de asertividad mayor que los hombres, por el contrario, más hombres obtuvieron los puntajes de asertivo y muy asertivo en comparación con las mujeres. Esto da a reflexionar que ambos sexos tienen la misma socialización y habilidades para ella. Finalmente, las diferencias obtenidas fueron nimias por lo tanto se entiende que no haya sido estadísticamente significativa la diferencia.

## Conclusiones

Para concluir esta tesis debe manifestarse que no existe una relación entre nivel de escolaridad de ningún progenitor (padres o madres) y el nivel de asertividad de sus hijos, lo cual descarta la idea de que dependiendo del nivel de escolaridad hay un mayor desarrollo de las habilidades psicosociales y por ende una mejor estimulación para su desarrollo en los hijos.

El promedio tanto en el nivel de escolaridad de los progenitores como en el nivel de asertividad fue la media de distribución de ambas, en el caso de la escolaridad el nivel secundaria y en cuanto al nivel de asertividad la confrontativa.

También debe mencionarse que no existe relación entre el sexo de los alumnos y el nivel de asertividad, ambos sexos tuvieron diferencias nimias en la distribución de los resultados obtenidos en el test de asertividad. Por lo tanto, se dejan de lado las ideas que afirman que las mujeres son más sociales que los hombres y por añadidura tienen un mejor desarrollo de las habilidades psicosociales. Hasta el momento, tomando en cuenta su desarrollo, socialización, educación y contexto, el desarrollo de la asertividad ha sido el mismo en ambos casos.

Un punto importante en el cual se debe hacer hincapié es en la experiencia de haber trabajado en la secundaria a tratar, debido a que el contexto en el cual está ubicada refleja muchas cuestiones a analizar. Una de ellas y desde mi punto de vista la más importante, son los factores de riesgo a los cuales están enfrentados los alumnos que viven en esa zona, como bien es conocido Tláhuac es una alcaldía con altos índices de violencia, drogadicción e inseguridad. En los pocos días que se visitó esta escuela se observó que la zona es poco agradable en varios sentidos: la ubicación es dentro de una colonia peligrosa, rodeada de un bazar callejero y unidades peligrosas, donde al llegar a la escuela era común encontrarse con gente fuera de ella fumando marihuana (personas que se observó atendían el bazar), aunado a que la calle estaba en reparación y se encontraban máquinas y muchos mototaxis que atendían el lugar.

Los días que se asistió al lugar se presentó la oportunidad para platicar con los profesores del lugar, específicamente con dos de ellos que hicieron énfasis en los mismos aspectos: la escuela tenía un gran problema de drogas, debido a que la gente que vivía en las unidades de enfrente se dedicaban a vender drogas y sus principales compradores era los alumnos de la secundaria, también expusieron la inseguridad de trabajar en esa zona debido a que frecuentemente había asaltos y ellos llegaron a ser víctimas de tales actos. Ambos profesores expresaron que el ambiente de la secundaria era pesado y pensaban pedir su cambio.

Algunas estadísticas importantes que permitirían analizar un poco más la situación de esta alcaldía son reflejadas por el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL), en su informe anual sobre la pobreza y el rezago social en el 2014 de 151,715 personas que habitan en esa delegación el 38.5% se encontraban en pobreza, 138,168 (equivalente al 35%) estaban en pobreza moderada y 13,547 (equivalente a un 3.4%) estaban en pobreza extrema. En el mismo año la condición de rezago educativo afectó a 43,162 (equivalente a 10.9%) personas habitantes de esta alcaldía, lo que se interpreta como una gran carencia social.

En cuanto al servicios de salud 179,804 personas (equivalente a 45.6%) no tuvieron acceso. Un dato que permite ver lo explicado en los párrafos anteriores es la falta de seguridad social, donde 238,324 personas reportaron no tener condiciones de una seguridad social siendo un 60.4% de la población, se habla de más de la mitad de las personas que habitan esta alcaldía.

Finalmente, un dato relevante la carencia por acceso a la alimentación donde 72,416 personas. (equivalente a 18.4%) no tiene un acceso a la comida sana y tres veces al día. Otro dato importante es el que la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT) realizada en el 2016 y 2017 demuestra que la población de 12 a 17 años (pertenecientes a la etapa de la adolescencia) en la última encuesta realizada (2011) aumentó un 3.1% debido a que ahora es un 6.4% los adolescentes que alguna vez han consumido,

Estos datos reflejan la realidad que vive esta alcaldía, lo cual lleva a ciertos cuestionamientos como el hecho de la obvia necesidad de planes de intervención para trabajar con los factores de riesgos más comunes de acuerdo a la zona y el contexto, y sobre todo ¿hasta qué punto los planes de intervención pueden ayudar a combatir estos riesgos? ¿un taller de 10 sesiones será suficiente?

Es notorio que el problema debe combatirse desde raíz, pero se debe reconocer que se habla de problemas no sólo culturales, van más allá de eso, se habla de una estructura política, social y económica construida a tal grado que querer prevenir o intervenir en este tipo de problemas lo hace más complicada debido a que se debe trabajar desde muchos puntos.

### **Limitaciones y Recomendaciones**

#### **Limitaciones**

Una limitación mencionada anteriormente fue el hecho de los datos perdidos los cuales fueron consecuencia de varios factores como que los alumnos desconocieran el nivel de educación que tenían sus progenitores, tenía conocimiento del dato sin embargo por algún factor no quisieron revelarlo o bien su participación en la investigación les era indiferente. Cabe señalar que en la primera sesión se les explico en qué consistía la investigación y se les hizo entrega del consentimiento informado para que la próxima sesión lo devolvieran firmado y también se les pidió que preguntaran a sus padres sobre el nivel de escolaridad que cada uno tenía sin embargo muchos lo olvidaron. De acuerdo al promedio se esperaba que la mayoría de esos 63 datos perdidos se incorporaran al nivel de escolaridad de secundaria, sin embargo, pudieron haber caído en otro nivel.

El hecho de entregarles con anticipación el consentimiento informado se prestó a que muchos de ellos lo extraviaran o bien por el plazo en que se entregó y se recogió (una semana) se olvidaron de él.

Un fenómeno que también se presentó en los datos perdidos fue el hecho de que los alumnos no vivieran con alguno de sus progenitores, debido a que su madre o padre eran solteros, en ese caso se dejaba el lugar en blanco, sin embargo, cuando

vivían con algún padrastro o madrastra se anotaba el nivel de escolaridad que él o ella tenía.

Considerada como una posible limitación fue la disposición de algunos alumnos para colaborar en la investigación, es entendible que la etapa de la adolescencia muestre estados de ánimos variados o bien tengan afinidad por causar desorden en el aula de clases, lo cual causó que algunos test de asertividad fueran resueltos con poca atención o bien con indiferencia por los propios alumnos, debido a este hecho se eliminaron 5 test.

### **Recomendaciones**

Anteriormente ya se han expuesto ligeramente algunas recomendaciones, sin embargo no está demás puntualizarlas.

- Con base a los resultados obtenidos se torna una necesidad en cuanto a conocer la relación entre el nivel de escolaridad y el nivel de asertividad de los padres y conociendo esta relación realizar otro estudio que manifieste la relación entre ambos niveles de asertividad (el de los progenitores y los hijos).
- Estudiar las técnicas más frecuentes que los progenitores utilizan para estimular el desarrollo de las habilidades psicosociales y así poder crear planes de intervención con los progenitores que permitan la enseñanza de las técnicas más eficaces y exitosas, recordando que no sólo se trabajará con los hijos sino también con los progenitores, llevando a cabo un aprendizaje mutuo.
- Conocer los ámbitos que más influyen en el desarrollo de habilidades psicosociales, aparte del hogar, y con base en ello conocer nuevamente las técnicas más eficaces e intervenir para un desarrollo de estas.
- Respecto al contexto donde se trabajó, con base en las estadísticas demostradas anteriormente se muestran necesidades obvias, por lo tanto debe buscarse la prevención de factores de riesgos a los que están expuestos como: adicciones, violencia, inseguridad, deserción escolar, embarazos no deseados etc. E incorporar a las intervenciones temas como

el desarrollo de habilidades psicosociales: empatía, asertividad, toma de decisiones, manejo de ira adecuado, autoestima, autocuidado etc. De acuerdo con Fromm (2008) el cambio que plantea para una nueva naturaleza de ser humano es trabajar por medio de valores como la solidaridad, cooperatividad y lealtad, debido a que se busca una nueva visión y actitud en el ser humano, deben promoverse acciones como el compartir, comprender con cierto carácter productivo y amoroso. Por lo tanto también podría impartirse educación de valores como: respeto, compañerismo, amor, libertad, tolerancia, honestidad, responsabilidad, etc. Aunque parezca imposible o una utopía la lucha contra este tipo de problemas, no se debe olvidar que la escuela es la segunda casa de los alumnos y por ende la labor que se intente realizar tendrá frutos, por más mínimos que sean. Citando nuevamente a Fromm (2008) cualquier meta por más difícil que parezca tiene un toque de realismo. En conclusión se debe intervenir desde un punto de vista más humanista, debido a que al ser consciente de la importancia del otro y del poder empatizar con la situación ajena, permitirá combatir muchos problemas sociales.



## Referencias

- Adrián, J. y Rangel, E (s/f). La transición adolescente y la educación. En el *Aprendizaje y desarrollo de la personalidad*.
- Aguilar, S., Tamayo, I., Chiroso, L. (2014). Estudio de la dimensión subjetiva de la toma de decisiones en estudiantes de bachillerato mediante el Cuestionario de Estilo de Decisión en el Deporte (CETD). *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9 (1).209-220.
- Aláez, M. y Juan, A. (2003). Adolescencia y salud. *Papeles del Psicólogo*, 23 (84), 45-53.
- Alberti, E, y Emmons, M. (1999). *Viviendo con autoestima*. México: Pax México.
- Ardiles, R., Dubini, P., Cardozo, G. y Fantino, I. (2011). Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. *Psicología Desde el Caribe*, (28) 107-132. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21320758006>
- Barragán, A. y Morales, M. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19 (1), pp. 103-118.
- Betina, A. y Contina, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, XII (23), 159-182. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18424417009>
- Butts, G. (2007). Manejo de la ira en la mediación. *Conceptos y Estrategias. Portularia*. VII (1-2), pp-17-38.
- Cano, M. y Zea, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4 (1), pp.58-67.
- Castanyer, O. (2010). *La asertividad expresión de una sana autoestima*. España: Deseslée de Brouwer.
- CONEVAL. (2013).Informe Anual Sobre la Pobreza y Rezago Social. Recuperado de: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/32189/Distrito\\_Federal\\_011.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/32189/Distrito_Federal_011.pdf)
- Contini, N. (2008). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la psicología positiva. *Psicodebate y Psicología, Cultura y Sociedad*, IX (45-64). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5645279.pdf>
- Del Bosque, F. y Aragón, L. (2008). Nivel de adaptación en adolescentes mexicanos. *Interamerican Journal of Psychology*, 42 (2), 287-297.

- Delval, J. (2000). *El desarrollo humano*. España: Siglo veintiuno editores.
- Domínguez, J., López, A. y Álvarez, E. (2014). Implicación de variables sociales y educativas en la conducta asertiva adolescente. *Aula Abierta*, (43), 26-31  
Recuperado de [http://ac.els-cdn.com/S0210277314000286/1-s2.0-S0210277314000286-main.pdf?tid=277e9a54-8468-11e6-9b85-00000aacb360&acdnat=1474949535\\_24aa82b7a578f00b202b4ea08a72a9c3](http://ac.els-cdn.com/S0210277314000286/1-s2.0-S0210277314000286-main.pdf?tid=277e9a54-8468-11e6-9b85-00000aacb360&acdnat=1474949535_24aa82b7a578f00b202b4ea08a72a9c3)
- ENCODAT. (2018). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco.  
Recuperado de: [https://drive.google.com/file/d/1zIPBiYB3625GBGIW5BX0TT\\_YQN73eWhR/view](https://drive.google.com/file/d/1zIPBiYB3625GBGIW5BX0TT_YQN73eWhR/view)
- Fernández, P., López, B. y Márquez, M. (2008). Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Revista Anales de Psicología*, 24 (2), 284-298  
Recuperado de [http://www.um.es/analesps/v24/v24\\_2/12-24\\_2.pdf](http://www.um.es/analesps/v24/v24_2/12-24_2.pdf)
- Flores, D. (2010). El autocontrol y las adicciones. *Elementos: Ciencia y Cultura*. 17 (77), 3-7.
- Fromm, E. (2008). *Tener o ser*. Fondo de Cultura Económica. México: Ciudad de México
- Fontana, N. y Oros, I., (2015). Niños socialmente hábiles: ¿Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas? *Revista Interdisciplinaria*, (32), 109-125.  
Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18041090006>
- Garaigordobil, M. y Maganto, C. (2011). Empatía y resolución de conflictos durante la infancia y la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 43 (2), 255-266.  
Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342011000200005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342011000200005)
- García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *Revista de Educación*, (12), 225-240.  
Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5352/b16450188.pdf?...2>
- Gardner, H. (1987). La teoría de las inteligencias múltiples. *Santiago de Chile: Instituto Construir*.  
Recuperado de <http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de,20>.
- Givaudan, M., Romero, A. y Barriga, M. (2012). Efecto del programa "Yo quiero, yo puedo...tener éxito en la escuela" en la transición de primaria a secundaria en escuelas rurales del Estado de Chiapas. *Psicologia da Educação*, (34), 186-206.  
Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-69752012000100010&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752012000100010&lng=pt&tlng=es).

- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1990). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22 (2), pp. 265-282.
- León, C., Rodríguez, C., Ferrel, O y Ceballos, O. (2009). Asertividad y autoestima en estudiantes de primer semestre de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad pública de la ciudad de Santa Marta (Colombia). *Psicología Desde el Caribe*, (24), 91-105. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-417X2009000200005&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2009000200005&lng=en&tlng=es).
- León, M. y Vargas, T. (2009). *Validación y estandarización de la Escala de Asertividad de Rathus (R.A.S.) en una muestra de adultos costarricenses*. *Revista Costarricense de Psicología*, 28 (41-42), 187-207
- Lillo, J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*. 1 (90), 57-71.
- López, J., Aran, T. y Richaud. P. (2014) Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 21(1), 2014, 37-51. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79929780004>
- López, M. (2013). *Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes*. (Tesis de Maestría). Universidade Fernando Pessoa, Portugal. Recuperado de <http://www.gacinvestigacion.com/wp-content/uploads/2014/03/Tesina-Asertividad-Estado-Emocional-y-Adaptaci%C3%B3n-en-Adolescentes.pdf>
- López, G., Herrera, Y. y Fernández, I. (2011). Manejo asertivo del enojo en adolescentes a través de un taller vivencial. *Uaricha Revista de Psicología*, 8 (17), 49-61. Recuperado de [http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha\\_0817\\_049-061.pdf](http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha_0817_049-061.pdf)
- Lozano, V. (2014). Teoría de teorías sobre la adolescencia. *Última década*. s/v (40), 11-36.
- Luca, C., Rodríguez, R y Sureda, I. (2004). *Programa de habilidades sociales en la Enseñanza Secundaria Obligatoria ¿Cómo puedo favorecer las habilidades sociales de mis alumnos?* España: Ediciones Aljibe.
- Luna, A., Laca, F. y Cedillo, L. (2012). Toma de decisiones, estilos de comunicación en el conflicto y comunicación familiar en adolescentes bachilleres. *Revista de Psicología*, 17 (2), pp. 295-311.
- Luna, A. y Laca, F. (2014). Patrones de toma de decisiones y autoconfianza en adolescentes bachilleres. *Revista de Psicología*, 32 (1), 39-65.
- Macedo, B. (2006). Habilidades para la vida: Contribución desde la educación científica en el marco de la Década de la educación para el desarrollo sostenible. *Congreso Internacional de Didáctica de las Ciencias*. Cuba. Recuperado de

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Habilidades%20para%20la%20vida%20.%20Macedo%20.%20Cuba.pdf>

- Mantilla-Uribe, B., Oviedo-Cáceres, M., Hernández-Quirama, A. y Hakspiel-Plata M. (2015). Intervención educativa con docentes: fortalecimiento de habilidades psicosociales para la vida y hábitos saludables con escolares en Bogotá. *Revista Facultad Nacional Salud Pública*, 33(3), 406-413. DOI: 10.17533/udea.rfnsp.v33n3a10.
- Mestre, V., Tur-Porcar, A., y Richaud, M., y Mesnurado, B. (2012). Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Universitas Psychologica*, 11 (4), pp- 1263-1275.
- Montoya, Z., Arango T., Sánchez, D. y Puerta, L. (2014). Teoría de la mente y empatía como predictores de conductas disociales en la adolescencia. *Escritos de Psicología-Psychological Writings*, 7 (1), 20-30. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271031278003>
- Montoya, I. y Muñoz, I. (2009). Habilidades para la vida. *Compartimos*, 4 (1-5). Recuperado de [http://cefire.edu.gva.es/sfp/revistacompartim/arts4/02\\_com\\_habilidades\\_vida.pdf](http://cefire.edu.gva.es/sfp/revistacompartim/arts4/02_com_habilidades_vida.pdf)
- Morales, M., Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de zona rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 98-113. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-40412013000300007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412013000300007&lng=es&tlng=es).
- Naranjo, M. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Costa Rica Actualidades Investigativas en Educación*, (8)1, 1-27. Recuperado de <http://revista.inie.ucr.ac.cr>
- Ortega-Ruiz, R. (2007). La convivencia: un regalo de la cultura a la escuela. *Revista de Educación de Castilla-La Mancha Toledo*, (4), 50-54. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/39219654\\_La\\_convivencia\\_un\\_regalo\\_de\\_la\\_cultura\\_a\\_la\\_escuela](https://www.researchgate.net/publication/39219654_La_convivencia_un_regalo_de_la_cultura_a_la_escuela)
- Ortega, M. C., López, S. y Álvarez, M. L. (s/f). Las habilidades sociales. En *Ciencias Psicosociales I*. Open course ware.
- Ovelar, M. (2012). *Color ABC*. Ciencias de la naturaleza y de la salud: Cambios físicos: caracteres sexuales primarios y secundarios. Recuperado de: <http://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/cambios-fisicos-caracteres-sexuales-primarios-y-secundarios-415610.htm>
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. y Oyarzún, M. (2012). Habilidades sociales y rendimiento académico. *Revista Acta Colombiana de Psicología*, 15 (2), pp 21-28.

- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, F. (2010). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw Hill.
- Peres, X. (2005). Déficit de habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas en una entidad privada de la ciudad de la paz. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 3(1), 21-56. Recuperado de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612005000100003](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612005000100003)
- Pichardo, M., García, T., Justicia, F. y Llanos, C. (2008). Efectos de un programa de intervención para la mejora de la competencia social en niños de educación primaria en Bolivia. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8(3), 441-452. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen8/num3/216/efectos-de-un-programa-de-intervencion-para-ES.pdf>
- Rezk, M. (1976). Autocontrol: nociones básicas e investigación fundamental. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 8 (3), pp.389-397.
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia: ACDE.
- Rojas, T. (2006). Planificación cognitiva en la primera infancia: una revisión bibliográfica. *Acta Colombiana de Psicología*, 9 (2), pp. 101-114.
- Salguero, J., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D. y Castillo, R. (2011). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 4 (2), pp. 143-152.
- Santos, M. A., y Lorenzo, M. M. (1999). La vía comunitaria en las instituciones cerradas: Un programa educativo de habilidades sociales. *Revista de Ciencias de la Educación*, 177, 79-95.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo, El ciclo de vital*. España: Mc Graw Hill.
- Serrano, M. y García, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria. *Multiciencias*, 10 (3),273-280.
- UNICEF. (2014). Adolescencia temprana y tardía. Recuperada de: <https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-adolescencia-temprana-y-tardia.pdf>
- Velázquez, M., Arellanez, J. y Martínez; A. (2012). Asertividad y consumo de drogas en estudiantes mexicanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(1), 131-141. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79824560013>
- Zúñiga, P. (2016). *Asertividad y consumo de alcohol en adolescentes de 15 a 16 años del Colegio Nacional Mariano Benítez del cantón San Pedro de Pelileo*. (Tesis de licenciatura). Universidad técnica de Ambato. Ecuador. Recuperado de

<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23670/2/Z%C3%BA%C3%B1iga%20Paredes%20Eduardo%20Luis.pdf>

Zaldivar, D., F. (1994). Entrenamiento asertivo, aprendizaje social y entrenamiento en habilidades sociales. *Revista Cubana de Psicología*, 12 (2), 100-107.

# Anexos

Anexo 1





## Anexo 2

### Test de asertividad

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Grado de escolaridad de tus padres: \_\_\_\_\_

Instrucciones: A continuación, se mostrarán los puntajes que indica que grado te caracteriza o describe, de acuerdo a ese valor responde la siguientes afirmaciones y coloca su puntaje sobre la casilla situada a la derecha.

- ✓ +3 Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.
- ✓ +2 Bastante característico de mí, bastante descriptivo.
- ✓ +1 Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.
- ✓ -1 Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo.
- ✓ -2 Bastante poco característico de mí, no descriptivo.
- ✓ -3 Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

No.	Ítem	Respuesta
1	Mucha gente parece ser más agresiva que yo	
2	He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez	
3	Cuando la comida que me han servido en un restaurante y no está hecha a mi gusto me quejo con el mesero/a	
4	Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado	
5	Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir "no"	
6	Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué	
7	Hay veces en que provoco abiertamente una discusión	
8	Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición	
9	En realidad la gente se aprovecha con frecuencia de mí	
10	Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños	
11	Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo	
12	Rehúyo telefonar a instituciones y empresas	
13	En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales	
14	Me resulta penoso devolver un artículo comprado	
15	Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto	
16	He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto/a	
17	Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar	
18	Si un algún expositor hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista	

19	Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores	
20	Cuando he hecho algo importante trato de que los demás se enteren de ello	
21	Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos	
22	Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, la busco cuanto antes para dejar las cosas claras	
23	Con frecuencia paso un mal rato al decir "no"	
24	Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena	
25	En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal servicio	
26	Cuando me alaban con frecuencia, no sé qué responder	
27	Si dos personas en el cine o en una conferencia entran hablando demasiado alto, les digo que se callen o que se vayan a hablar a otra parte	
28	Si alguien se me cuela en una fila, le llamo abiertamente la atención	
29	Expreso mis opiniones con facilidad	
30	Hay ocasiones en que soy incapaz de decir algo	

**Anexo 3**

Universidad Nacional Autónoma  
De México  
Facultad de Estudios Superiores  
Carrera de Psicología



Por medio del documento se le informa que la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza está llevando a cabo una investigación sobre conductas asertivas en estudiantes del nivel media básica, por lo cual se requiere la participación de los alumnos contestando un test sobre asertividad. La información brindada será totalmente confidencial y usada con fines meramente investigativos.

De ser asignado el permiso para la colaboración de la investigación se solicita la firma y nombre completo del tutor, por lo tanto: se autoriza la participación del alumno \_\_\_\_\_ inscrito en el grupo 3\_\_\_\_ para responder un test de asertividad llevado a cabo por la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.

Gracias por su participación.

Fecha: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Firma y nombre completo del tutor