



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA

UNAN – FAREM – MATAGALPA

**MONOGRAFÍA PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADAS EN TRABAJO
SOCIAL**

Tema:

Comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa, I semestre, 2019.

Autoras:

- ✓ Br. Cindy Massiel Oporta Martínez.
- ✓ Br. Hazel Rosemary Diaz Matus.
- ✓ Br. Zorayda de los Ángeles Flores Díaz.

Tutora:

Msc. Analy María Castillo Herrera

Abril, 2019



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA

UNAN – FAREM – MATAGALPA

**MONOGRAFÍA PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADAS EN TRABAJO
SOCIAL**

Tema:

Comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa, I semestre, 2019.

Autoras:

- ✓ Br. Cindy Massiel Oporta Martínez.
- ✓ Br. Hazel Rosemary Diaz Matus.
- ✓ Br. Zorayda de los Ángeles Flores Díaz.

Tutora:

Msc. Analy María Castillo Herrera

Abril, 2019

Título

Comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa, en el municipio de Matagalpa, I Semestre, 2019.

Agradecimiento

Le agradecemos a **Dios** por darnos la vida, la sabiduría, el entendimiento, la salud y la fortaleza para culminar con éxito nuestros estudios.

A la Universidad:

Por los conocimientos adquiridos y prepararnos profesionalmente a través del estudio, valores, sensibilización a cerca de distintas problemáticas sociales que nos ayudan a ser más conscientes, humanistas y contribuir al bienestar social, por medio de la práctica.

A la escuela;

Directora:

Por brindarnos la mano con el permiso y el espacio para realizar nuestra investigación y confiar en nosotras.

Maestros/as:

Por apoyarnos incondicionalmente con el permiso de su clase para trabajar la realización de los talleres con los estudiantes.

A los estudiantes:

Por su apoyo incondicional y ser los protagonistas principales de nuestra investigación, por el amor, cariño, respeto y contribuir con su tiempo para las intervenciones de la problemática.

A nuestra tutora Analy Castillo:

Por su apoyo, dedicación y tiempo para la realización de nuestra monografía a través de su experiencia y conocimientos acerca del tema, por sus críticas constructivas que nos ayudaron a ser mejores personas.

A la profesora Cinthya Portillo:

Por apoyarnos con sus conocimientos metodológicos al brindarnos técnicas que nos ayudaron a ser más conscientes, humanistas y para la realización de nuestro trabajo monográfico.

Hazel, Zorayda y Cindy

Dedicatoria

Dedicó este trabajo: **al creador del universo** por darme salud y la maravillosa oportunidad de caminar, en la lucha constante de ver realizado mis estudios y demostrarme en las adversidades como fue mi enfermedad que nunca estoy sola, siempre en la vida hay personas maravillosas que nos acompañan en nuestro caminar.

A mi madre **Inés del Carmen Díaz Pérez**, por su apoyo brindado hacia mi persona durante toda la vida. Te amo mucho mamá.

Mi hermana **Sarahi Flores Díaz**, por ser la mejor y la única, la que me ha apoyado y ayudado cuando más he necesitado. Te amo mucho manís.

También agradezco a mis profesores a los cuales quiero y aprecio mucho por todo su apoyo y conocimientos brindado ellos son: **Analy Castillo, Cinthya Portillo, Francisco Altamirano, Magdalena Espinoza, Juan Alfaro, Julieta küll y Magda Gómez.**

Al grupo de estudiantes de V año por ser compañeras que me regalaron ánimo y apoyo, en especial a Diana Rayo que estuvo en mis días más difíciles; de igual manera a mis compañeras de trabajo Cindy Oporta y Hazel Díaz, ya que hemos superado dificultades juntas.

A Nidia Díaz e Irella Granado por ser personas muy especiales en mi vida, que han contribuido a mi crecimiento personal, las amo y aprecio mucho.

Zorayda de los Ángeles Flores Díaz.

A Dios quien supo guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se me presentaban enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

A mis padres; Marcos Antonio Díaz Muñoz y Sonia Matuz Mairena, por su apoyo, consejos, amor, comprensión, ayuda en los momentos difíciles, por hacer de mi vida una buena persona; mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, perseverancia y mi coraje para conseguir mis objetivos.

A mi hijo; Anthony Alessandro Artola Díaz, por ser el pilar fundamental de mi vida y el que me regala inspiración para seguir luchando día a día.

A mi esposo Jonsthon Antonio Artola Cárdenas por su amor, su confianza y sus palabras de ánimo para estar en la constancia de mis estudios.

A mis hermanas Sonia Díaz y Anielka Díaz; por darme la mano y estar presentes en momentos difíciles.

A mi suegra Susana Cárdenas, por su apoyo y dedicación en cuidar de mi hijo estos cinco largos años de estudio.

A mis maestros. En especial al profesor **Francisco Altamirano**, quien se tomó el arduo trabajo de transmitirme sus conocimientos y experiencias, especialmente de los campos y temas que corresponden a mi profesión; pero además de eso ha sido el quien ha sabido encaminarme hacia lo correcto y quien me ha ofrecido sabios consejos y sugerencias para lograr mis metas y lo que me proponga.

A mis compañeras Zorayda Flores y Cindy Martínez; quienes me apoyaron y me permitieron entrar en sus vidas durante estos dos años de proceso.

Hazel Rosemary Díaz Matus.

Primeramente, al ser supremo **Dios**, por permitimos la vida, la salud, la sabiduría, fortaleza para el logro de mis metas.

A mi madre, Herminia Martínez Colindres, por darme su amor y apoyo incondicional toda su vida y los sacrificios que hizo para que yo estuviese donde estoy ahora, por los valores y principios que me ha enseñado para ser mejor persona cada día, gracias madre, te amo.

A mis hijas: Briana Daniela Guerrero Oporta y Emily Arianna Guerrero Oporta, por ser el pilar fundamental de mi vida, la inspiración y mi fortaleza que necesito todos los días para salir adelante, por quienes realizo todas mis metas, las amo mis niñas.

A mi esposo: Daniel Adonis Guerrero Buchting, por su amor incondicional y por apoyarme día a día en todos mis logros, por la confianza y el respeto para realizarme profesionalmente.

A mis abuelitos/a: Fabio Alejandro Martínez y Aura Estela Colindres, a quienes, mientras estuvieron con vida, me dieron todo su amor y consejos, me brindaron su apoyo cuando más lo necesite y me enseñaron a no rendirme ante nada, gracias mis viejitos.

A mi suegra: María Victoria Buchting y a mi cuñada: Noelia Guerrero Buchting, por apoyarme en lo más importante, con el cuidado de mis hijas, para que yo asistiera a mis clases y lograra culminar mis estudios con éxitos a ustedes les doy las gracias y les dedico este logro.

A mis amigas: Xiomara Vásquez y Seyling Mairena, por apoyarme todos estos años de estudio y por su cariño, comprensión y amistad en los momentos difíciles, gracias amigas las quiero mucho.

A mis compañeras: Zorayda y Hazel, por ayudarme en los momentos difíciles y por su comprensión cuando tuve dificultad, fueron muy importantes en este proceso.

A mis maestros/as: Francisco Altamirano, Analy Castillo, Cinthya Portillo, Magdalena Espinoza, Juan Ignacio Alfaro, por brindarme el pan de la enseñanza que he adquirido en estos años, por su apoyo en los momentos difíciles, les agradezco mucho y que sigan siendo las grandes personas que son.

Cindy Massiel Oporta Martínez

VALORACIÓN DEL TUTOR

Tengo a bien informar en mi carácter de tutora del trabajo monográfico **“Comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado A del colegio público Solingalpa durante el I semestre 2019”**, presentado por las egresadas: **Zorayda de los Ángeles Flores Díaz, carné 14063570, Cindy Massiel Oporta Martínez, carné 14063954 y Hazel Rosemary Díaz Matus, carné 14060863**; que cumple con todos los requisitos establecidos en el Reglamento vigente de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-Managua, y con las metodologías y estructura requeridas para ser presentado ante el honorable Comité Académico Evaluador para optar al título de Licenciadas en Trabajo Social.

Las referidas autoras del trabajo de investigación, durante la tutoría demostraron de manera permanente mucha dedicación, constancia y compromiso, pero también el deseo de aprender, cambiar y aportar de manera discreta en el tema de Comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa durante el I semestre del 2019.

Es un trabajo investigativo que servirá de apoyo para estudiantes, docentes e interesados en la temática.

Analy María Castillo Herrera.

Tutora

UNAN-FAREM Matagalpa

Resumen

La asertividad fortalece el amor propio y la dignidad para exigir respeto. Debo empezar por respetarme a mí mismo y reconocer aquello que me hace particularmente valioso, es decir: debo quererme y sentirme digno de amor. Precisamente, la dignidad personal es el reconocimiento de que somos merecedores de lo mejor. Así como nos sentimos amados e importantes cuando alguien nos defiende y nos cuida, de igual manera la autoestima sube como espuma cuando nos resistimos a ser sacrificados, utilizados o explotados. (Castanyer, 2013)

En esta investigación se abordó el tema de la comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado "A" del Colegio Público Solingalpa; realizado con la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP), que permitió a los actores e investigadores formar parte en el proceso de transformación; para llevar a cabo la investigación realizamos el autodiagnóstico que nos permitió reconocer si estábamos preparadas para realizar este estudio, además facilitó solucionar problemas internos del pasado que podrían afectarnos en el proceso de este trabajo. Luego procedimos a indagar sobre el tema y las metodologías a utilizar para el proceso; realizamos una validación del diagnóstico en el cual se encontraron las problemáticas principales que fueron; Bullying y comunicación asertiva; a través de una votación los estudiantes eligieron la comunicación Asertiva, entre los principales hallazgos encontrados durante el proceso están: la falta de escucha, falta de respeto entre estudiantes y poca empatía.

Palabras claves: **Comunicación asertiva- transformación- intervenciones.**

Índice de Contenido

TITULO	i
AGRADECIMIENTO	ii
DEDICATORIA	iii
VALORACION DEL TUTOR	iv
RESUMEN	v
1.1 Introducción	1
1.2 Planteamiento del problema.....	4
1.3 Justificación	5
1.4 Objetivos de la investigación	6
1.4.1. Objetivo General:	6
1.4.2. Objetivos Específicos:	6
2.1. Marco Referencial	7
2.1.1. Antecedentes.....	7
2.1.1.1Antecedentes teóricos	7
2.1.1.2Antecedentes metodológicos	11
2.1.1.3Antecedentes actitudinales.....	12
2.1.2Marco contextual	14
2.1.2.1Caracterización del lugar:.....	14
2.1.2.2Caracterización del Colegio:.....	15
2.1.3Marco Legal.....	16
2.1.3.1Legalidad de la Escuela.....	16
2.1.3.2Convención sobre los derechos del niño y la niña.	16
2.1.3.3La Ley No. 287 CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA	17
2.1.4Marco teórico.....	19
a. Caracterización Socio-demográfica.	19
Tabla 1. Caracterización del grupo	20
b. Comunicación Asertiva.....	21
c. Tipos de comunicación.	22
c.1. Verbal:.....	22
c.2. No verbal.....	22
d. Elementos de la comunicación.....	24
d.1. Contacto visual.	24
d.2. Expresión facial.....	25
d.3. Postura corporal.....	25
d.4. Gestos.....	26

e. Estilos o formas de comportamiento social.....	26
e.1. Asertivo.....	26
e.2. Pasivo.....	27
e.3. Agresivo.....	27
f. Características de los estilos de la comunicación.....	28
f.1. Pasiva.....	28
f.2. Agresiva.....	28
f.3. Asertiva.....	29
g. Habilidades para la comunicación.....	30
g.1. Escucha Activa.....	30
g.2. La empatía.....	30
g.3. Autoestima.....	31
g.4. Escuchar Genuinamente:.....	31
g.5. Practicar el reflejo.....	32
h. Cinco malos hábitos de escucha.....	32
h.1. Distraerse.....	32
h.2. Fingir que se escucha.....	33
h.3. Escuchar selectivamente.....	33
h.4. Escuchar solo las palabras.....	33
h.5. Escuchar egocéntricamente.....	34
i. Concepto de Derecho Asertivo.....	34
i.1. Derechos Asertivos.....	35
2.2. Preguntas Directrices.....	36
3.1 Diseño Metodológico.....	37
3.1.1 Paradigmas de la investigación.....	37
3.1.1.1 Paradigma socio-critico.....	37
3.1.2 Enfoque cualitativo.....	38
3.1.3 Diseño de investigación.....	39
3.1.3.1 Investigación acción-participativa.....	39
3.1.4 Población.....	39
3.1.5 Técnicas de recolección de la investigación.....	40
3.1.5.1 La observación:.....	40
3.1.5.2 Talleres de intervención:.....	40
3.1.6 Instrumento de recolección de información.....	41
3.1.7 Plan análisis de la información.....	42
4.1. Análisis y discusión de resultados.....	43
4.1.1. Diagnóstico.....	44
Tabla 2. Agenda del diagnóstico “validación de la problemática”.....	45

Validación del diagnóstico y creando confianza	47
Tabla 3. Segundo encuentro “creando confianza”	48
TABLA 4. Evaluación del equipo investigador	53
Tabla 5. Tercer encuentro “creando confianza”	55
Tabla 6. Evaluación del equipo investigador	59
4.1.2. Autodiagnóstico	60
Tabla 7. A nivel Conceptual.	61
Tabla 8. A nivel metodológico.	65
Tabla 9. A nivel Actitudinal.....	73
Tabla 10. Primer Taller de intervención	76
4.1.3. Intervención	79
Tabla 11. Evaluación del taller No.1 de intervención.....	81
Tabla 12. Segundo taller de intervención.....	83
Tabla 13. Tercer taller de Intervención	90
Tabla 14. Cuarto taller de Intervención.....	97
Tabla 15. Taller de evaluación intermedio	104
4.1.3.1. Evaluación del taller intermedio	106
Tabla 16. Evaluación del taller intermedio.....	107
Tabla 17. Quinto taller de intervención.	108
Tabla 18. Sexto taller de intervención.....	115
Tabla 19. Séptimo taller de intervención	123
Tabla 20. Evaluación del séptimo taller de intervención	129
Tabla 21. Octavo taller de intervención	131
4.1.3.2. Evaluación final de las Intervenciones	135
5.1. A manera de conclusiones.....	139
5.2. Recomendaciones	140
Bibliografía.....	142
ANEXOS	145

Índice de Tablas

Tabla 1. Caracterización del grupo.....	20
Tabla 2. Agenda del diagnóstico “Validación de la problemática”	45
Tabla 3. Segundo encuentro “Creando confianza”	48
Tabla 4. Evaluación del equipo investigador.....	53
Tabla 5. Tercer encuentro “Creando confianza”	55
Tabla 6. Evaluación del equipo investigador.	59
Tabla 7. Autodiagnóstico a nivel conceptual.....	61
Tabla 8. Autodiagnóstico a nivel metodológico.....	65
Tabla 9. Autodiagnóstico a nivel actitudinal.....	73
Tabla 10. Primer taller de intervención.....	76
Tabla 11. Evaluación del primer taller de intervención.....	81
Tabla 12. Segundo taller de intervención.....	83
Tabla 13 Tercer taller de intervención.....	90
Tabla 14. Cuarto taller de intervención.....	97
Tabla 15. Taller de evaluación intermedio.....	104
Tabla 16. Evaluación del taller intermedio.....	107
Tabla 17. Quinto taller de intervención.....	108
Tabla 18. Sexto taller de intervención.....	115
Tabla 19. Séptimo taller de intervención.....	123
Tabla 20. Evaluación del séptimo taller de intervención.....	129
Tabla 21. Octavo taller de intervención.....	131

Índice de Gráficos

Gráfico N°.1 Evaluación del equipo facilitador.....	87
Gráfico N°.2 Aprendizaje del grupo facilitador.....	88
Gráfico N°.3 Evaluación del grupo participante.....	89
Gráfico N°.4 Evaluación del equipo facilitador.....	95
Gráfico N°.5 Evaluación del grupo participante.....	96
Gráfico N°.6 Evaluación del equipo facilitador.....	102
Gráfico N°.7 Evaluación del grupo participante.....	103
Gráfico N°.8 Evaluación del equipo facilitador.....	113
Gráfico N°.9 Evaluación del grupo participante.....	114
Gráfico N°.10 Evaluación del equipo facilitador.....	121
Gráfico N°.11 Evaluación del grupo participante.....	122

Índice de Ilustraciones

Ilustración N°1 Mapa satelital del Colegio Público Solingalpa. Fuente: Google Maps.....	14
Ilustración 2: Dinámica de la bola de nieve. Fuente: Zorayda Flores.....	47
Ilustración 3: Árbol de problema. Fuente: Hazel Díaz.....	47
Ilustración 4: Creando confianza. Fuente: Cindy Martínez.....	50
Ilustración 5: exposición del tema. Fuente: Cindy Martínez.....	50
Ilustración 6: exposición del tema. Fuente: Cindy Martínez.....	51
Ilustración 7: rompecabezas. Fuente: Hazel Díaz.....	51
Ilustración: 8 “Dinámica de Presentación.” Fuente: Zorayda Flores.....	57
Ilustración: 9 “Dibujo de las emociones” Fuente: Hazel Díaz.....	57
Ilustración: 10 “Explicación de emociones y Sentimientos” Fuente: Zorayda Flores.....	58
Ilustración: 11 Evaluación y rifa Fuente: Hazel Díaz.....	58
Ilustración: 12“Dinámica de integración” Fuente: Hazel Díaz.....	79
Ilustración: 13 “Caracterización de los participantes” Fuente: Zorayda F ...	79
Ilustración No. 14 “caracterización de los participantes, fuente: Cindy.....	80
Ilustración: 15 “Presentación” Fuente: Hazel Díaz.....	85
Ilustración: 16 “Concepto de autoestima” Fuente: Cindy Martínez.....	85
Ilustración: 17 “Presentación” Fuente: Hazel Díaz.....	93
Ilustración: 18 “Explicación de estilos de comunicación” Fuente: Cindy Martínez.....	93
Ilustración: 19 “Relación de estilos de comunicación” Fuente: Hazel Díaz...	94
Ilustración: 20 “Evaluación del taller” Fuente: Cindy Martínez.....	94
Ilustración N°21 “Reglas de oro” Fuente: Hazel Díaz.....	100

Ilustración N° 22 “Respondiendo dudas sobre comunicación” Fuente: Cindy Martínez.....	100
Ilustración N°23 “El pañuelo” Fuente; Hazel Díaz.....	101
Ilustración N° 24 “Evaluando aprendizajes” Fuente: Zorayda Flores.....	101
Ilustración N° 25 “Dinámica el repollo” Fuente: Cindy Martínez.....	106
Ilustración N° 26 “Dinámica: el saludo” Fuente: Hazel Díaz.....	111
Ilustración N° 27 “Dramatización: Derechos asertivos” Fuente: Zorayda Flores.....	111
Ilustración N° 28 “Lectura: Derechos asertivos” Fuente: Cindy Martínez ...	112
Ilustración N°29 “Evaluación: Formas de escuchar asertivamente” Fuente: Hazel Díaz.....	112
Ilustración: N°30 “Ejercicio de escucha” Fuente: Zorayda F.....	118
Ilustración N°31 “Malos hábitos de escucha” Fuente: Zorayda Flores.	118
Ilustración N° 32 “Evaluación del taller de escucha” Fuente: Hazel Díaz ..	120
Ilustración N°33 “Dinámica de ejercicio corporal” Fuente: Hazel Díaz	127
Ilustración N°34 “Maneras de escuchar genuinamente” Fuente: Cindy Martínez.....	127
Ilustración N°35 “Identificación de maneras de escucha” Fuente: Hazel Díaz.....	128
Ilustración N°36 “Ejercicio de contención; vos te estas balanceando” Fuente: Hazel Díaz.....	128
Ilustración N°37 “El espejo” Fuente: Cindy Martínez.....	135
Ilustración N°38 “Evaluando aprendizajes” Fuente: Zorayda Flores.....	136
Ilustración N°39 “Diana” Fuente: Hazel Díaz.....	137
Ilustración: N°40 “Diana” Fuente: Hazel Díaz.....	137
Ilustración N°41 “Compartiendo con el grupo” Fuente: Cindy Martínez ...	138
Ilustración N° 42 “Despedida final” Fuente: Hazel Díaz.....	138

Capítulo I

1.1 Introducción

La presente investigación tiene como tema: Comunicación Asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del colegio público Solingalpa, I semestre, 2019. Es indispensable abordar esta problemática, ya que contribuye al bienestar personal y colectivo en las relaciones interpersonales. Se desarrolló bajo el método de Acción Participación (IAP), que busca obtener resultados fiables y útiles para mejorar situaciones colectivas, basando la investigación en la participación de los propios colectivos a investigar, que pasan de objetos de estudios a sujetos protagonista de la investigación; nuestra monografía presenta la siguiente estructura:

Parte I: Introducción la cual, según Córdoba (2004), “es una breve descripción del tema de investigación y del proyecto propuesto; señala los autores, teorías y conceptos fundamentales que comprenderán el estudio en donde se precisa el problema de la investigación” que, para Zapata (2005) “es la delimitación clara y precisa del objeto de investigación”.

Los antecedentes del problema de investigación que a como lo explica Tamayo (2004) “se trata de hacer una síntesis conceptual de las investigaciones o trabajos realizados sobre el problema formulado con el fin de determinar el enfoque metodológico de la misma investigación, justificación del problema de investigación y precisión del tema de investigación”.

Parte II: Objetivos de investigación los cuales, según Tejedor, (2006) “deben describir el propósito y el porqué de la investigación científica”.

Parte III: Aspecto teórico: Este apartado contiene el marco conceptual o teoría sobre el problema tratado.

Marco Teórico: “Está constituido por un conjunto de teorías, enfoques teóricos, investigaciones y antecedentes que se consideran válidos para el encuadre correcto de la investigación que se quiere realizar”, (Santalla, 2003)

Conocido también como Marco de Referencia “...Es la exposición y análisis de la teoría o grupo de teorías que sirven como fundamento para explicar los antecedentes e interpretar los resultados” (Munch, 1993)

“Es una descripción detallada de cada uno de los elementos de la teoría que serán directamente utilizados en el desarrollo de la investigación”. También incluyen las relaciones más significativas que se dan entre esos elementos teóricos (Méndez, 1993).

El marco teórico es la etapa en la que se reúne información documental para confeccionar el diseño metodológico de la investigación, es decir, el momento que establecemos cómo y qué información se recogerá, de qué manera se analizará ya aproximadamente cuanto tiempo se demorará la investigación. Simultáneamente, la información recogida para el Marco Teórico proporcionará un conocimiento profundo de la teoría que le da significado a la investigación. Es a partir de las teorías existentes sobre el objeto de estudio, como pueden generarse nuevos conocimientos.

Parte IV. Preguntas directrices: Contiene las interrogantes que orientan guían el proceso de investigación.

Parte V: Diseño metodológico: De acuerdo con Gutiérrez (1998) “consiste en el diseño o marco metodológico, como también se le conoce, el investigador deja indicada la forma en la que se realizara el estudio; o sea, como hacer la investigación, debe detallar información acerca de las partes o elementos que conforman el diseño. Estos elementos son: tipo de investigación, población y muestra, variables, concepción, Operacionalización e instrumentación. Técnicas de recolección de datos, fuentes de información, procesamiento y análisis de la información”.

Parte VI: Análisis e interpretación de resultados: Contiene el análisis e interpretación de resultados, describiendo el significado de gráficos e inferencia de los mismos.

Parte VII: Conclusiones: Aborda las conclusiones finales de acuerdo al problema, objetivos, preguntas directrices y análisis e interpretación de los datos recabados mediante la aplicación de instrumentos.

Parte VIII: Recomendaciones: Presenta las sugerencias orientadas a la propiciación del aprendizaje placentero.

Parte IX: Bibliografía a como lo plantea Solana (2002) “la palabra bibliografía proviene del griego biblión (libro) y graphein (escribir), y su significado original era, hacia el siglo III de nuestra era, “el arte y el oficio de los copistas”, es decir las referencias bibliográficas del tema de estudio”.

Parte X: Anexos: Muestra la Operacionalización de variables e instrumentos aplicados.

Esta investigación es un producto que se deja al servicio del cuerpo docente como una herramienta de análisis, reflexión y una guía que contribuya a mejorar el proceso de aprendizaje tanto de los estudiantes como del profesorado.

1.2 Planteamiento del problema

Por medio de un diagnóstico participativo que se llevó a cabo en el Colegio Público de Solingalpa con estudiantes de sexto grado “A”; se realizó un consenso de las problemáticas a través de un árbol de ideas, resultando el tema Bullying. Se realizaron múltiples charlas para generar confianza con el grupo en temas como: las emociones, los valores y plan de vida. En la interacción con los estudiantes se valoró que tenían problemas de comunicación, por tal inquietud se decidió volver a realizar un pre diagnóstico en el cual volvieron a surgir las problemáticas, las principales fueron; Bullying y comunicación asertiva, por medio de votación los estudiantes eligieron trabajar la comunicación asertiva.

Según Castanyer (2013) Ser asertivo es, ser capaz de ejercer y/o defender sus derechos personales, como decir “no”, expresar desacuerdo, dar una opinión contraria y/o expresar Sentimientos negativos sin dejarse manipular, como hace el sumiso, y sin manipular ni violar los derechos de los demás, como hace el agresivo.

Cuando una persona es asertiva, es esencialmente más segura y tiene mejores relaciones interpersonales, de esta forma sabe comprender y escuchar las expresiones y sentimientos de los demás, acepta a los otros tal y como son, y contribuye a tener una sociedad más humana.

Debido a todo este proceso surgió la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo mejorar la comunicación Asertiva en estudiantes de séptimo grado “¿A” del colegio público Solingalpa, departamento de Matagalpa?

1.3 Justificación

Se trabajó con estudiantes de séptimo grado para acompañar el proceso de transformación que les permita comunicarse asertivamente con sus compañeros de clase y en sus relaciones interpersonales, debido a que no se sienten escuchados y hay miedo de expresar sus sentimientos y pensamientos, también porque no hay prácticas cotidianas en sus convivencias personales que desarrolle un ambiente de asertividad.

Esta temática les facilitará a los protagonistas a ser más conscientes de su propia vida, es decir, a ser responsables de sus actitudes y de igual manera a darse cuenta que no es responsabilidad de ellos las acciones de los demás, potenciar ese compromiso de escucharse y amarse a sí mismo, porque no se puede dar lo que no se tiene y de esta forma podrán comunicarse asertivamente, será un aprendizaje para sus vidas.

Se logrará la transformación con la concientización a través de las intervenciones donde se trabaja la comunicación asertiva con la metodología de (IAP) lo que puede generar una enseñanza significativa para los participantes del proceso.

A los estudiantes se les hará más fácil tener una comunicación asertiva en su grupo, con los compañeros de clases, profesores, familias y su entorno social, a vencer miedos oprimidos, a exigir sus derechos y respetar las opiniones de los demás, que incluye ser empático(a), saber escuchar y tener un compromiso personal en estar en paz y amor con sí mismo.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo General:

- Acompañar el proceso de transformación en la comunicación asertiva de los estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa, I semestre, 2019.

1.4.2. Objetivos Específicos:

- Caracterizar socio-demográficamente a los protagonistas de la investigación.
- Promover la escucha activa en estudiantes de séptimo grado “A” como elemento principal para una comunicación asertiva.
- Propiciar técnicas que favorezcan la comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del Colegio público Solingalpa, en el I semestre, 2019.

Capítulo II

2.1. Marco Referencial

2.1.1. Antecedentes

A continuación, presentamos los principales antecedentes de nuestra investigación, de los cuales hemos dividido en: Teórico, presentamos los estudios que realizaron diferentes autores sobre comunicación asertiva y las técnicas que utilizaron para llevarse a cabo; Metodológico donde indagamos sobre los investigadores que utilizaron la metodología IAP en investigaciones similares a la nuestra y Actitudinales donde mostramos nuestra historia relacionada con el tema de comunicación asertiva.

2.1.1.1. Antecedentes teóricos

Durante la búsqueda de antecedentes sobre: Comunicación Asertiva en estudiantes de séptimo grado, en el Colegio Público Solingalpa 2019, no encontramos estudios referentes al tema que abordamos, pero si contenidos relacionados.

A continuación, presentamos los antecedentes relacionados con la temática abordada, tanto en el ámbito Nacional como Latinoamericano:

2.1.1.1.1A nivel Latinoamericano

México, Rodríguez, (1991) asertividad para negociar.

Establece que la negociación es una actividad permanente e inherente al ser humano, que se desarrolla en casi todas las actividades de su vida. Se negocia en la familia, y dentro de ella hay negociaciones distintas entre la pareja y en relación con los hijos; se negocia en el trabajo y en todas las actividades cotidianas.

Este libro aporta a nuestro trabajo de investigación a reconocer lo que no es hablar de sentimiento, por tanto:

- Concentrarse en decir lo que uno piensa: no es lo mismo lo que se piensa que lo que siente, pensar y expresar los propios pensamientos es importante y con frecuencia puede abrir el camino a la expresión de lo que estamos sintiendo, pero es

necesario estar sobre aviso de que desde el momento que empleamos la frase “yo pienso”, no estamos refiriendo nuestros sentimientos.

- Pensar que estamos expresando verdaderos sentimientos cuando explotamos y dejamos salir con rabia nuestra hostilidad: la falta de expresión de los sentimientos hace que éstos se acumulen hasta encontrar salida en forma violenta. Algunas personas creen, lo que es incorrecto, para expresar verdaderamente un sentimiento hay que hacerlo exageradamente.
- Sustituir sentimientos por racionalizaciones: como el sujeto no sabe expresarse a sí mismo, pone como pretexto y pantalla como: “mejor no digo nada; lo voy a herir”, o “entonces dejará de quererme”, o bien; “total, no tiene importancia”. Estos no son sentimientos son excusas.

México, Aguilar, (1987) como ser tú mismo sin culpa.

Nos dice que la educación que normalmente recibimos no nos adiestra necesariamente para comunicarnos positivamente con los demás; por el contrario, aprendemos a sentirnos inseguros, a ocultar, reprimir o tergiversar nuestros mensajes o convertir nuestra expresión en francas agresiones que humillan o lastiman haciéndonos sentir culpables después.

Este libro nos brinda el aporte en conocer una conducta no-assertiva, estas son las siguientes:

- Tener dificultad para rehusar una petición.
- Dejar que otros abusen de ti.
- No poder expresar con libertad los sentimientos.
- Sentir miedo al hablar en público.
- Experimentar culpa al expresar un deseo o incomunidad.
- Apenarse ante situaciones comunes.
- Sentirse víctima.
- Sufrir desmotivación, apatía, y hasta depresión.
- Posponer el enfrentamiento a situaciones humanas en donde es necesario aliviar conflictos.

- Abrumarse ante el exceso de demandas de los demás.
- Perder fácilmente la espontaneidad.
- Padecer porque se da más de lo que recibe.
- Acumular sentimiento a explotar.
- Dar demasiada importancia al “qué dirán”, o la aprobación de otros.
- Bloquearse cuando la expresión es necesaria.
- Hacer muchas cosas que realmente no se desean.
- Condolecerse ante la poca “valía” personal.
- Exceso de tensión y/o miedo en el intercambio social.

México, según Flores, (1987) asertividad: una habilidad social necesaria en el mundo de hoy.

La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo de un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en las demás y que generalmente resuelven los problemas de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Este documento nos ayuda a comprender que socialmente no existe una cultura que aporte a que la sociedad se desarrolle con asertividad debido, al mandato inflexible de la cultura choca con la realidad, ya que en ella hay demasiadas oportunidades para confundir el amor con el poder, la obediencia con el servilismo, la auto modificación con la pasividad, la flexibilidad con la corrupción.

2.1.1.1.2 A nivel Nacional

En Managua Según, Polanco, (2018) Como lograr una comunicación asertiva con nuestros hijos. ‘La comunicación asertiva es una comunicación basada en el respeto, en donde no solo el padre tiene derecho a ser respetado, sino también el hijo, donde se les respete sus ideas y se les permita expresar sus ideas. ‘`

Este trabajo brinda conocimiento como los padres deben comunicarse con sus hijos, para ello se debe hacer llamados de atención de manera positiva. Frases como lo “estás haciendo muy bien”, “seguí adelante”, si cometes un error “volví a intentar”, “no pasa nada que te equivoques”, frases afectuosas a través de las cuales se les expresé amor a nuestros hijos.

Managua para, Osorio, (2017) Comunicación asertiva.

Una de las claves para lograr una relación feliz. Existen tres tipos de niveles para las relaciones más profundas estos son: Nivel superficial, ¿qué hiciste? ¿Cómo te fue? Son preguntas más superficiales. Nivel intermedio, ¿Qué piensas hacer? Con esta interrogante se acerca más a una comunicación asertiva. Tercer nivel, ¿Cómo te sientes al respecto? Esta frase es propia de la comunicación asertiva, es profunda y busca comprender los sentimientos de los demás. En las relaciones de padres e hijos ya se conoce todo lo del hijo de manera superficial pero no se sabe lo que el hijo siente y piensa; ya que nunca se hace la pregunta ¿Cómo te sientes?

Esta información nos aporta como hacer preguntas en una conversación más asertiva, pero, además, comprender que los padres e hijos muy pocas veces se logran tener comunicaciones afectivas, debido a que las conversaciones son superficiales e intermedias.

2.1.1.1.3 A nivel Local

Matagalpa, según, Matamoros, (2001) comunicarnos mejor para disfrutar de las relaciones importantes de nuestras vidas.

“La comunicación, es un elemento de primera importancia en las relaciones sociales que establecemos. Cada vez se modernizan más las formas en que nos comunicamos

los seres humanos, pero lo más importante es cuando podemos establecer relaciones cercanas y armoniosas”.

Esté libro nos ayuda y aporta a nuestra investigación en brindar herramientas que ayude a la creación de la escucha activa y empatía:

- 1- Que no mezclemos el problema con la relación. Es decir, que no confundamos el ser con el que hacer; a la persona con su comportamiento.
- 2- Una manera de mejorar tu comunicación es dar a los otros lo que a vos te gustaría recibir de ellos.
- 3- Que desarrollemos nuestra capacidad de escuchar, la cual es una necesidad básica a la hora de resolver conflictos.
- 4- Aunque todos tenemos una capacidad de oír, no todos sabemos escuchar.

La escucha activa requiere que:

- No hables de vos misma, mientras la otra persona habla.
- No cambies el tema
- No aconsejes, no adivines lo que quiere decir, no critiques o corrijas, ni ataques.
- No pienses por adelantado lo que vas a decir
- No ignores los sentimientos de la otra persona solo porque te pone nerviosa.

Matagalpa, se encontró una monografía realizada por estudiantes de la UNAN, con un grupo de niños de 6to grado de la escuela Juan XXIII, municipio de Matagalpa, con el tema de comunicación intrafamiliar, nos dio algunos aportes sobre los tipos de comunicación verbal y no verbal, en si no de comunicación asertiva, ya que ellos trabajaron con otro enfoque. (Zelaya, 2017)

Por tal razón, de acuerdo a la revisión no se encontraron trabajos investigativos acerca de la comunicación Asertiva en Nicaragua, lo cual esta investigación es enriquecedora en conocimiento, pero también es reflexiva a nivel personal debido, a que la comunicación asertiva es fundamental en nuestras relaciones interpersonales y en el diario vivir.

Es la primera investigación que se realiza sobre comunicación Asertiva con un grupo de adolescentes, lo cual puede servir de apoyo a otros estudiantes que deseen trabajarla.

2.1.1.2. Antecedentes metodológicos

Las experiencias y conocimientos obtenidos en el transcurso de nuestras carreras son las siguientes:

Zorayda: En 2017 trabaje la Comunicación asertiva, utilizando la metodología de IAP con las chavalas del grupo de fútbol “Las emprendedoras del sur” en la comunidad Limixto-Matagalpa y también facilite un taller con amigos de las américas sobre comunicación asertiva y he venido trabajando temas que se relacionan con la comunicación en el movimiento de jóvenes Lidia Espinoza donde tengo seis años de trabajar con adolescentes.

Hazel: No he trabajado dicha temática; pero si he tenido la oportunidad de trabajar con adolescentes estudiantes del Colegio Público Solingalpa, utilizando la metodología de IAP con el tema de Bullying en el año 2017. He aprendido a comunicarme con las personas y tengo la experiencia de trabajar con ellos, es muy importante desarrollar metodologías que me ayuden a tener una experiencia personal porque el ámbito en que se necesita hacer énfasis es en el social.

Cindy: Este tema no lo he trabajado con grupos, pero manejo la información necesaria sobre comunicación y he utilizado la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP) en el año 2017, con grupos del colegio público de Solingalpa, donde he estudiado el tema del Bullying, lo cual fue una experiencia gratificante como trabajadora social, porque por medio de este tipo de metodología se puede transformar al grupo y es tan necesaria en nuestra carrera profesional

2.1.1.3 Antecedentes actitudinales

En cuanto al tema que abordamos “la Comunicación Asertiva” ha estado presente en nuestra vida de la siguiente manera:

Zorayda: En lo personal este tema me hace reflexionar mucho, en mi relación familiar, porque no tenemos una comunicación asertiva, debido a que no se da la escucha, empatía, comprensión y la falta de igualdad, sin embargo, con los procesos de concientización que, obtenido, me ayudado a desaprender prácticas y actitudes que me hacían sentir insegura y me sentía inferior a los demás. En lo actual siento que llevo a la práctica la comunicación asertiva en mis relaciones personales y colectivas donde me gusta escuchar a las personas y practicar la empatía para solidarizarme con sus sentimientos sin tener la necesidad de criticar ni juzgar.

Hazel: Siempre trato de poner en práctica la comunicación asertiva, para mí es una costumbre tomar las cosas con calma y no exaltarme. Es importante utilizarla diariamente en nuestras relaciones interpersonales, pero a veces es difícil ser asertivo en el día a día ya que a veces los problemas hacen que uno no actúe de manera adecuada, pero si trato de controlar mis actitudes, demostrando empatía, comprensión y tolerancia.

Cindy: Este tema me ha confrontado a nivel personal, porque en mi familia es poca la comunicación asertiva, desde pequeña he tenido una comunicación pasivo-agresivo, debido a que la falta de comunicación siempre ha estado presente, con mi mamá y mis hermanos no solía ser muy expresiva de mis problemas, prefería siempre contárselos a mis amigas íntimas pero nunca a ellos, ahora con mi actual familia que es mi esposo e hijas, trato de comunicarme de una manera adecuada pero a veces las circunstancias lo hacen difícil, este proceso de IAP me ha ayudado a reconocer mis problemas internos en cuanto a este tema, pero con los conocimientos y la experiencia he sabido valorar mejor la comunicación con mis seres queridos, ser más empática, tolerante, comprensiva, saber reconocer cuando alguien quiere violentar mis derechos y he aprendido a decir que no, cuando no deseo hacer algo solo para agradar a los demás, también que tengo que cambiar cosas negativas en cuanto a mis actitudes para con los demás, así seré mejor cada día y me servirá de mucho en mis relaciones interpersonales.

2.1.2 Marco contextual

2.1.2.1 Caracterización del lugar:

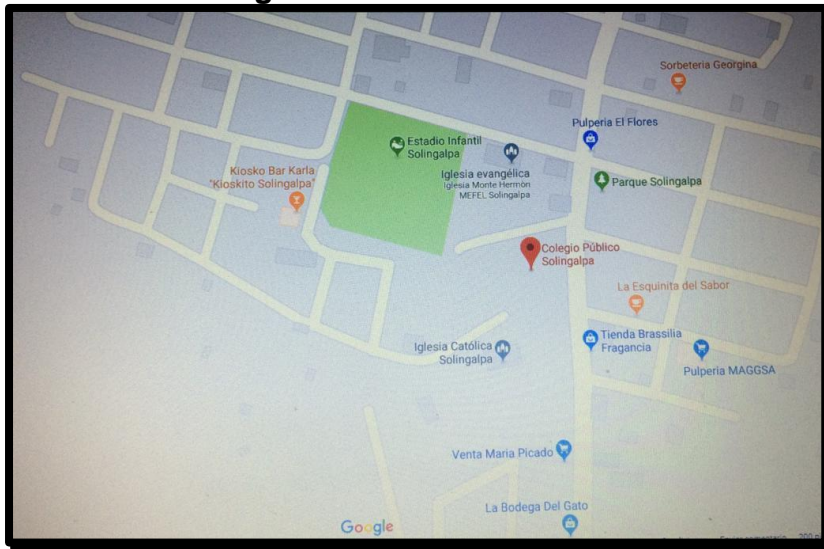


Ilustración N°1 Mapa satelital del Colegio Público Solingalpa.

Fuente: Google Maps.

Solingalpa es una ciudadela ubicada a 6 km al suroeste de la ciudad de Matagalpa, en 1977 hubo sus primeros habitantes entre los cuales estaban las siguientes comarcas o barrios, Invi, Cepad, Pedro Joaquín Chamorro, no se contaba con luz, ni agua, sino hasta después que se realizaron los proyectos de agua potable y alumbrado público en la zona. Luego de un censo realizado en el 2005 había ya 3,129 habitantes.

Actualmente los barrios son:

Invi, Cepad, Pedro Joaquín Chamorro del cual se han hecho otros anexos, Enrique Bermúdez, Nuevo amanecer, Hermandad francesa, etc.

Los habitantes han ido en aumento desde hace algunos años, hubo también más asentamientos que han permitido que Solingalpa incremente su población y sea una ciudadela en desarrollo

Cuenta con:

centro de salud, CDI para niños, una iglesia católica, una adventista, 4 iglesia evangélicas, una universidad privada llamada UNIDES, donde se imparten distintas carreras para el desarrollo profesional, una librería, farmacia, una heladería, una cancha recreativa y un colegio público.

2.1.2.2. Caracterización del Colegio:

El Colegio público de Solingalpa se fundó el 28 de octubre de 1978, el cual con la iniciativa de la profesora Rosario Altamirano y en apoyo también de los padres de familia, era una casita que funcionaba como escuelita, en 1994 asume la dirección la profesora Gloria Helena Rivera, quien gestiona la construcción de esta escuela y empezó a funcionar en el mismo año con 13 docentes, un director, un subdirector, una afanadora, un celador y una población de 530 estudiantes. Cumple hasta ahora más de 40 años de brindar servicio educativo a la comunidad.

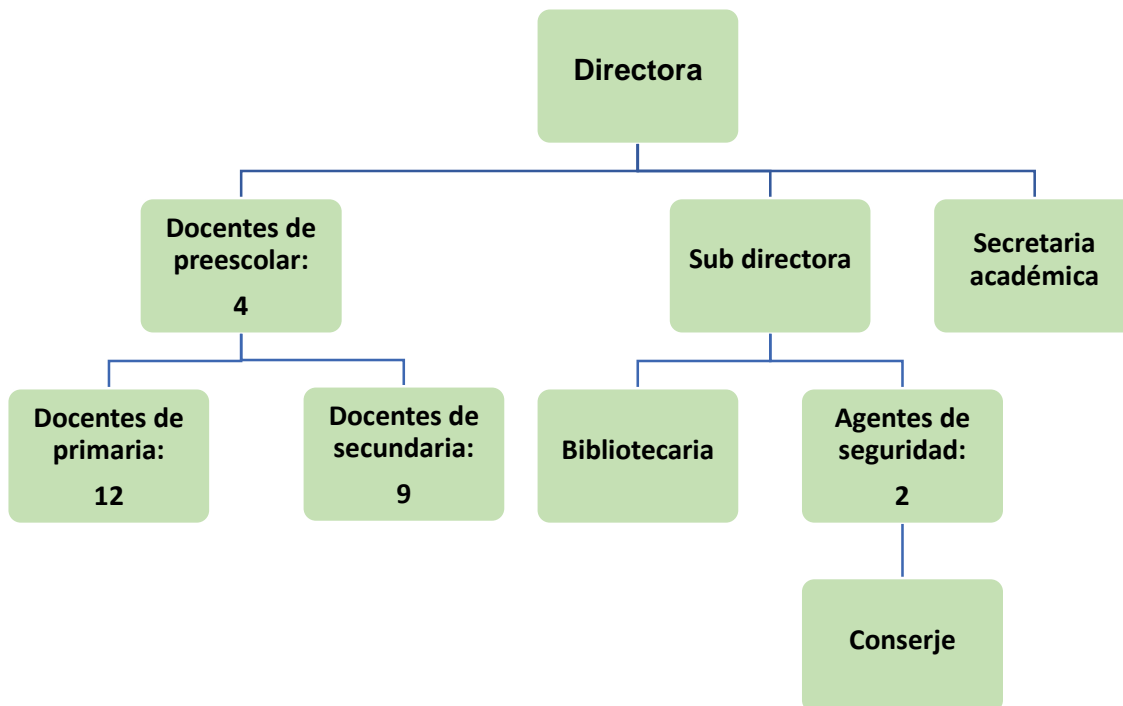


Insignia del Colegio Público Solingalpa

Significado de la Insignia del Colegio	
La lámpara	Simboliza la sabiduría de Dios.
El libro	Simboliza el estudio constante.
La tierra	Representa el trabajo.

Tiene 3 turnos, las cuales son; matutino, vespertino, nocturno y las modalidades son las siguientes, preescolar, primaria, secundaria y educación básica para adultos EBA.

Actualmente el centro está organizado por:



En el año 2008 empezó a funcionar la educación secundaria, por gestión del profesor Alexander Guzmán, quien hizo posible que la secundaria de las tejas se trasladara para este centro.

A través del apoyo de Tilburg, se construyó la biblioteca, los servicios higiénicos, se le dio mantenimientos a los existentes, donación de estantes, mesas para la biblioteca, entrega de materiales didácticos, kits deportivos, se brindaron capacitaciones a docentes, entre otros.

También se ejecutó el proyecto de enmallado, recuperación de terreno del centro, entechado de la cancha, etc.

2.1.3. Marco Legal

2.1.3.1. Legalidad de la Escuela

El colegio público de Solingalpa, cuenta con una escritura pública, donde pertenece al Ministerio de Educación (MINED), siendo esta una institución del estado que promueve la educación gratuita a niñez y adolescencia de los nicaragüenses.

2.1.3.2 Convención sobre los derechos del niño y la niña.

La niñez y adolescencia como actora estratégica del desarrollo, es considerada capital humano por las naciones y los protagonistas de las sociedades, y supone que su participación es un elemento clave para el desarrollo. (Lacayo, 2007, págs. 155-165)

Este reconocimiento se hizo explícito y claro a partir de la convención de los derechos del niño y la niña en 1989. Esta convención define como niños, beneficiarios de estos derechos, a todas las personas menores de 18 años. El aporte más importante que hace es en cuanto a sus derechos expresados en los Artículos 12 y 13, los cuales presentamos con mayor detalle:

Artículo 12. Derecho a opinar

Los Estados partes (los países miembros de las Naciones Unidas) garantizaran al niño o la niña, los medios educativos y culturales necesarios para conformar debidamente su propio juicio, a fin de expresar su opinión libremente en todo lo que les compete, según su edad.

Con este propósito se les brindara los medios necesarios para ser escuchados y poder expresar sus propios razonamientos en todos los procedimientos judiciales o administrativos que los afecten, ya sea directamente, o por medio de un representante o de cualquier órgano apropiado, de conformidad con lo que establece la ley.

Artículo 13. Derecho a expresarse libremente

El niño y la niña tienen derecho a la libertad de expresión que les dé la posibilidad de averiguar, investigar y recibir toda la información que necesitan para opinar de palabra, por escrito, o por medio de cualquier medio de comunicación, sobre los asuntos de carácter social, familiar, educativo, artístico o de otra índole.

El ejercicio de este derecho de expresión estará restringido únicamente por la ley:

- ❖ Cuando se quiera evitar todo roce con el derecho y la reputación de otras personas.
- ❖ Cuando tenga que ver con la seguridad nacional, el orden público o la salud o la moral pública.

Más recientemente, en 1998, Nicaragua aprobó el Código de la Niñez y Adolescencia, el cual es un órgano jurídico que promueve y vela por el derecho de la niñez y adolescencia; se deriva del convenio de las Naciones Unidas sobre los derechos del niño, instrumento internacional, la constitución política en su artículo setenta y uno establece la plena vigencia de dicho convenio.

2.1.3.3. CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA

Capítulo II

Que la constitución política de la República de Nicaragua en su artículo setenta y uno establece la plena vigencia de la Convención sobre los Derechos del Niño, por lo que se requiere dar efectividad a los derechos, libertades y garantías reconocidos en dicha convención.

Capítulo IV

Que es responsabilidad gubernamental promover y apoyar políticas, programas y proyectos, en favor de la niñez y adolescencia, prevaleciendo siempre como principio fundamental de la Nación el interés superior de las niñas, niños y adolescentes.

Capítulo V

Que la familia, la sociedad, el Estado y las instituciones privadas deben brindar protección integral a las niñas, niños y adolescentes, reconociéndoles sus derechos y respetándoles plenamente sus libertades y garantías como personas.

Arto.1. Este Código regula la protección integral que la familia, la sociedad, el Estado y las instituciones privadas deben brindar a las niñas, niños y adolescentes.

Arto.2. El presente Código como niña y niño a los que no hubiesen cumplido los 13 años de edad y adolescente a los que se encuentren entre los 13 y 18 años de edad, no cumplidos.

Arto.3. Toda niña, niño y adolescente es sujeto social y de Derecho y por lo tanto tiene derecho a participar activamente en todas las esferas de la vida social y jurídica, sin más limitaciones que las establecidas por las Leyes.

Arto.5. Ninguna niña, niño o adolescente, será objeto de cualquier forma de discriminación, explotación, traslado ilícito dentro o fuera del país, violencia, abuso o maltrato físico, psíquico y sexual, tratamiento inhumano, aterrador, humillante, opresivo, trato cruel, atentado o negligencia, por acción u omisión a sus derechos y libertades.

Es deber de todas personas velar por la dignidad de la niña, niño o adolescente, poniéndolo a salvo de cualquiera de las situaciones anteriormente señaladas.

La niña, niño y adolescente tiene derecho a la protección de la Ley contra esas injerencias o ataques y los que realicen incurrirán en responsabilidad penal y civil. (Código de la niñez y Adolescencia, Ley No. 287)

2.1.4. Marco teórico.

a. Caracterización Socio-demográfica.

El objetivo principal de esta investigación fue: Acompañar el proceso de transformación en la comunicación asertiva de estudiantes de séptimo grado "A" del Colegio Público Solingalpa, Matagalpa. Para lograr el mismo se plantearon objetivos específicos; los cuales se centraron en caracterizar socio-demográficamente a los protagonistas para determinar aquellas características únicas que presenta un estudiante u otro y que por tanto los distingue claramente del resto del grupo, sus características particulares los harán que sean diferentes.

Para la recolección de la información realizamos un taller, apoyándonos de una ficha de caracterización donde los estudiantes anotaron sus datos personales, en los que incluía las siguientes características: nombres y apellido, sexo, edad, ocupación, escolaridad, procedencia, religión, red social al que pertenecen, situación de la casa, número de personas que habitan la vivienda y promedio de ingresos familiares.

Tabla 1. Caracterización del grupo

Fuente: Ficha de caracterización/ taller.

	Nombre y apellidos	Sexo		Edad	Con quienes viven.	Ocupación	Procedencia		Religión	Red social al que pertenece	Situación de la casa		Nº de personas que habitan en su casa
		F	M				Urbano	Rural			Alquilada	Propia	
1	Guissbell Guadalupe Morales	F	✓	12	Mamá	Estudiantes			Evangélica	Ninguno		✓	4
2	Sharon M. Otero Vado	F	✓	12	Padres		✓		Católica			✓	4
3	Brenda del Carmen	F	✓	12	Abuela		✓		Católica			✓	5
4	Katherine Sugey Rivas	F	✓	12	Mamá		✓		Evangélica			✓	6
5	Iris Cruz Morales	F	✓	15	Tía		✓		Evangélica		✓		5
6	Anielka Otero Huerta	F	✓	14	Hermana		✓		Evangélica		✓		4
7	Axel Gabriel Murillo Q	✓	M	11	Padres		✓		Evangélica			✓	7
8	Elton José Gonzales	✓	M	12	Padres		✓		Evangélica		✓		8
9	Sara Gonzales	F	✓	12	Madre		✓		Evangélica			✓	5
10	Samuel Isaac Valdivia L	✓	M	12	Madre		✓		Católica			✓	4

b. Comunicación Asertiva.

Según, Castanyer, (2013) "la asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás".

Es el reconocimiento personal ser una persona sujeta de derechos; por ende, no permite que los demás le causen daño, pero tampoco daña a sus semejantes.

En la vida cotidiana existe déficit de asertividad y afecta no solo en lo personal sino también en lo familiar y social, hay que ser consiente para valorar que es un problema que afecta a toda la sociedad.

Para, Elizondo, (1999) "la asertividad es la habilidad de expresar tus pensamientos, sentimientos y percepciones, de elegir cómo reaccionar y de hablar por tus derechos cuando es apropiado".

Un individuo asertivo actúa con mucha seguridad en sus decisiones, expresiones y actitudes, pero además aprende de la complejidad de la vida, lo lleva a cabo actuando con responsabilidad de sus propios actos.

En la vida actual no se es educado para ser asertivo, porque se es domesticado para imitar muchas veces un modelo de vida, que no necesariamente es la vida de la otra persona, entonces se pierde autenticidad de ser quién eres y no eres el ser humano que deseas ser, solo se refleja lo que quieren los demás porque es ahí donde se tiene que caber para tener aceptación social.

Es por esto que terminas siendo quien no eres, actuando de una manera no asertiva, lo cual no permite el desarrollo emocional y social que cada uno debe tener.

c. Tipos de comunicación.

c.1. Verbal:

Según, Ayala, (2005) la comunicación verbal también llamada comunicación oral, tiene la capacidad de utilizar la voz para expresar lo que se siente o piensa a través de las palabras; los gestos y todos los recursos de expresividad de movimientos del hablante forman parte de aquello que inconscientemente acompaña a nuestras palabras pero que son comunicación no verbal.

Es la forma de transmitir los pensamientos a través de la voz, ya sea constructivamente o destructivamente, ese es el poder de las palabras, construir o bien destruir.

En la sociedad se permite que grupos de personas interactúen, dando diferentes puntos de vista acerca de una temática, también de una forma expresiva, ya que es más que solo palabras, es la construcción de un nuevo conocimiento colectivo.

c.2. No verbal

La comunicación no verbal, por mucho que se quiera eludir, es inevitable en presencia de otras personas. Un individuo puede decidir no hablar, o ser incapaz de comunicarse verbalmente, pero todavía sigue emitiendo mensajes acerca de sí mismo a través de su cara y su cuerpo. (Muller, 1999)

Es decir, el cuerpo refleja lo que se siente, pero además lo que se piensa; es muy sabio para comprender que se quiere expresar sin las palabras, así sea negativo o positivo.

Pocas veces se percibe la comunicación no verbal, existen varios distractores, pero principalmente el celular, entonces no se les brinda la atención a las personas llegando al extremo de algunas ocasiones de ignorar.

Esta forma de comunicarse te permite expresar sentimientos y emociones, a través del lenguaje corporal, una mirada, una sonrisa dicen más que mil palabras, es tan

importante el lenguaje verbal como el no verbal para todo individuo que vive en sociedad.

c.2.1. Escrita

Según Zamora, (2007) “Es la forma mediante la cual conserva su pensamiento por medio de las letras o grafías, a través del tiempo y del espacio”.

Es todo lo que se expresa a través de las palabras escrita, es un regalo porque detrás de un escrito hay sentimientos, emociones, tanto de escritor, como el lector ya que se puede identificar con ciertas situaciones.

Es fundamental la lectura ya que se enriquece intelectualmente y también personalmente, es un aprendizaje para la vida porque hay mensajes que te ayuda a crecer como persona, y se obtiene un pensamiento crítico y autocrítico.

En la actualidad la comunicación escrita tiene bastante relevancia debido al uso de la tecnología, que le permite al ser humano comunicarse más rápido a través de medios como el celular, computadoras, que algunas veces es también negativo ya que las personas prefieren comunicarse más de esta forma, que de manera más personal.

c.2.2. Oral

Según Muller, (1999) “Son más personales, dan la posibilidad de intercambiar ideas, aclarar dudas, pueden ponerse a la altura mental del que recibe, ser presentada en tono amistoso y persuasivo”.

Existe la fluidez de aportar los propios criterios sobre un tema en particular, es muy flexible ya que es un intercambio de ideas, en un ambiente de respeto y en algunas circunstancias de solidaridad.

En lo actual, hay carencia de tener una oralidad asertiva, debido a que hay deficiencia en la sociedad en expresar palabras adecuadas, las personas se comunican ofensivamente con palabras muy discriminatorias y eso deja un gran vacío de respeto y valores.

d. Elementos de la comunicación.

d.1. Contacto visual.

Según, Castanyer, (2013) nos habla de los elementos de la comunicación indispensables en todo ser humano, entre las que se encuentran:

Todas las interacciones de los seres humanos dependen de miradas recíprocas. Pensamos solamente en cómo nos sentimos si hablamos con alguien y éste no nos está mirando; o, al contrario, si alguien nos observa fijamente sin apartar la mirada de nosotros.

Es indispensable ver cuando una persona expresa sus ideas, porque la reciprocidad se basa en dar y recibir, con la vista el mensaje es, te veo, y recibo tus ideas, pero también te transmito lo que siento y pienso tan solo con mirar.

Por lo general pocas veces se entabla una mirada visual, a veces porque existe el miedo de mostrar lo que realmente existe más allá de lo que se mira, por tal razón la mayoría de personas esquivan las miradas y se va caminando por la vida con el temor, viendo siempre con vista inclinada.

Esto ocasiona que el individuo con quien se platica crea que no se le presta la atención adecuada, puesto que la mirada es fundamental para expresar atención, es necesario usar los sentidos para comunicarse.

d.2. Expresión facial.

La expresión facial juega varios papeles en la interacción social humana:

Muestra el estado emocional de una persona, aunque ésta pueda tratar de ocultarlo, proporciona una información continua sobre si se está comprendiendo el mensaje, si se está sorprendido, de acuerdo o en contra, etc. de lo que se está diciendo, indica actitudes hacia las otras personas. Las emociones: alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresan a través de tres regiones fundamentales de la cara; la frente/cejas ojos/párpados y la parte inferior de la cara. (Castanyer, 2013)

Los seres humanos expresan sus aceptaciones con respecto a sus conversaciones ya sea negativa o positiva, de igual manera sus emociones es inevitable no hacerlo.

En la vida cotidiana las personas expresan demostrativamente, cuando un mensaje recibe aceptación o negación, es evidente que se reflejan emociones personales.

d.3. Postura corporal.

Según Castanyer, (2013) “La posición del cuerpo y de los miembros, la forma en que se sienta la persona, cómo está de pie y cómo se pasea, reflejan las actitudes y conceptos que tiene de sí misma y su ánimo respecto a los demás”

El cuerpo es el reflejo de la esencia de una persona, es la proyección de lo interno, hacia lo externo, de esto dependerá como aprecias a tu prójimo, pero también como es el aprecio hacia ti mismo.

En lo social los seres humanos interactúan constantemente, es notorio observar como los problemas personales afectan a las personas, que se expresan en el cuerpo, y viceversa cuando alguien contagia de buenas vibras a los demás.

Por medio de los movimientos del cuerpo se puede demostrar ira, tristeza, alegría, cuando una persona esta triste o enojada, se pone ansiosa y esto lo afirma con su forma de moverse.

d.4. Gestos.

Castanyer, (2013) aporta:

Los gestos son básicamente culturales. Las manos y, en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos.

Los gestos son productivos siempre y cuando se hace adecuadamente, a veces el uso excesivo de la gestualidad expresa que en realidad no está de acorde con lo que expresa, entonces es incierto o agresivo las expresiones transmitidas.

En el diario vivir, es notorio observar a las personas, sus gestos a veces agradables, desagradables, tiene que ver con la paz interior y las adversidades.

e. Estilos o formas de comportamiento social.

Para, Menéndez, (2018) las formas de comportamiento social son las siguientes:

e.1. Asertivo

Según Menéndez, (2018) “Las personas expresan claramente sus opiniones y sentimientos y con firmeza abogan por sus derechos y necesidades, sin violentar los derechos de los demás, estos individuos se valoran así mismos, tienen un alto nivel de auto aceptación y respeto”.

Es decir, son personas que viven a plenitud su vida, y son consiente de sus aciertos y desaciertos, pero también son capaz de amarse a sí mismo y a los demás.

En lo social, el ser asertivo es tan necesario, hay muchos problemas que si existiera el asertividad se pueden enfrentar y solucionar, pero no es así porque hay tantas carencias en lo afectivo, la escucha, el mal uso a la tecnología y abuso de poder que no

es posible ser consciente de que se debe mejorar la comunicación en todos los niveles.

e.2. Pasivo.

Según Menéndez, (2018), se identifica, cuando demostramos con nuestra conducta, que los intereses de los demás, prevalecen sobre los nuestros cuando opinamos que los demás tienen derecho y nosotros no. Son personas que se comportan de manera sumisa o pasiva, a veces demuestra sus necesidades, desean opiniones, sentimientos y creencias excusándose de forma opacada o tímida.

Son individuos que permiten a las demás personas que decidan sobre sus vidas, es no tener un criterio propio, es depender emocionalmente por tal razón; al no tener el control de sus vidas, no son capaces de poner límites, pero tampoco de expresar lo que sienten, van por la vida cargadas de miedo.

En la actualidad hay personas con grandes debilidades a nivel personal muy sumisas, pero con una baja autoestima, porque se llega hasta permitir violaciones a sus derechos como personas, pero además se vuelven víctimas de la violencia.

e.3. Agresivo

Es un estilo en el cual los individuos expresan sus sentimientos y opiniones y abogan por sus necesidades de una manera que violan los derechos de los demás. Son verbal o físicamente agresivo, nace de la baja autoestima (a menudo causado por abuso físico y emocional del pasado, heridas emocionales no sanadas y sentimiento de impotencia). (Menéndez, 2018)

Es creerse superior a los demás y muy pocas veces son conscientes del daño que generan a las personas cercanas, tampoco sienten que se agreden a sí mismos, abusan de su poder y creen que de alguna manera los demás le pertenecen es ahí, que tratan a sus semejantes como objetos, es muy difícil que valoren que tiene heridas que sanar y lo agresivo depende de ahí, es como un mecanismo de defensa.

Es común ver como la agresividad traspasa los límites inclusive hasta creerse dueño de quitarle la vida a otro ser humano, y causar heridas emocionales todo por no tener autocontrol de sí mismo.

f. Características de los estilos de la comunicación

Para, Menéndez, (2018), las características de los estilos o comportamientos sociales, son según su tipo:

f.1. Pasiva.

- No se imponen por sí mismo.
- Permiten que otros infrinjan deliberada o inadvertidamente sus derechos.
- No expresan sus derechos, sentimientos y opiniones.
- Tienden a hablar en vos baja o pedir disculpas.
- Muestran un contacto visual deficiente y una postura corporal descolgada.

Es decir, son personas que permiten abusos, son tímidas y acumuladoras de la basura emocional de los demás, y siempre están sujetos a los demás, son vulnerable a ser violentada ya sea; psicológica, verbal, patrimonial y física.

Difícilmente estas personas reconocen que son sujetos de respeto y derecho, porque se creen menos que los demás.

f.2. Agresiva.

- Tratan de dominar a los demás.
- Usan la humillación para controlar a los demás.
- Critican, culpan o atacan a otros, son muy impulsivos.
- Tienen una baja tolerancia a la frustración.
- Hablan en vos alta, exigente y autoritaria.

- Son muy impulsivos, actúan de manera amenazante.
- No escuchan bien.
- Interrumpen frecuentemente.
- Tienen un contacto visual penetrante y una postura autoritaria.

Por tales razones tienen una agresividad a veces incontrolable que llegan en algunas ocasiones a delitos por qué no se auto controlan, no les importa el bienestar de las personas, y tampoco el propio.

En lo actual, es notorio ver que existe mucha comunicación agresiva a veces porque quieren que prevalezcan mandatos autoritarios y no hay cabida a otros puntos de vista y también la cultura de autoritarismo y el machismo.

f.3. Asertiva.

- Expresan las necesidades, sentimientos y deseos de manera clara, apropiada y respetuosa.
- Comunicar respeto por los demás.
- Escuchan bien sin ningún tipo de interrupción total.
- Sienten control de sí mismo.
- Gana el respeto de los demás.
- Trata de mantener sus necesidades y deseos satisfechos.
- Dice no cuando es apropiado.

Es lograr el equilibrio de la vida, sentir tranquilidad, paz y amor es ver la vida de que vale la pena luchar por la felicidad y se vive para ser feliz, por ende, no se puede agredir, ni ser agredido de ninguna manera y es tener la valentía de enfrentar la vida aun con las adversidades.

En el diario vivir, es notorio que hay un gran vacío de comunicación asertiva, no hay ni el ambiente y menos aprendizaje de ser asertivo, porque se debe al tipo de educación que se recibe, también que se vive más pendiente del celular, la computadora y televisión que de las personas.

g. Habilidades para la comunicación.

g.1. Escucha Activa.

Escuchar es una destreza compleja y, para dominarla, hay que dedicarle tiempo y entrenarse. Exige una disposición o actitud personal por parte de quién escucha, de sintonizar con lo más personal e íntimo de la persona que se comunica. La escucha es una actividad que requiere toda la atención de la persona que la ejerce. Leer mientras nos hablan, mirar repetidamente el reloj, desviar con frecuencia la vista hacia otra parte o mostrar un gesto ausente..., son indicios de falta de atención y de interés que bloquean la comunicación y denotan pasividad en la escucha. (Mondragón, 2012)

Se carece de escucha, por eso más que todo se oyen las palabras, pero no la esencia del mensaje.

Es muy notorio que pocas personas saben realmente escuchar, se vive tan sumergido en las cosas superficiales que se cree que se vale más el cómo me ven, que, por los valores y el respeto que merecen los seres humanos.

g.2. La empatía.

La empatía es la capacidad de entrar, afectiva y emotivamente, en la realidad de otra persona, entender sus necesidades y expectativas, comprender su situación tal como la vive. Ser agente mediador/a es saber ponerse en el lugar de la otra persona. Ser empática significa respetar la libertad de la persona, no juzgarla, aceptarla como es y cómo quiere llegar a ser y acompañarla en su proceso, pero sin decidir por ella. (Mondragón, 2012)

Significa aceptar la forma de ser de cada ser humano, saber que cada persona tiene derecho y merece ser comprendida y entendida.

En la sociedad, es tan indispensable la empatía, pero requiere de concientizar a las personas, se necesita ser capaz de quitarse los propios zapatos y ponerse en los de los demás y brindar esa solidaridad humana, para contribuir a un mejor bienestar social.

g.3. Autoestima.

La autoestima es el pilar fundamental del asertividad. Es la valoración que tenemos de nuestra persona, el valor que nos asignamos; el cómo nos aceptamos, la satisfacción personal que tenemos de ser como somos, de lo que hacemos, pensamos y sentimos. El respeto que tengamos por nuestra propia persona, influirá sobre el que tengamos también por las demás. (Castanyer, 2013)

Sin autoestima no puede existir comunicación asertiva, es la base fundamental para entender las diversidades de personas con pensamientos diferentes, pero esto forma parte de la diversidad de la vida.

No se puede cultivar, lo que no se siembra, si no se entiende a los demás, tampoco se puede ser entendido y si no hay amor propio, mucho menos puede haber amor al prójimo, es por eso que en el diario vivir las personas les gusta recibir, pero no se brinda, entonces se termina en conflicto.

g.4. Escuchar Genuinamente:

Primero, escucha con tus ojos, corazón y oídos. Escuchar con los oídos no es suficiente, porque solo el 7% de la comunicación está contenida en las palabras que utilizamos. El resto proviene del lenguaje corporal 53% y como decimos las palabras, o el tono y sentimiento que se refleja en la voz 40%. (Cover, 2012)

Segundo, ponte en su lugar. Para llegar a ser genuino escucha, necesitas salir de tu lugar y ponerte en el del otro.

Es decir, el mensaje de la comunicación está en el cuerpo, de ahí proviene interpretar las emociones y que se quiere expresar y decir.

En la vida diaria, no hay una escucha genuina debido a que a veces no importa y solo se practica el oír las palabras, no se ve a la persona y se dedica más el juzgar y criticar.

g.5. Practicar el reflejo.

Según, Cover, (2012) “Piensa como un espejo, no juzgar, no dar consejos, refleja”.

Es decir, no es imitar, está enfocado en utilizar las propias palabras en una conversación es tomar en cuenta ambas opiniones y llegar a un acuerdo satisfactorio en ambas partes.

En lo actual, es difícil practicar el reflejo porque se ve la vida y la comunicación como una competencia y entonces, el pensamiento es que, la razón es mía y de nadie más, porque es difícil salir de la vida de confort.

h. Cinco malos hábitos de escucha.

Cover, (2012) define los cinco malos hábitos de escucha de la siguiente manera:

h.1. Distraerse

Según Cover, (2012) “Es cuando alguien nos habla, pero lo ignoramos porque nuestra mente está en otra galaxia. Tal vez tengo algo muy importante para decirnos, pero estamos sumidos en nuestros propios pensamientos”.

No interesa lo que las personas expresan, debido a que lo único importante es el bienestar personal, entonces se minimizan los problemas ajenos y no se le presta atención alguna.

En la vida cotidiana es así, se ignora lo que expresan las demás personas, porque lo único que importa son los propios objetivos personales, no se es consciente del egoísmo extremo de las propias actitudes.

h.2. Fingir que se escucha

Es más común Seguimos sin poner mucha atención a la otra persona, pero al menos fingimos que lo hacemos, saltando comentarios en momentos importantes, como, “sí”, “aja”, “buena onda”, “me parece bien”. La persona que habla por lo general entenderá y sentirá que no es lo suficientemente importante para ser escuchada. (Cover, 2012)

Es decir, ni siquiera se les presta un poco de atención y algunos casos ni siquiera se oye es ignorar totalmente lo que la persona comunica.

En lo social, los seres humanos actúan con mucha antipatía, en realidad no existe una comunicación asertiva, debido a que muchas veces hay pérdidas de valores.

h.3. Escuchar selectivamente

Según Cover, (2012) “Es cuando ponemos atención solo a una parte de la conversación que nos interesa”

Es decir, no le prestamos atención a la plática completa, por lo que no se lograra entender el mensaje que se transmite.

En la práctica social se ve la comunicación asertiva como un desafío y no solo escuchar una parte de lo que interesa a nivel personal y no lo que expresa la otra persona.

h.4. Escuchar solo las palabras

Ocurre cuando realmente ponemos atención lo que dice el otro, pero solo escuchamos las palabras y no lo que realmente se quiere decir, los sentimientos, o el verdadero significado tras las palabras. Como resultado, no comprendemos lo que realmente se dice. (Cover, 2012)

Es cuando, solo se les presta atención a las palabras, pero no se ve realmente la esencia de lo que se está transmitiendo, es como seleccionar lo que se quiere escuchar.

En el diario vivir, es muy molesto ya que las personas no prestan una atención adecuada a lo que las demás expresan; entonces no entienden y mucho menos comprenden.

h.5. Escuchar egocéntricamente

Sucede cuando vemos todo desde nuestro propio punto de vista. En vez de ponernos en el lugar de otro, queremos que ellos se pongan en el nuestro. Es aquí donde proviene frases como “sé cómo te sientes”, no sabemos exactamente cómo se siente, sino como nos sentimos nosotros, y suponemos que ellos se sienten del mismo modo. (Cover, 2012)

Es cuando, no se pone en práctica la empatía, es fácil ir adecuando la vida de otra persona; a la vida personal, porque todo se ve desde el propio paradigma de la otra persona.

En la actualidad, sucede muy constante los problemas ajenos se relacionan con los personales y se cree que la razón se debe a las experiencias vividas, pero no es así debido a que cada ser humano tiene su propia vida y propósito.

i. Concepto de Derecho Asertivo.

Según Román, (2014), derechos asertivos son aquellos que los seres humanos asumimos y tenemos por el solo hecho de ser personas. Esto implica que, es válido para nosotros, pero igualmente para todos los demás. Ejercelos implica lealtad hacia ti mismo y respeto hacia los demás. Todo un aprendizaje y un ejercicio de equilibrio.

Es cuando, se toma en cuenta de una manera más integral a los demás porque se basa en comprender sus sentimientos, emociones y se da la reciprocidad.

En la vida cotidiana, se carece de respetar los derechos de los demás, las violaciones de derecho se dan desde la familia, y en todas las estructuras sociales, debido a que hace falta potenciar el amor propio y hacia los semejantes.

i.1. Derechos Asertivos

Según, Aguilar M, (2010) los derechos asertivos son:

- ✚ Derecho a expresar y sentir dolor.
- ✚ Derecho a decir “no”.
- ✚ Derecho a pedir ayuda o apoyo emocional
- ✚ Derecho a interrumpir para pedir una aclaración.
- ✚ Derecho a intentar un cambio

Son derechos debidamente esenciales para vivir una vida más a plenitud, donde se respeten la forma de pensar y ser de cada ser humano.

En lo social, se debe tomar en cuenta estos derechos para que verdaderamente exista una comunicación asertiva tomando en cuenta que son personas con derechos y que nadie es más que nadie, y muchos menos ninguna persona es menos que tú; ser coherente que un ser humano vale por su esencia más que por su impresión.

2.2. Preguntas Directrices

Para esta investigación es de relevancia plantearse las siguientes preguntas:

- 1- ¿Cuál es la caracterización socio-demográfica de los protagonistas?
- 2- ¿Cómo promover la escucha activa en estudiantes de séptimo grado “¿A”, considerada un elemento principal para la comunicación asertiva?
- 3- ¿Cómo podemos propiciar técnicas asertivas para mejorar la comunicación?

Capítulo III

3.1. Diseño Metodológico

El diseño metodológico de nuestra investigación se desglosa de la siguiente manera: paradigmas, enfoque, tipo de investigación, población, diseño de estudio, técnicas de recolección, instrumentos y técnicas de análisis, de los que a continuación presentaremos:

3.1.1. Paradigmas de la investigación

Según, Martínez, (2013) “Se define el paradigma como los marcos teóricos-metodológicos utilizados por el investigador para interpretar los fenómenos sociales en el contexto de una determinada sociedad”.

Un paradigma es un modelo a seguir para realizar una investigación, de esta manera al investigador se le facilita la interpretación y el análisis de los problemas sociales que podrían afectar en un momento determinado.

Cada paradigma posee sus propias características y metodologías, dependiendo del tipo de investigación que vaya a realizarse, así se elige el paradigma idóneo para llevar a cabo el estudio.

3.1.1.1. Paradigma socio-crítico

El paradigma socio-crítico, es el proceso racional a través del que se realiza la apropiación cognitiva de la realidad, en esta concepción se reconoce que la realidad es dialéctica, pues es la síntesis de diversas incidencias y temporalidades constitutivas de un mismo objeto, desde el paradigma crítico se cree que la conciencia de un sujeto depende de la cantidad y potencia de los referentes que lleguen a su pensamiento. (Martínez, 2013)

El paradigma socio-crítico se refiere a la interacción del ser humano con la realidad social, conoce la realidad a través del proceso cognitivo que todo ser humano posee, puesto que, trabaja el fenómeno desde el punto de vista individual y social, toma en cuenta todos los aspectos sociales tanto económico, religioso y político.

El paradigma se construye a partir de los intereses, problemas que forman parte de la realidad social y que busca transformarla desde una perspectiva liberadora, para mejorarla tomando en cuenta desde el punto de conciencia individual y conciencia social, puesto que el investigador asume un papel importante en la búsqueda del origen y causas del fenómeno en estudio.

El paradigma de nuestra investigación será socio-crítico, debido a que este se encarga de explicar, analizar el fenómeno y buscarle solución, es transformador, integral, ya que estudia al fenómeno desde distintas perspectivas, para una mejor comprensión, además el investigador forma parte del proceso de cambio.

3.1.2. Enfoque cualitativo

Se utilizan para “la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación. “El enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación, evalúa el desarrollo natural de los sucesos, es decir, no hay manipulación ni estimulación de la realidad”. (Delgado, 2012)

El enfoque cualitativo es naturalista puesto que estudia a los seres vivos y el ambiente que les rodea, e interpretativo pues intenta encontrar sentido a los fenómenos en función de los significados que las personas le otorguen, respetando sus creencias y religión. Describe, detalla los sucesos observados, las experiencias narradas por los entrevistados, siendo este flexible a cambios en el transcurso del proceso, cabe destacar que la investigación se realiza en conjunto entre investigador e investigado.

Este enfoque tiene como característica interpretar la realidad de forma objetiva, analiza las experiencias de los participantes, es así como se pueden construir conocimientos, el cual es utilizado para realizar cambios significativos, se puede decir que permite la retroalimentación e interacción, entre investigador e investigado, siendo este enriquecedor para ambos.

3.1.3. Diseño de investigación

3.1.3.1. Investigación acción-participativa

La IAP se trata de un procedimiento reflexivo, sistemático, controlado y crítico que tiene por finalidad estudiar algún aspecto de la realidad con una finalidad práctica, en cuanto acción, significa o indica que la forma de realizar el estudio es ya un modo de intervención y que el propósito de la investigación está orientado a la acción, siendo ella a su vez fuente de conocimiento, y por ser participación es una actividad en cuyo proceso están involucrados tanto los investigadores como la misma gente destinatarias del programa, que ya no son consideradas como simples objetos de investigación, sino como sujeto activos que contribuyen a conocer y transformar la realidad en la que están implicados. (Ander-Egg, 2003)

La investigación, acción participativa; es un método para analizar y comprender mejor la realidad de la población, sus problemas, necesidades, capacidades y recursos; permite planificar acciones y medidas para transformarla y mejorarla.

Esta investigación explora, analiza, aplica, modifica; este tipo de estudio es un trabajo en conjunto, existe la retroalimentación, es flexible, el investigador da pautas al grupo, siendo ellos protagonistas de su propia transformación.

Nuestra investigación será de tipo IAP, dado que pretendemos acompañar un proceso de transformación en la comunicación asertiva de los protagonistas, generando un ambiente propicio para desarrollar metodología que favorezca la comunicación asertiva.

3.1.4. Población

Según Herrera, (2003) “Es el conjunto total de individuos, objetos o medidas que poseen algunas características comunes observables en un lugar y en un momento determinado, poseen características como la homogeneidad, el tiempo, el espacio y la cantidad”.

Población es un conjunto de habitantes de un lugar, que poseen rasgos similares, en el que se realiza un estudio.

Para el investigador es necesario abarcar varios aspectos de la población a la que se va a dirigir la investigación, tales como características, costumbres, creencias, nivel económico y educativo dependiendo del fenómeno que se vaya a estudiar.

La población de estudio estará conformada por 10 participantes, estudiantes del colegio público Solingalpa séptimo grado "A".

3.1.5. Técnicas de recolección de la investigación

Para García, B. (2010) "Las técnicas de recolección de información son procedimientos especiales utilizados para obtener y evaluar las evidencias necesarias, suficientes y competentes que le permitan formar un juicio profesional y objetivo que facilite la calificación de los hallazgos detectados en la materia examinada".

Algunas de las técnicas que utilizamos en la búsqueda de información son: observación, talleres de intervención y técnicas secundarias, como libros, monografías, revistas, artículos científicos.

3.1.5.1. La observación:

Según Martínez, (2003) "En la investigación cualitativa necesitamos estar entrenados para observar y es diferente de simplemente ver (lo cual hacemos cotidianamente). Es una cuestión de grado. "La observación investigativa" no se limita al sentido de la vista, implica todo lo sentido".

La observación nos sirve como guía en el proceso investigativo debido a que identificamos problemas de índole social y de esta manera registramos lo más relevante para poder interpretar.

3.1.5.2. Talleres de intervención:

Esta técnica es muy productiva y esencial en el proceso de IAP, ya que la información que produce es contundente para las y los participantes, comprenden actividades de sensibilización y de herramientas para la acción que constituyen la fase de

intervención de nuestra investigación, en las que se desarrollan diversas técnicas lúdicas y dinámicas grupales para la generación de información.

3.1.5.3. Caracterización:

Caracterizamos socio demográficamente a estudiantes, para determinar cuáles eran las características que los distinguen entre uno y otro.

3.1.6. Instrumento de recolección de información

Muñoz, (2015) “Define que un instrumento de investigación es la herramienta utilizada por el investigador para recolectar información de la muestra seleccionada y poder resolver el problema de la investigación”.

Los instrumentos son la base fundamental de los estudios, debido a que por medio de ellos se recaba la información necesaria para el desarrollo del estudio, cumpliendo con los objetivos propuestos.

Los instrumentos que utilizamos en el estudio de investigación fueron:

Guía de observación: Nos basamos en tres preguntas:

¿Cómo es el comportamiento del grupo en el aula de clase?

¿Cuáles son las agresiones entre los estudiantes?

¿Tienen problemas de comunicación?

La utilizamos durante los talleres de “generando confianza”, para evaluar el comportamiento del grupo participante, lo que nos sirvió para darnos cuenta que la problemática que influía en ellos era la falta de comunicación.

Memoria del taller: hicimos una narración de la metodología planificada para cada taller, donde extraíamos los aportes del grupo y también los elementos facilitadores, obstaculizadores y aprendizajes.

Caracterización: por medio de una ficha que se le entregó a cada estudiante, para que ellos escribieran sus datos personales como: nombres y apellidos, sexo, edad,

procedencia, religión, ocupación, red social a la que pertenece, con quienes viven, cuantos viven en su casa y cuáles son sus ingresos familiares.

3.1.7. Plan análisis de la información

Para el análisis de la información generada durante el proceso, retomamos la propuesta de Ander- Egg, (2003) que contempla los siguientes elementos: Triangulación como combinación en la utilización de técnicas para paliar las limitaciones de cada una de ellas: Triangulación de datos: consiste en recoger datos de diferentes fuentes para contrastarlos; existen tres subtipos en esta forma de triangulación: de tiempo, de espacio y de personas.

Ordenamiento de la información: Llamado por Ander- Egg, (2003)“Ordenación y clasificación de la información” Es el momento en que es preciso ordenarla y clasificarla con arreglo a ciertos criterios de sistematización, lo que importa en esta fase, es poner de manifiesto uniformidades, semejanzas y diferencias dentro del conjunto de hechos y fenómenos estudiados.

Triangulación de investigadores: separadamente, realizan observaciones sobre un mismo hecho o fenómeno, contrastando luego los diferentes resultados obtenidos.

El proceso de IAP se realizó primeramente con un pre diagnóstico participativo, con unos talleres para generar confianza e involucrarnos más con el grupo y conocer la problemática más sentida.

Luego empezamos con el autodiagnóstico, para evaluarnos como estábamos con el tema y a la vez sí hemos trabajado con esta metodología, nos planteamos una serie de preguntas para ver que conocimientos teníamos sobre el tema de la comunicación asertiva, también le realizamos un cuestionario al experto para que nos brindara sus conocimientos que ha tenido con el tema a través de su experiencia, que nos sirvió para entender un poco más el tema.

La etapa siguiente fue la búsqueda de la información por medio de los autores que nos sirvieron para darle cuerpo a nuestro marco teórico que es la base de la investigación de la temática, aquí refiere toda la teoría necesaria para el estudio del tema en los talleres de intervención con el grupo.

Se realizó el sistema categorial del cual se desprende el marco teórico que es la información recabada para la investigación de la problemática con el grupo.

Luego se realizaron los talleres de intervención que a través de metodologías participativas interactuábamos más con el grupo y de esta manera lográbamos el proceso de transformación.

Al finalizar se hizo la evaluación de todos los talleres para conocer elementos facilitadores, obstaculizadores y lecciones aprendidas que hubo en el proceso entre el grupo y las facilitadoras.

Para hacer la triangulación de la información fue necesario guiarnos mediante el proceso, después de cada taller, realizábamos una memoria, recabando toda las actividades por medio de la descripción de cada una de ellas, esto nos sirvió para darnos cuenta que pensaban y expresaban los participantes, conocer y convivir con ellos fue una parte fundamental para que el grupo se abriera con nosotras y decidieran trabajar la problemática, al finalizar se contrastaba la información del estudio, con lo que ellos respondían, teniendo como resultado la transformación de los estudiantes de acuerdo a la temática estudiada.

Capítulo IV

4.1. Análisis y discusión de resultados

El análisis de datos es el proceso de inspeccionar limpiar y transformar datos con el objetivo de resaltar la información útil, lo que sugiere conclusiones y apoyo a la toma de decisiones, discusión de datos es la parte de la investigación donde se compara, se contrasta y se discuten los resultados obtenidos en la investigación de otros autores. (Ander-Egg, 2003)

A continuación, damos a conocer como fue todo el proceso de la IAP con el grupo, la cual nos sirvió para guiarnos a través de los elementos facilitadores, obstaculizadores y las lecciones aprendidas en todo el proceso teniendo como resultado la transformación.

4.1.1. Diagnóstico

La fase de diagnóstico de nuestra investigación estuvo compuesta por dos elementos: autodiagnóstico y talleres generando confianza, los resultados de la fase diagnóstica se presentan a continuación:

Agenda para el diagnóstico que se utilizó con los estudiantes de 6to grado "A" en el Colegio público de Solingalpa.

Tabla 2. Agenda del diagnóstico “validación de la problemática”

HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	MATERIALES
20 min.	<p>✚ Bola de nieve</p> <p>La dinámica es utilizada para romper el hielo en el grupo, consiste en darles una hoja de papel en la que van a escribir tres cosas acerca de si mismos (cualidades, talentos), luego se hace una pelota con la hoja y se mete dentro de una caja, cada estudiante escoge una bola y la lee en voz, intentando adivinar Quien es el que escribió la hoja.</p>	<p>✚ Cindy Martínez.</p>	<p>✚ Recursos humanos</p> <p>✚ Hoja de papel</p> <p>✚ Caja forrada.</p>
30 min	<p>✚ Árbol de problema</p> <p>Esta dinámica es para identificar si aún sigue siendo el Bullying la problemática más sentida dentro del grupo en el cual ellos decían los factores y los efectos del porque se comportaban así.</p>	<p>.</p> <p>✚ Hazel Díaz.</p> <p>✚ Zorayda Flores.</p> <p>✚ Cindy M.</p>	<p>✚ Recursos humanos</p> <p>✚ Papelógrafo.</p> <p>✚ Marcadores.</p>
10 min			

✚ El cofre de las sugerencias

Se les entrego una hoja de papel para que escribieran los que les gusto y lo que no y lo depositaran en el cofre de las sugerencias para que por medio de esto podamos mejorar para los siguientes encuentros.

✚ Hazel Díaz.

✚ Zorayda Flores.

✚ Cindy M.

✚ Recursos humanos

✚ Caja forrada

✚ Hojas de colores.

Fuente: Propia

Validación del diagnóstico y creando confianza.

Narración:

En el encuentro que tuvimos para la validación de la problemática, se interactuó con los estudiantes del 6to “A” de la escuela Pública Solingalpa, para constatar que si aún la problemática más sentida seguía siendo el “Bullying”

Se inició con una actividad para romper el hielo que consistía en que en una hoja de papel escribirían tres cualidades de ellos mismos, luego de esto la tenían que hacer pelota y ponerla dentro de una caja, seguido de esto la caja pasaría por los lugares de cada uno para que tomaran una bola, cada uno iba a leer lo que esta tenía escrito tratando de adivinar a quien pertenecían esas cualidades. Logrando así que la actividad fuera un éxito, nos pudimos dar cuenta que conocen las cualidades de sus compañeros.



Ilustración 2: Dinámica de la bola de nieve.

Fuente: Zorayda Flores. Fecha: 04-04-18

Luego se realizó lo que es el árbol del problema para la identificación de la problemática, en el cual ellos decían los factores y los efectos del porque se comportaban así.

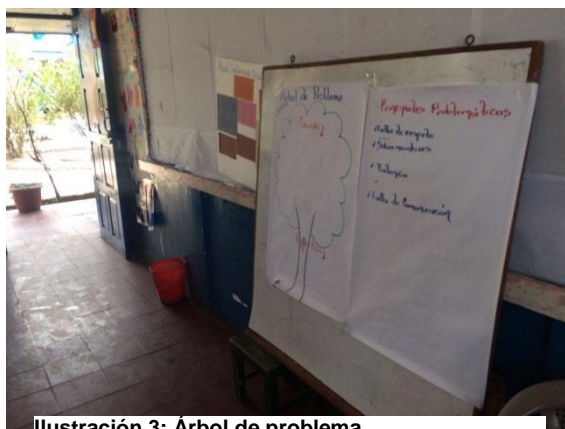


Ilustración 3: Árbol de problema.

Fuente: Hazel Díaz. Fecha: 04-04-18

Al finalizar en una hoja de papel escribieron lo que les gusto y lo que no y lo depositaran en el cofre de las sugerencias para que por medio de esto podamos mejorar los encuentros. A través de las distintas actividades realizadas, se llegó a dos problemáticas las cuales son; la falta de comunicación y Bullying.

TEMA: CONSTRUYAMOS NUESTROS SUEÑOS

Tabla 3. Segundo encuentro “creando confianza”

HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLES	MATERIALES
15 min	<p>✚ Dinámica la danza de la serpiente</p> <p>Esta consiste en cantar lo siguiente: esta es la danza de la serpiente que viene de la montaña en busca de su cola, ahora usted, ahora usted es parte de su cola. Hacemos un círculo cantamos y uno lo dirige y van pasando por debajo de los participantes hasta formar una serpiente.</p>	<p>✚ Hazel Díaz.</p> <p>✚ Zorayda Flores.</p>	<p>✚ Recursos humanos.</p>
20 min.	<p>✚ Exposición del tema a tratar.</p> <p>Construyamos nuestros sueños; reflexionar sobre la importancia de proponernos metas claras y alcanzables para vivir bien y mejor.</p>	<p>✚ Cindy Martínez.</p>	<p>✚ Material didáctico.</p>
15 min.			

	<p>✚ Rompe Cabezas.</p> <p>Se organizarán en grupos y se les entregara un rompecabezas por grupo y esto deberán armarlos, esta es una forma de demostrarles cómo pueden construir su día a día.</p>	<p>✚ Hazel Díaz.</p> <p>✚ Zorayda Flores.</p>	<p>✚ Rompecabezas</p> <p>✚ Recursos humanos.</p>
<p>10 min</p>	<p>Valoración de las actividades</p>	<p>✚ Hazel Díaz.</p> <p>✚ Cindy Martínez.</p> <p>✚ Zorayda Flores</p>	<p>✚ Recursos Materiales</p>

Fuente: Propia.

Narración del segundo encuentro “Creando confianza”



Ilustración 4: Creando confianza.

Fuente: Cindy Martínez Fecha: 18-04-18

En el primer encuentro que realizamos para generar confianza con los estudiantes se inició con la dinámica de la serpiente que consiste en cantar lo siguiente: “esta es la danza de la serpiente que viene de la montaña en busca de su cola, ahora usted, ahora usted es parte de su cola”, hacemos un círculo cantamos y uno lo dirige y van pasando por debajo de los participantes hasta

formar una serpiente, esto para lograr una integración total de los niños/as con el grupo de trabajo, se logró nuestro objetivo por que pudimos ver que el grupo interactuó con nosotras.

Como segunda actividad se realizó la exposición del tema planteado por los docentes que era “Construyamos nuestros sueños” que tenía como objetivo reflexionar la importancia de proponernos metas claras y alcanzables para vivir bien y mejor, con esta actividad nos dimos cuenta que algunos de los niños no saben todavía lo que son las metas o aspiraciones.



Ilustración 5: exposición del tema

Fuente: Cindy Martínez. Fecha: 18-04-18



Ilustración 6: exposición del tema
Fuente: Cindy Martínez Fecha: 18-04-18

Por otro lado, al momento de realizar la actividad de crear un plan de vida cada niño tenía que anotarlo en una hoja de papel, cada uno de los niños si saben lo que es el plan de vida porque en las hojas de papel nos decían cuáles son sus metas que tienen para un futuro “ser veterinaria o ayudar a las personas que no tienen

a los animales dándoles refugio, como lo hare con la ayuda de mis padres y los profesores” Esta actividad sirvió para darles a conocer la importancia que tiene, que desde pequeños vayamos pensando en nuestro presente y nuestro futuro, porque de esa manera estamos preparados para las diferentes situaciones en las etapas de la vida.



Ilustración 7: rompecabezas.
Fuente: Hazel Díaz Fecha: 18-04-18

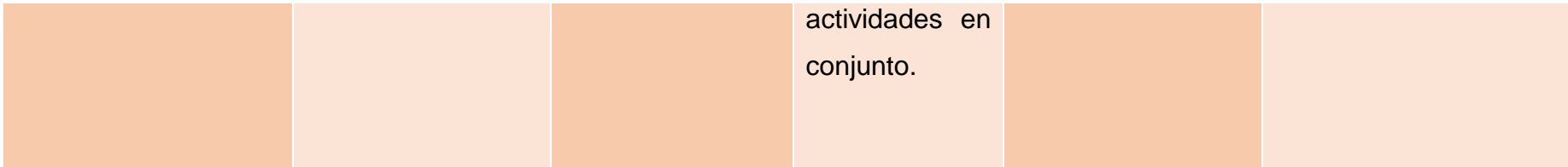
La siguiente actividad era la de realizar un rompecabezas, se dividió el grupo en cuatro equipos para la conformación de estos, se enumeró a los muchachos del 1 al 4, luego se unieron todos los 1, los 2, los 3 y los cuatro esto para que en el grupo hubiera más integración y no se diera la afinidad en los grupos. Esta actividad tenía como objetivo que los mucha-

chos vieran que para la realización de el plan de vida necesitamos de las personas que nos rodean, y que para poder alcanzarlo necesitamos de disciplina, mantener viva la motivación y teniendo el apoyo de nuestros padres de familia.

La actividad final consistió en la valoración de las actividades en esta los muchachos nos decían que les había gustado y que no, teniendo respuestas positivas puesto que ellos decían que les había gustado mucho por que pudieron trabajar de forma ordenada y se vio la integración de todo el grupo y que la actividad del rompecabezas les sirvió para interactuar con sus compañeros en especial con los que casi no suelen trabajar.

TABLA 4. Evaluación del equipo investigador

Dificultades	Logros	Elementos Obstaculizados	Elementos Facilitadores	Aprendizajes	Sugerencias para mejorar
<p>-Falta de comunicación de chavalos y chavalas.</p> <p>-No participación de una estudiante.</p> <p>-No participación en dinámica de integración.</p>	<p>-Participación del grupo en la mayoría de actividades.</p> <p>- Asistencia puntual de los chavalos y chavalas.</p> <p>-Lograr desarrollar las charlas en hora guiada.</p>	<p>-No prestar atención los chavalos y chavalas por estar burlándose entre sí.</p> <p>-Distracción de celulares.</p>	<p>-Espacio que se nos brinda en la escuela.</p> <p>-Maestras por darnos parte de su tiempo de clases.</p> <p>-Entusiasmo por parte de los chavalos y chavalas para llegar a realizar</p>	<p>-Desarrollar metodologías lúdicas.</p> <p>-Ser personas más empáticas con los demás.</p> <p>-Trabajar unidas en equipo para obtener resultados más positivos.</p>	<p>-Fomentar más la comunicación para mejorar las relaciones interpersonales.</p>



Fuente: Propia

TEMA: NUESTRAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS.

Objetivo: Aprender a manejar nuestras emociones con responsabilidad, a fin de vivir en armonía con nosotros mismos y las demás personas.

Tabla 5. Tercer encuentro “creando confianza”.

Tiempo	Actividad	Materiales	Responsable
15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y presentación <p>“Dinámica cómo te sientes hoy” consiste en decir mi nombre es____ y me siento (la emoción) ____</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Recursos Humanos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hazel ➤ Zorayda
15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Dibujar una emoción <p>Es decir, dibujar una emoción que más recuerden o sienten en su vida diaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hojas blancas ❖ Lápices de colores ❖ Lapiceros 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hazel ➤ Zorayda
15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Construir concepto de emoción y sentimiento. <p>En plenario cada chavalo(a) dirá una idea de que entiende por emoción y sentimiento. Luego se presentará el concepto de emoción y sentimiento para aclaración de dudas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Papelógrafo ❖ marcadores 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hazel ➤ Zorayda
15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Recursos humanos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hazel

Dinámica me voy de viaje.

Consiste me voy de viaje y me que me llevo de aprendizaje, en una palabra, decir algo positivo acerca del tema. Y le regalo una palabra positiva al compañero(a) de alado.

➤ Zorayda

Fuente: Propia

Narración del tercer encuentro “Creando confianza”

En el encuentro realizado con los estudiantes de 6to grado “A” de la Escuela Pública Solingalpa durante el primer semestre de año 2018.



Ilustración: 8 “Dinámica de Presentación.”

Fuente: Zorayda Flores Fecha: 03-05-18

Se inició con una dinámica de presentación la cual consistía en decir su nombre y como se sentían personalmente, su estado de ánimo; los chicos(as) manifestaron que se sentían felices, alegres, contentos y algunos tristes.

Los chavalos y chavalas dibujaron sus emociones donde hicieron caritas felices y diferentes dibujos, otros(as) escribieron que se sentían pensativos(as)



Ilustración: 9 “Dibujo de las emociones”

Fuente: Hazel Díaz Fecha: 03-05-18

En la tercera actividad se les explico en qué consisten las emociones y los sentimientos tratando de diferenciar que es cada uno y como lo podemos identificar. Los sentimientos: Son estados de ánimo que se producen por causa de impresiones, estas pueden ser alegres y felices o dolorosas y tristes, estas surgen como resultado de una emoción. Las emociones: es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia.



Ilustración: 10 “Explicación de emociones y Sentimientos”

Fuente: Zorayda Flores Fecha: 03-05-18

Luego de esta aclaración los estudiantes dieron su aporte sobre lo que entendían.

Como última actividad fue la evaluación la cual los chavalos (as) nos expresaron si les gusto o no, todo lo que se realizó, dejando en claro que todo les pareció más que bien, para incentivar a los estudiantes se hicieron rifas de borradores y tajadores los cuales tenían imágenes de emociones.



Ilustración: 11 Evaluación y rifa Fuente: Hazel Díaz

Fecha: 03-05-18

Tabla 6. Evaluación del equipo investigador

Dificultades	Logros	Elementos Obstaculizados	Elementos facilitadores	Aprendizajes	Sugerencias para mejorar
<p>-Al finalizar todos los estudiantes querían premios.</p> <p>-No todos presentan interés sobre el tema.</p> <p>-Falta de participación activa.</p>	<p>-Participación del grupo en la mayoría de actividades.</p> <p>-Asistencia puntual de los chavalos y chavalas.</p> <p>-Lograr desarrollar las charlas en hora guiada.</p>	<p>-No prestar atención de los chavalos y chavalas por estar burlándose entre sí.</p> <p>-haber realizado una rifa.</p>	<p>-Espacio que se nos brinda en la escuela.</p> <p>-Maestras por darnos parte de su tiempo de clases.</p> <p>-Entusiasmo por parte de los chavalos y chavalas</p>	<p>-Desarrollar metodologías lúdicas.</p> <p>-no promover rifas ya que causan incomodidades entre los chicos.</p> <p>-Trabajar unidades en equipo para obtener</p>	<p>-Fomentar más la comunicación para mejorar las relaciones interpersonales.</p>

			para llegar a re- lizar actividades en conjunto.	resultados más positivos.	
--	--	--	--	------------------------------	--

Fuente: Propia

4.1.2. Autodiagnóstico

El autodiagnóstico representa para nosotras el proceso de reflexión permanente sobre nuestra implicación en la investigación, para lo que nos apoyamos en consulta a expertos y temática de estudio.

Para la elaboración de dicho autodiagnóstico empezamos con una serie de preguntas para nuestra autorreflexión; como equipo de investigación nos planteamos las siguientes preguntas:

Tabla 7. A nivel Conceptual.

Equipo Investigador	Expertos	Bibliografía
<p>¿Qué es Comunicación asertiva?</p>	<p>¿Qué es Comunicación asertiva?</p>	
<p>Zorayda: Para mí es el poder comunicarme en un ambiente en donde prevalezca el respeto, la escucha, empatía y poder sentirme en confianza absoluta de expresar mis pensamientos y mis sentimientos.</p> <p>Hazel: Es saber comunicarte de manera generosa, con amor, saber respetar las opiniones de los demás, no alterarse por cualquier crítica y no ser impulsiva.</p> <p>Cindy: Es comunican sanamente, no elevan el tono de su vos, dicen las cosas sin impulsos ni alteraciones, pueden tener equilibrio ante situaciones que les hace salir de control.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Defender los derechos propios respetando los de los demás expresando lo que se cree, piensa y siente de manera directa, clara y en un momento oportuno. 	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CAOPS (Centro de atención psicosocial)</p>
<p>¿Cuáles son las características de una Comunicación Aser- tiva?</p>	<p>¿Cuáles son las características de una Comunicación Aser- tiva?</p>	

<p>Zorayda: Son personas empoderadas de su propia vida seguras de sí mismas, sociables, expresan con facilidad sus pensamientos y sentimientos. Contribuyen a tejer esa comunicación asertiva que tanta falta nos hace a nivel social e individual.</p> <p>Hazel: Es saber comunicarte de manera generosa, con amor, saber respetar las opiniones de los demás, no alterarse por cualquier crítica y no ser impulsiva.</p> <p>Cindy: Es comunicarme de una manera sana sin gritos ni impulsos, saber decir las cosas sin incomodar a los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Te sientes libre de expresar tus pensamientos, deseos y sentimientos. ○ Eres capaz de iniciar y mantener relaciones placenteras con la gente. ○ Conoces tus derechos. ○ Tienes control sobre tus impulsos e ira. No significa que reprimes tus emociones, sino los puedes controlar y expresarlos de manera adecuada. ○ Eres capaz de realizar acuerdos con otras personas. ○ Tienes en cuenta tus necesidades y las de los demás. 	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CAOPS (Centro de atención psicosocial)</p>
<p>¿Qué importancia tiene la comunicación asertiva para la sociedad?</p>	<p>¿Qué importancia tiene la comunicación asertiva para la sociedad?</p>	
<p>Zorayda: Es muy importante debido a que muchas veces los problemas sociales están arraigados a la falta de comprensión hacia</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Fomentar una comunicación asertiva diariamente, nos ayuda a fortalecer una 	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CAOPS</p>

los demás; por tal razón surgen las desigualdades, abuso de poder, violencia machista, homofobia y racismo.

Hazel: Es muy importante porque así se sabría comunicar mejor sin necesidad de ser impulsivo, lo importante es que se enseñe el valor de la comunicación desde el hogar.

Cindy: es relevante porque muchos de los problemas sociales se dan por la falta de comunicación, es importante sensibilizar a las personas para promover una correcta comunicación, ya que sea en el hogar, escuela, centro de trabajo y contribuirá a mejorar la vida diaria de todos/as.

convivencia sana y fortalece la comunicación.

- La habilidad de escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo.
- Para llegar a entender a alguien se precisa asimismo cierta empatía, es decir, saber ponerse en el lugar de la otra persona.
- Reducirás el estrés.
- Mejorarás tus habilidades sociales y personales.
- Controlarás mejor los impulsos o la rabia.
- Mejorar tu autoestima.
- Entiendes mejor tus emociones.

(Centro de atención psicosocial)

- Te respetas a ti mismo y te ganas el respeto de los demás.
- Mejoras tus habilidades de toma de decisiones.
- Ganas satisfacción personal y laboral.

Fuente: Propia

Tabla 8. A nivel metodológico.

Equipo Investigador	Expertos	Bibliografía
<p>¿La temática que abordaremos es de nuestro interés?</p>	<p>¿Qué técnicas conoce para mejorar la comunicación asertiva?</p>	
<p>Sí, porque es la principal problemática que influye en el grupo meta y esto les afecta en sus relaciones interpersonales. También porque nosotras como futuras profesionales en trabajo social, debemos conocerlo y trabajarlo, ya que es de vital importancia en la sociedad y de esta manera podemos acompañar el proceso de transformación en el grupo.</p>	<p>1.- ENTIENDE MI CUERPO</p> <p>El juego es sencillo. El coordinador reparte a cada uno de los integrantes del ejercicio tarjetas con pequeños textos (“Mañana voy al médico”; “Necesito irme de vacaciones”; “Me lo pasé bien en la cena de empresa” ...) y, uno por uno, deben interpretar solo con su cuerpo y cara la frase durante un par de minutos.</p> <p>Terminado el tiempo, el resto de participantes escribe de forma individual la frase que considera oportuna y se la entregan al ‘actor’, que lee una a una cada respuesta y, finalmente, revela cuál era su mensaje, analizando entre todos qué gestos los llevaron a poner una u otra contestación, y cómo contribuye la comunicación no verbal en su desempeño profesional.</p> <p>2.- SOY ASERTIVO</p>	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CA-OPS (Centro de atención psicosocial)</p>

a) El Facilitador leerá lo siguiente, dejando un intervalo de tiempo después de cada historia, para que los participantes identifiquen si el personaje fue asertivo, no asertivo o agresivo; así como, comuniquen experiencias propias que les haya recordado y qué respuesta asertiva encuentran para el ejemplo de no asertividad y agresividad.

OCASIÓN EN QUE NO FUE ASERTIVO: La semana pasada mi hermano tomo 500 pesos de mi cartera sin pedírmelos; en consecuencia, no puede ver la película que quería, esa noche. El acostumbra hacer cosas como éstas, pero nunca le digo nada.

OCASIÓN EN QUE SE FUE HOSTIL: Una amiga bromeaba conmigo en la oficina. Yo tenía dolor de cabeza, así que le grité que era una persona desconsiderada, inmadura, y me fui dejándola con la palabra en la boca.

OCASIÓN EN QUE FUI ASERTIVO: El otro día iba yo con un amigo en el coche y éste prendió un cigarro; le dije que fumar en un espacio tan reducido y encerrado me molestaba y le pedí de favor, que no fumara mientras estuviéramos dentro del coche. El apagó el cigarro.

b)- El Facilitador solicita a los participantes que hagan un autoanálisis sobre los comportamientos (Agresivo, asertivo y No asertivo) que muestra en cada una de las áreas de vida:

- Salud

- o Trabajo
- o Economía
- o Familia
- o Sociedad
- o Esparcimiento
- o Estudios (actuales)
- o Necesidades
- o Valores

c). - El Facilitador integra subgrupos para que comenten sus respuestas.

d). - El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

3.- DINÀMICA: HACIA ATRÁS

Se les pide a las participantes que se coloquen en dos filas dándose la espalda, pareja por pareja, con una separación de medio metro entre parejas. Dada la señal de empezar, cada persona ha de intentar llegar a la

	<p>pared contraria marchando hacia atrás e intentando, al mismo tiempo, impedir el paso a la persona contraria.</p> <p>Este juego se puede hacer de frente, empujando con las manos extendidas, siempre que tengan madurez suficiente para no agredirse.</p> <p>Al evaluar les preguntaremos cómo se han sentido, cómo estaban sus fuerzas de equilibradas, cómo podemos relacionar esta dinámica con la vida real... ¿Dónde está la comunicación?</p>	
<p>¿Cómo se rompe la comunicación asertiva?</p>		
<p>Zorayda: cuando no existe el respeto a lo que los demás expresan y también cuando no sabemos escuchar y a veces tal vez se crea un nivel de superioridad donde solo quiere sobre salir nuestras ideas, así mismo el juzgar lo que dicen.</p> <p>Hazel: Se rompe cuando se es impulsivo, cuando no se es tolerante y nos dejamos guiar por los arrebatos; cuando no</p>		

<p>defendemos nuestros derechos y actuamos de manera sumisa.</p> <p>Cindy: cuando no aceptamos las opiniones de los demás, haciendo referencia a que solo lo de nosotros importa, caemos en el egoísmo y viceversa, cuando nuestras opiniones no son tomadas en cuenta.</p>		
<p>¿Tengo la habilidad o experiencia de trabajar con adolescentes?</p>	<p>¿En la universidad UNAN-FAREM-MATAGALPA se han realizado estudio sobre la comunicación asertiva?</p>	
<p>Zorayda: En 2017 trabaje la Comunicación asertiva, utilizando la metodología de IAP con las chavalas del grupo de fútbol “Las emprendedoras del sur” y también, facilite un taller con amigos de las américas y he venido trabajando temas que se relacionan con la comunicación en el movimiento de jóvenes donde</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ En los años 2015 al 2019, en que me he desempeñado como maestra horaria, no he conocido de temas sobre comunicación asertiva, en el 2017 se realizó investigación sobre comunicación familiar de sexto grado A en la escuela Juan XXIII, 	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CA-OPS (Centro de atención psicosocial)</p>

tengo seis años de trabajar con adolescentes.

Hazel: No he trabajado dicha temática; pero si he tenido la oportunidad de trabajar con adolescentes estudiantes del Colegio Público Solingalpa, utilizando la metodología de IAP con el tema de Bullying

Cindy: este tema no lo he trabajado con grupos, pero manejo la información necesaria sobre comunicación y he utilizado la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP) con grupos del colegio público de Solingalpa, donde he estudiado el tema del Bullying, lo cual fue una experiencia gratificante como trabajadora social, porque por medio de este

<p>tipo de metodología se puede transformar al grupo y es tan necesaria en nuestra carrera profesional.</p>		
<p>¿Que necesitamos para llevar a cabo esta investigación?</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Dedicación y disposición personal. • Que el grupo de adolescentes tenga una participación activa. • Información sobre la temática. • Trabajar nuestras debilidades sobre la comunicación asertiva. • Ser pacientes, tolerantes, solidarias, empáticas, respetuosas y saber escuchar atentamente al grupo. 		
<p>¿Tenemos contacto con personas que puedan ayudarnos con nuestra temática?</p>		

Si, contamos con docentes que tienen gran conocimiento en este tema y también con amigas facilitadoras de procesos que trabajan con dicha temática y las cuales están dispuestas a colaborarnos.

Fuente: Propia

Tabla 9. A nivel Actitudinal

Equipo Investigador	Expertos	Bibliografía
<p>¿Ha puesto en práctica la comunicación asertiva?</p>		
<p>Zorayda: Si, la he puesto en práctica en mis relaciones personales y colectivas donde me gusta escuchar a las personas y practicar la empatía para solidarizarme con sus sentires sin tener la necesidad de criticar ni juzgar.</p> <p>Hazel: Si, siempre trato de hacerlo, ya es una costumbre tomar las cosas con calma y no exaltarme, no he realizado estudios; pero he leído sobre dicho tema.</p> <p>Cindy: es importante utilizarla diariamente en nuestras relaciones interpersonales, pero a veces es difícil ser asertivo en el día a día ya que a veces los problemas hacen que uno no actúe de manera adecuada, pero si trato de controlar mis actitudes, demostrando empatía, comprensión y tolerancia.</p>		

<p>¿Cómo te sientes cuando no pones en práctica la comunicación asertiva?</p>		
<p>Zorayda: Me siento egoísta ya que actuó de una manera agresiva donde pierdo la esencia de sí misma y el autocontrol de mis actitudes. Al final es un problema personal porque ese es un aviso donde debo de trabajar que está mal en mí y es una forma en la que reflexiono y suelto lo negativo que hay en mí y me hace daño.</p> <p>Hazel: Me siento mal porque me hace sentirme egoísta conmigo misma y siento mucho arrepentimiento ya que no puse en práctica la comunicación en ese momento.</p> <p>Cindy: no es una forma correcta de actuar, ya que sobresale la inseguridad y la baja autoestima, demostrando un lado negativo de la persona, el egoísmo y la falta de conciencia, por lo que es necesario para mí, tener mi propio espacio para reflexionar al saber que estoy actuando de una manera indebida.</p>		
<p>¿Cómo te sientes cuando las personas que te rodean no ponen en práctica la comunicación asertiva?</p>	<p>¿Cómo te sientes cuando las personas que te rodean no ponen en práctica la comunicación asertiva?</p>	

<p>Zorayda: No es algo que depende de mí, cuando no puedo comunicarme simplemente no presto atención porque la comunicación asertiva no es una competencia.</p> <p>Hazel: Me siento muy mal pero no puedo hacer nada al respecto; es por ello que mejor me aparto.</p> <p>Cindy: me siento mal, porque llegas a un punto de sentirte ignorada y no tomada en cuenta, pero también hay que entender que las personas son diferentes y tenemos que ser comprensivos y no tratar de cambiar algo que es natural en los demás, sino encontrar la forma correcta de comunicarme con ellos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Expresión de pensamientos, sentimientos y creencias de forma hostil y dominante violando los derechos de los demás. ○ Severos problemas de Autoestima; Me siento superior a otros e impongo mis derechos, soy más importante ○ Conducta de combatir o agredir verbalmente 	<p>Msc: Cinthya Portillo, Directora de: CAOPS (Centro de atención psicossocial)</p>
<p>¿Estamos preparadas para intrínsecamente para proceder con esta temática?</p>		
<p>Sentimos que tenemos la actitud, capacidad, información, disponibilidad para la intervención con el grupo meta acerca de la problemática.</p>		

Fuente: Propia.

Taller N.º 1

Objetivo General:

Tema: Caracterización socio-demográfica.

- Caracterizar a los integrantes de la investigación.

Objetivos Específicos:

- Conocer las edades, escolaridad, tutores, religión, red social, situación de la casa, número de personas que habitan en la casa, ocupación laboral, ingreso económico mensual y lugar de procedencia de los niños/as.
- Reconocer la importancia de la caracterización socio-demográfica para que contribuya al mejor desarrollo de las metodologías.

Tabla 10. Primer Taller de intervención

Objetivos	Actitudes a confrontar	Actividad	Materiales	Responsable	Tiempo
Integrar al grupo	Falta de atención	<ul style="list-style-type: none">• Bienvenida• Listado de asistencia• Dinámica <p>Mi nombre es y lo que más me gusta de mi compañero(a) es---</p>	➤ Humanos	➤ Hazel	15 min

<p>Construcción de la caracterización</p>	<p>Distracción del celular</p>	<p>En un cuadro dividir en filas y columna donde se detallará escolaridad, edad, tutor, religión, red social, situación de la casa, número de personas que habitan en la casa, ingreso económico mensual, ocupación laboral y lugar de procedencia. De manera individual cada participante pasara a escribir en cada cuadro detallando la información.</p>	<p>➤ o ➤ s</p> <p>Papelógraf Marcadore</p>	<p>➤ Hazel ➤ Zorayda ➤ Cindy</p>	<p>30 min</p>
<p>Animar a los integrantes</p>	<p>Burlas Falta de interés</p>	<p>Dinámica la cuchara y paleta. Hacer un círculo y cantar ahí viene el grupo responde quien, la cuchara y la paleta ah se me sube a la cabeza ah, ah se me baja a la cintura se la tiro elegir un</p>	<p>➤ Humanos</p>	<p>➤ Zorayda</p>	<p>10 min</p>

		participante (tocarse la cabeza y cintura más bailar)			
Evaluar al trio	No tomar enserio la actividad	Preguntas: Que me gusto Que no me gusto Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"> ➤ hojas de colores ➤ lapiceros 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hazel ➤ Cindy 	15 min

Fuente: Propia

4.1.3. Intervención

Narración de la primera intervención.

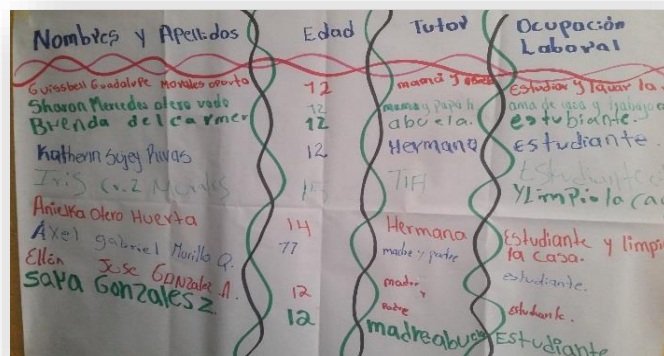


Ilustración: 12 "Dinámica de integración"

Fuente: Hazel Díaz Fecha: 10-06-18

En la primera actividad realizada tuvimos una participación activa por parte de los estudiantes y realizamos una dinámica donde consistía en decir el nombre y decir que es lo que más le gusta del compañero de alado, lo cual expresaron que le gustaban que eran estudioso/a, la amistad, la alegría de la compañera y amistad.

Como segunda actividad realizamos un cuadro donde los chavalos anotaron sus datos personales en los que tiene los nombres, tutor, edad y ocupación, procedencia, cuantos viven en su casa, cual es el ingreso económico de su familia.



Nombres y Apellidos	Edad	Tutor	Ocupación Laboral
Guadalupe Guadalupe Morales	12	mamá y papá	Estudiar y lavar la casa
Sharon Mercedes de los ríos	12	mamá y papá	ama de casa y trabaja en el comercio
Brenda del carmen	12	abuela	estudiante
Katherin Sujay Pineda	12	Hermana	estudiante
Iris Cruz Morales	15	TIA	estudiante
Aniela Otero Huerta	14	Hermana	estudiante y limpia la casa
Axel gabriel Morillo Q.	17	mamá y papá	estudiante
Ellen Jose Gonzalez A.	12	mamá y papá	estudiante
SARA GONZALEZ	12	mamá y papá	estudiante

Ilustración: 13 "Caracterización de los participantes"

Fuente: Zorayda F. Fecha: 10-06-18

Nombre y Apellidos	Sexo		Edad	Con quienes viven	Ocupación	Procedencia	Religión	Rel social al que pertenece	Situación de la casa		Nº de personas que habitan en su casa
	H	M							Alquilada	Propia	
1. Gabriel Guadalupe Morales			✓ 12	Mamá	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
2. Sharon M. Otero Vado			✓ 12	Padres	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
3. Brenda del Carmen			✓ 12	Abuela	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	5
4. Katherine Sopley Rivas			✓ 12	Mamá	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	6
5. Iva Cruz Morales			✓ 15	Tía	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	5
6. Ina Cruz Holata			✓ 14	Hermana	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
7. Annela Otero Holata			✓ 11	Padres	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
8. Axel Gabriel Muriel Q	✓		✓ 12	Padres	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
9. Elton José González			✓ 12	Madre	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	5
10. Sara González			✓ 12	Madre	Estudiante	✓	Evangelica	Ninguna		✓	4
10. Samuel Isaac Valdivia L.	✓		✓ 12	Madre	Estudiante	✓	Catolica	Ninguna		✓	4

Ilustración No. 14 "caracterización de los participantes, fuente: Cindy", Fecha: 10-06-18

Esta actividad se llevó a cabo con el fin de caracterizar a los integrantes, para conocer aspectos importantes que influyen también en cómo se comunican. Los estudiantes escribieron que además de estudiar apoyan en los trabajos del hogar, que vivían con sus padres, madres, tías y hermana, las edades predominan de los 12 a 15 años, la mayoría pertenece a la iglesia evangélica, no están organizados

en ningún grupo social, algunos no cuentan con casa propia y el ingreso económico a sus hogares es de 5000 córdobas.

Esto influye en cómo estos se comunican puesto que al no convivir con sus padres los hace sentir mal, también la parte económica de sus familiares les afecta su estado emocional, debido a que si en un hogar la economía no es la adecuada para subsistir esto influirá en la información que los mayores transmiten a sus hijos y el estrés será más grande por lo que los más afectados son ellos.

Seguido de esto se realizó la dinámica de la cuchara y la paleta para animación del grupo y terminamos evaluando lo que les gusto y lo que no de la actividad, teniendo como respuesta las dinámicas y la participación de todos.

Que les gusto:

Los niños/as nos compartieron que les gustaron las dinámicas, que desean seguir trabajando con nosotras y seguir aprendiendo de los temas de la comunicación.

No les gusto:

El tiempo y el espacio.

Recomendaciones:

Nos dijeron que no tenían recomendaciones para nosotras, que todo les pareció bien.

Tabla 11. Evaluación del taller No.1 de intervención

Equipo facilitador	Participantes
<p style="text-align: center;">Logros</p> <p>Reconocer la caracterización socio-demográfica de los integrantes.</p> <p>Participación activa de los/as chavalos.</p> <p>Desarrollo de todas las actividades planificadas.</p> <p>Ser más consiente de la situación en que viven los estudiantes y que incide en desarrollar una comunicación asertiva en sus relaciones interpersonales.</p>	<p style="text-align: center;">Logros</p> <p>Participación activa.</p> <p>Actitud respetuosa ante el taller.</p> <p>Que todos los niños/as asistieron al taller.</p> <p>Más sociabilidad con las investigadoras.</p>
<p style="text-align: center;">Dificultades</p> <p>Distracción del ruido de las demás aulas.</p>	<p style="text-align: center;">Dificultades</p> <p>Interrupciones de docentes y estudiantes.</p>
<p style="text-align: center;">Elementos Obstaculizadores</p> <p>El lugar muy pequeño espacio.</p>	<p style="text-align: center;">Elementos Obstaculizadores</p> <p>Poca movilidad por el espacio pequeño del aula.</p>

Elementos facilitadores	Elementos facilitadores
<p>El consentimiento de la directora para trabajar con las chicas/os.</p> <p>la disposición de los estudiantes para participar y brindarnos información sobre sus vidas.</p>	<p>Permiso del profesor a los niños/as para asistir a la actividad.</p>
Aprendizajes	Aprendizajes
<p>A ser más comunicativas con nosotras y el grupo.</p> <p>Reflexionar que, para tener comunicación asertiva, incide desde la familia hasta lo social.</p>	<p>Tener más unidad entre compañeros.</p> <p>Reconocer las cualidades y pequeñas muestras de afecto entre sí mismos/as.</p>

Fuente: Propia

Taller N. 2

Tema: Autoestima

Objetivo General:

- ✚ Potenciar la autoestima como base fundamental de la comunicación asertiva.

Objetivos Específicos:

- ✚ Reconocer la persona maravillosa que soy
- ✚ Promover el amor propio

Tabla 12. Segundo taller de intervención

Objetivos	Actividad	Materiales	Responsable	Tiempo
Crear un espacio de confianza para la integración del grupo.	<ul style="list-style-type: none">Listado de asistencia(Bienvenida)Dinámica <p>Cada participante presentara al compañero(a) que tiene a su lado expresando frases positivas. El fin de la dinámica es que los chavalos logren dejar la timidez y pena, así mismo reconozcan que se</p>	➤ Humanos	<ul style="list-style-type: none">❖ Hazel❖ Zorayda❖ Cindy	15 min

	puede tener un espacio desde el compar- tir.			
Construir concepto de autoestima	<ul style="list-style-type: none"> Lluvias de ideas. <p>¿Qué entiendo por autoestima?</p> <p>Cada participante debe expresar que piensa acerca de la autoestima, para valorar conocimientos a nivel personal y colectivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Humanos ➤ Marcadores ➤ Papelógrafo 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	30 min
Identificar una historia personal negativa.	<ul style="list-style-type: none"> Escribir en una hoja de color una situación donde, la experiencia haya sido negativa. Luego hacer un círculo para que cada historia sea quemada diciendo ADIOS. Brindarnos abrazos. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hojas ➤ Lapiceros ➤ Velas ➤ Música ➤ inciensos 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	20 min
Evaluar al trio facilita- dor.	<ul style="list-style-type: none"> Recomendaciones <p>-Que me gusto</p> <p>-Que no me gusto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hojas ➤ Lapiceros. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	15 min

Fuente: Propia

Narración de la segunda intervención.



Ilustración: 15 “Presentación” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 24-06-18

En el segundo encuentro de la intervención realizado con los estudiantes séptimo grado “A” del Colegio Público Solingalpa realizamos una serie de actividades en las cuales se trabajó la autoestima, en la primera actividad se les habló de las reglas de oro, que de-

bíamos de cumplir.

Seguidamente se realizó la presentación de cada uno en el cual cada quien presentaba a su compañero diciendo una frase positiva con el fin de lograr que los chavalos ya no sean tan tímidos y lograr tener una confianza sobre cada uno, fue productivo se reconoció que eran inteligentes, amigos, se quieren mucho y que algunos son muy atentos en las clases en poner atención a sus docentes.

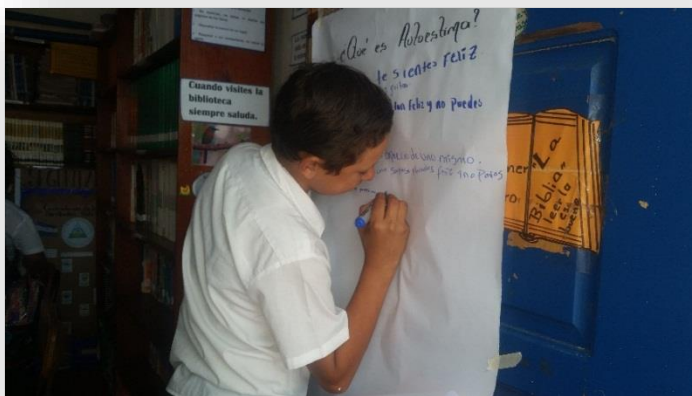


Ilustración: 16 “Concepto de autoestima” Fuente: Cindy Martínez Fecha: 24-06-18

En la segunda actividad realizamos una lluvia de ideas que consistía en decir que es para ellos la autoestima; algunos pasaron a escribir lo que pensaban en el Papelógrafo y otros nos la decían para agregarla, al final tuvimos la participación de todos.

Expresando que autoestima es:

- Sentirse feliz,

- Amor propio.
- No creerse más que lo demás, ni menos que los demás.

Según lo que ellos nos comentaban tienen bastantes conocimientos acerca de este tema, nos sirvió de mucho ya que aportaron opiniones valiosas que nos ayudan con la temática.

Entonces les aportamos que es indispensable creer en nosotros/as misma para poder potenciar la autoestima y todos/as somos capaces de lograr nuestros propósitos, ver que somos iguales es importante y sobre todo tenemos derechos a ser nosotros mismo y vencer los miedos porque muchas veces no impiden ser felices.

Se continuó con escribir historias negativas personales que han vivido en sus vidas, muchas veces se van cargando y hacen daño, por ende, hay que soltar para sanar la propia esencia, compartieron de manera individual y personal que tenían miedo a la soledad a causa de susto, otras se sienten culpables por que sus padres estaban separados, también que no tenían madres por abandono y otros sienten que en su familia no los quieren tienen mucha ausencia de afecto, entonces se quemaron diciendo “basta”, como algo simbólico de dejar ir esas experiencias que tanto mal les hace y a la vez los lastima.

En la última actividad interactuamos en la cancha todos agarrados de la mano y realizamos un juego para cerrar el taller, el cual era “el sancudo te pica”; consistía en palmear las manos en la cabeza del que teníamos alado y luego este se agachaba, seguido de esto hicimos la evaluación de la actividad realizada teniendo buenos resultados y esperando el siguiente encuentro con ansias por parte de los estudiantes.

Esta dinámica se realizó, a petición de ellos porque querían salir de la biblioteca y relajarse un poco, así que la evaluación se realizó de manera oral, dándonos los siguientes aportes:

Les gustó las dinámicas, los inciensos, el haber podido quemar las experiencias negativas, aprendieron sobre la autoestima que todos merecen ser felices, y lo que no

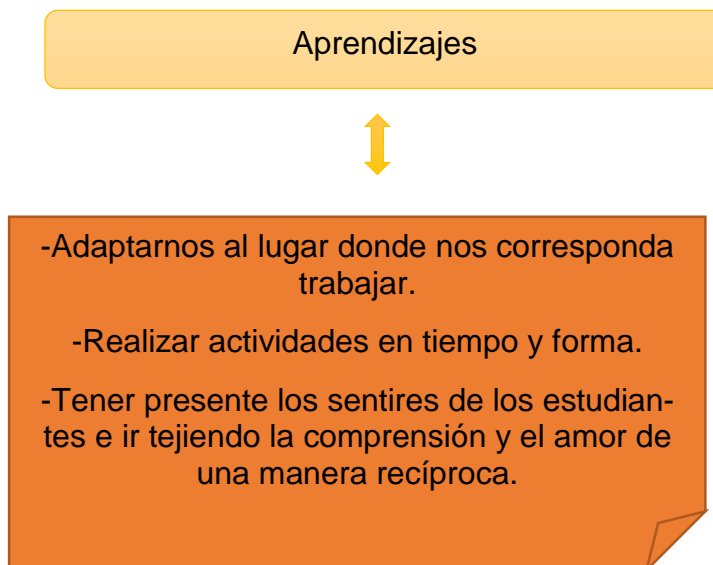
les gustó fue el espacio en la biblioteca debido a que es muy pequeño y el tiempo que nos brindan en la escuela, es un poco limitado.

Gráfico No. 1 evaluación del equipo Facilitador



Fuente: Propia

Gráfico N°2 Aprendizaje del grupo facilitador



Fuente: Propia

Gráfico N°3 Evaluación del grupo participante



Fuente: Propia

Taller N.3

Tema: Estilos de la comunicación.

Objetivo General:

- Facilitar los estilos de comunicación pasiva, asertiva y agresiva.

Objetivos Específicos:

- Describir los estilos de comunicación.

Reconocer la importancia de la comunicación.

Tabla 13. Tercer taller de Intervención

Objetivo	Actividad	Responsable	Materiales	Tiempo
Integrar a los/as estudiantes	❖ Listado de asistencia	✓ Hazel	Recursos Humanos	15 min.
	❖ Bienvenida	✓ Zorayda		
	❖ Dinámica. Mi nombre es y me pica__ una parte del cuerpo. Esta dinámica es con el fin de ir dejando la timidez y adquirir mayor confianza.	✓ Cindy		
Describir los estilos de comunicación	Ventana	✓ Hazel	✓ Papelógrafo	20 min.
	En Papelógrafo escribir en que consiste cada estilo de comunicación, lo ubicamos	✓ Zorayda		
		✓ Cindy		

	en la ventana donde las participantes leerán, aclarar dudas (hacer énfasis en la comunicación asertiva). Se hará tipo un tour donde una participante leerá y las facilitadoras van aclarar dudas para que las chicas también puedan identificarse con su propia forma de comunicarse con los demás.		✓ Marcadores		
			✓ Recursos Humanos		
Reflexionar acerca de la importancia de la comunicación en nuestras relaciones interpersonales	<p>Reflexionar (plenaria)</p> <p>¿Con cuál estilo de comunicación me identifico?</p> <p>¿Con este tipo de comunicación me expreso en la familia, comunidad y colegio?</p> <p>¿Cuál de los 3 estilos de comunicación es la adecuada y por qué?</p> <p>¿Cuáles son los beneficios de comunicarse adecuadamente</p>	<p>✓ Hazel</p> <p>✓ Zorayda</p> <p>✓ Cindy</p>	<p>✓ Humanos</p> <p>✓ Papelógrafo</p> <p>o</p> <p>✓ Marcadores</p>	15 min	
Evaluar al trio facilitador	<p>Que aprendí</p> <p>Que pueden mejorar las facilitadoras (escribir en hojas) evaluar consiste cuales son los</p>	<p>✓ Hazel</p> <p>✓ Zorayda</p> <p>✓ Cindy</p>	<p>✓ Hojas de colores</p> <p>✓ Lapiceros</p>	15 min	

	aprendizajes de las chicas(os) y las debilidades como facilitadoras.			
--	--	--	--	--

Fuente: Propia

Narración del tercer taller de intervención



Ilustración: 17 “Presentación” Fuente: Hazel Díaz

Fecha: 07-07-18

En la primera actividad realizada, se hizo la presentación de cada uno, para lograr socializar más con ellos, grabarnos el nombre de los participantes y ellos el de las facilitadoras logrando un buen avance. Fue divertido la dinámica ya que algunos/as fueron graciosos, en la manera de expresar que le picaba las orejas, nariz, los ojos, entre otras partes del cuerpo.

En la segunda actividad se realizó la explicación de cada estilo o comportamiento de la comunicación en los que esta; la pasiva, agresiva y asertiva, les mostramos lo que significa y las características que tienen; en el cual los chavalos mostraron ganas e interés de aprender sobre el tema. Además, conforme



Ilustración: 18 “Explicación de estilos de comunicación” Fuente: Cindy Martínez Fecha: 07-07-18

se iban explicando los estilos cambiando el tono de la voz, cuando era la agresiva se explicó muy fuerte, en la pasiva de una forma sumisa y asertiva muy expresiva, los

estudiantes comprendieron más fácilmente las diferencias que existen en los tipos de comunicación.



Ilustración: 19 "Relación de estilos de comunicación"
Fuente: Hazel Díaz Fecha: 07-07-18

En la tercera actividad se hizo la relación de los estilos de la comunicación con una historia "pasiva" y agresiva, luego la asociamos a lo que pasa en el salón de clases, se les pregunto con cuál de las tres se identificaban en él y porque, en lo que ellos respondieron que se identificaban más con la comunicación agresiva porque todo lo pedían con

gritos y empujones, otros tenían un poco de agresiva y pasiva debido a que en sus hogares eran muy sumisos, pero en su estudios tenían más agresividad.

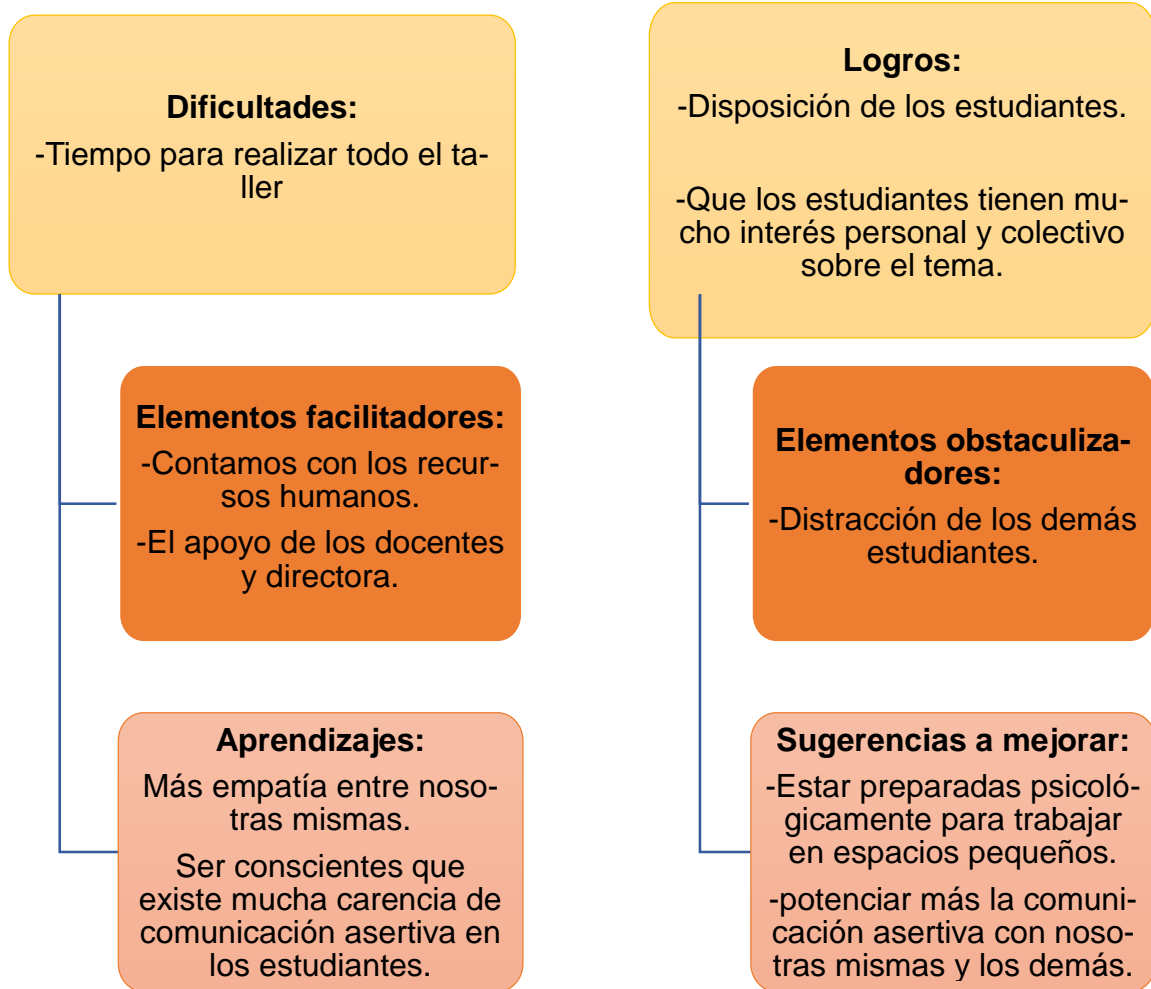
Como última actividad se hizo la evaluación en hojas de colores, preguntando si les gusto la actividad, debido a que lograron identificar con que estilo de comunicación se comunican, pero también, poder identificar a los demás la manera que



Ilustración: 20 "Evaluación del taller" Fuente: Cindy Martínez Fecha: 07-07-18

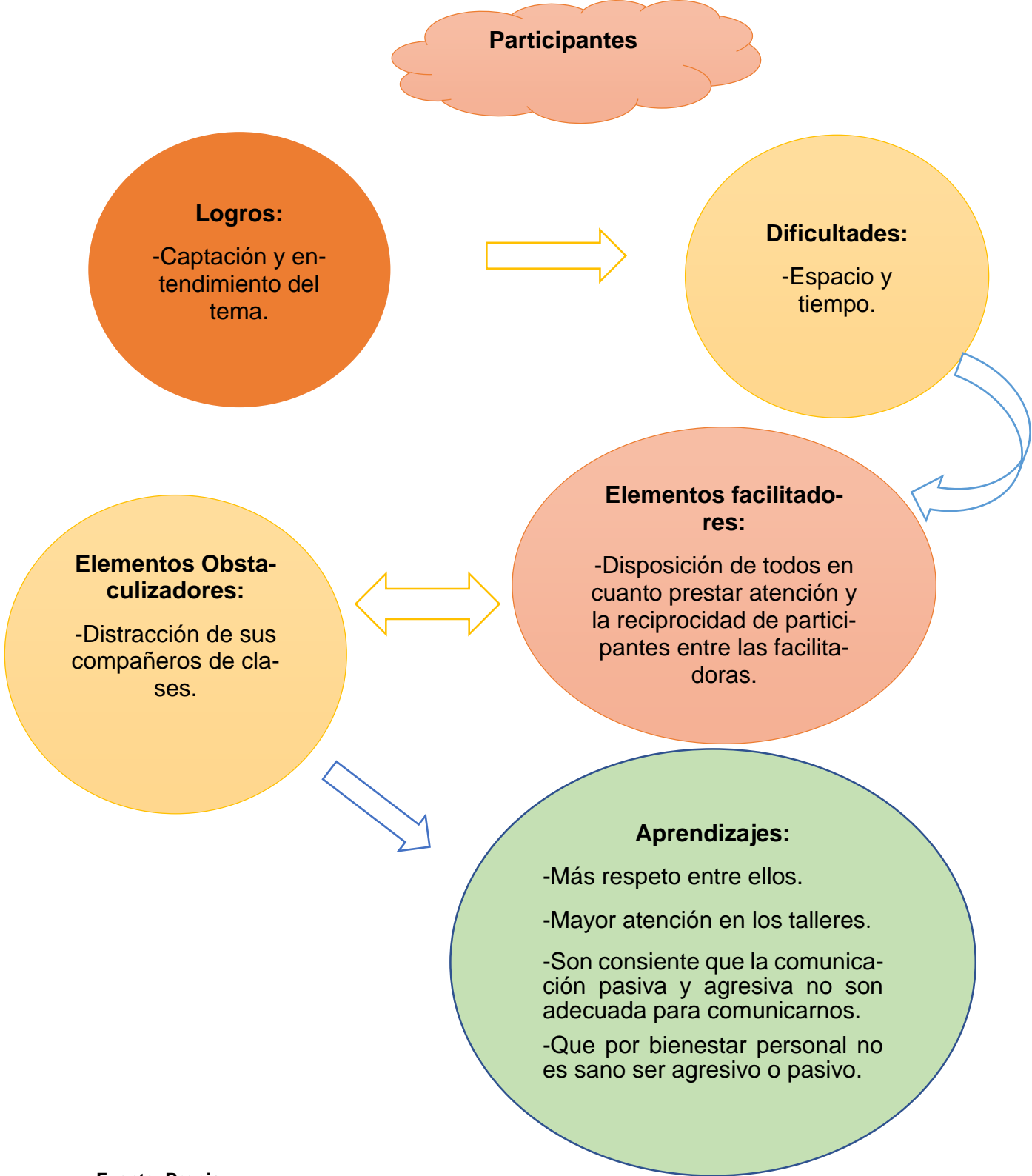
expresan, ya sea sus padres, maestros y que sugerencias tenían para las facilitadoras nos dijeron que querían más tiempo para seguir compartiendo, ya que a ellos les gusta pero sobre todo aprenden y desaprenden, son consciente que tanto la comunicación agresiva y pasiva no son constructivas.

Gráfico N°4 Evaluación del grupo Facilitador



Fuente: Propia

Gráfico N°5 Evaluación del grupo participante



Fuente: Propia

Taller N.4

Tema: Comunicación asertiva

Objetivo General:

- Desarrollar estrategias que ayuden a mejorar la comunicación asertiva.

Objetivos Específicos:

- Desarrollar la comunicación asertiva entre las chavalas.
- Reconocer los derechos asertivos.

Tabla 14. Cuarto taller de Intervención

Objetivos	Actividad	Responsable	Materiales	Tiempo
Integración de los/as participantes.	❖ Listado de asistencia	✓ Hazel	❖ Humano S	15 min
	❖ (Bienvenida)	✓ Zorayda		
	❖ Dinámica. (guerra de canciones)	✓ Cindy		
	Harán dos grupos cada grupo se pondrá un nombre, entonces para le dice a manzana levántate, levántate y manzana respondió. (debe responder con una canción)			

Construir concepto de comunicación asertiva	<ul style="list-style-type: none"> Dinámica (bola de nieve) <p>Cada participante en una hoja escribirá ideas que entiende por comunicación, se conformarán grupos para la creación de diferentes conceptos, luego se unirán los grupos para compartir los conceptos. La bola de nieve se pretende valorar cuales son los aprendizajes personales y colectivos de las chavalas acerca de la comunicación asertiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hazel ✓ Zorayda ✓ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hojas de colores ✓ lapiceros 	20 min
Reconocer la forma más asertiva para pedir un favor.	<ul style="list-style-type: none"> Dinámica (disco rayado) <p>Se realizan dos filas de misma cantidad de participante y se forman pareja A y B, cada uno llevara un pañuelo y A con palabras agradables le pedirá le regale el pañuelo sin alterarse, todo lo contrario, con respeto y cariño. Intercambiar roles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hazel ✓ Zorayda ✓ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ humanos 	15 min
Evaluar al trio de facilitadoras.	<p>Que aprendí</p> <p>Que pueden mejorar las facilitadoras (escribir en hojas) evaluar consiste cuales son los</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hojas blancas ❖ Lapiceros 	10 min

aprendizajes de las chicas(os) y las debilidades como facilitadoras.

Fuente: Propia

Narración del cuarto taller de intervención:

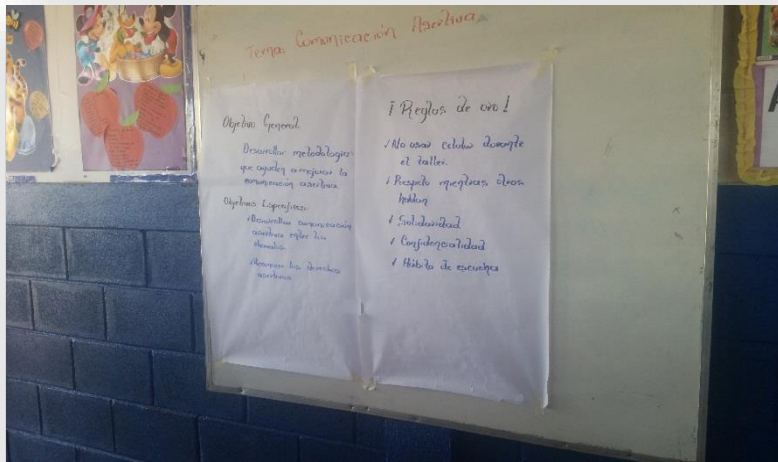


Ilustración N°21 “Reglas de oro” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 14-07-18

En la primera actividad realizada con los estudiantes se les recordó las reglas de oro que se deben cumplir en el momento de cada taller, también se les hablo del tema el cual era la comunicación asertiva, se-

guidamente se hizo una di-

námica para la integración en la que hicimos dos grupos y cada uno tenía su nombre el que se trataba de cantar una canción en respuesta de lo que el otro grupo respondía con otra canción y aunque la dinámica se llama guerra de canciones, se modificó porque no es sano ver la competitividad como algo productivo, destruye debido a que se compara, y no es así, cada ser humano lleva su propio ritmo y cada uno vive su propia vida.

Como segunda actividad, ellos escribieron que entendían por comunicación asertiva y se aclararon dudas del tema dándoles unos ejemplos de lo que es la comunicación asertiva y dejándoles en claro lo que es el concepto, haciendo énfasis que debemos de tratar a



Ilustración N° 22 “Respondiendo dudas sobre comunicación” Fuente: Cindy Martínez Fecha: 14-07-18

los demás, como a nosotros quieren que nos traten, y que tampoco podemos dar el permiso que nos hagan daño, los chavalos se mostraban muy motivados por el tema

lo que hace más fácil la realización de dichos talleres, es por ello que se les quiso poner como ejemplo lo que pasa en el salón de clases y que es mejor hablar asertivamente que estar solo usando la agresividad lo cual nos conlleva a tener problemas personales y colectivos en el salón de clases.



Ilustración N°23 “El pañuelo” Fuente; Hazel Díaz

Fecha: 14-07-18

Como tercera actividad se hizo un juego con un pañuelo y un celular el cual se llamaba “el mudo”; cada integrante de cada grupo pediría el objeto de una forma callada y con gestos tratando de convencer al que tiene el objeto; estas son técnicas asertivas las cuales se ponen en práctica para mejorar la relación y comunicación con los demás. Pero también, se desarrolla a practicar el lenguaje corporal.

Como cuarta y última actividad se hizo la evaluación del grupo para ver si les ha gustado a los estudiantes todo lo realizado y que les gustaría que hiciéramos en los demás talleres en el que respondieron que todo lo que hemos realizado les ha



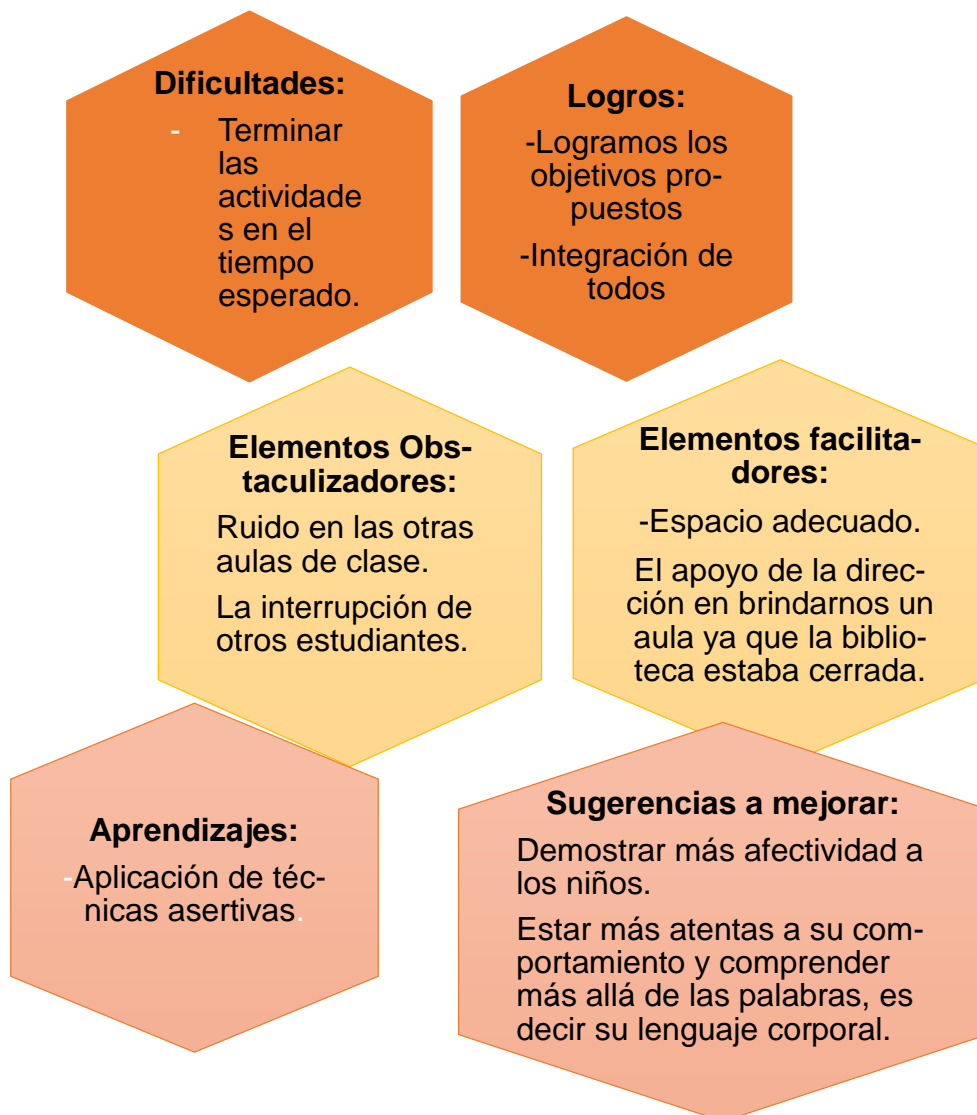
Ilustración N° 24 “Evaluando aprendizajes”

Fuente: Zorayda Flores Fecha: 14-07-18

gustado y que les encantaría seguir interactuando con el grupo para aprender más; también se les pregunto ¿Que entendieron por comunicación asertiva? En lo que respondieron que es cuando las personas se entienden perfectamente, cuando se escuchan, cuando defiendes tus derechos y cuando aceptamos la opinión de los demás.

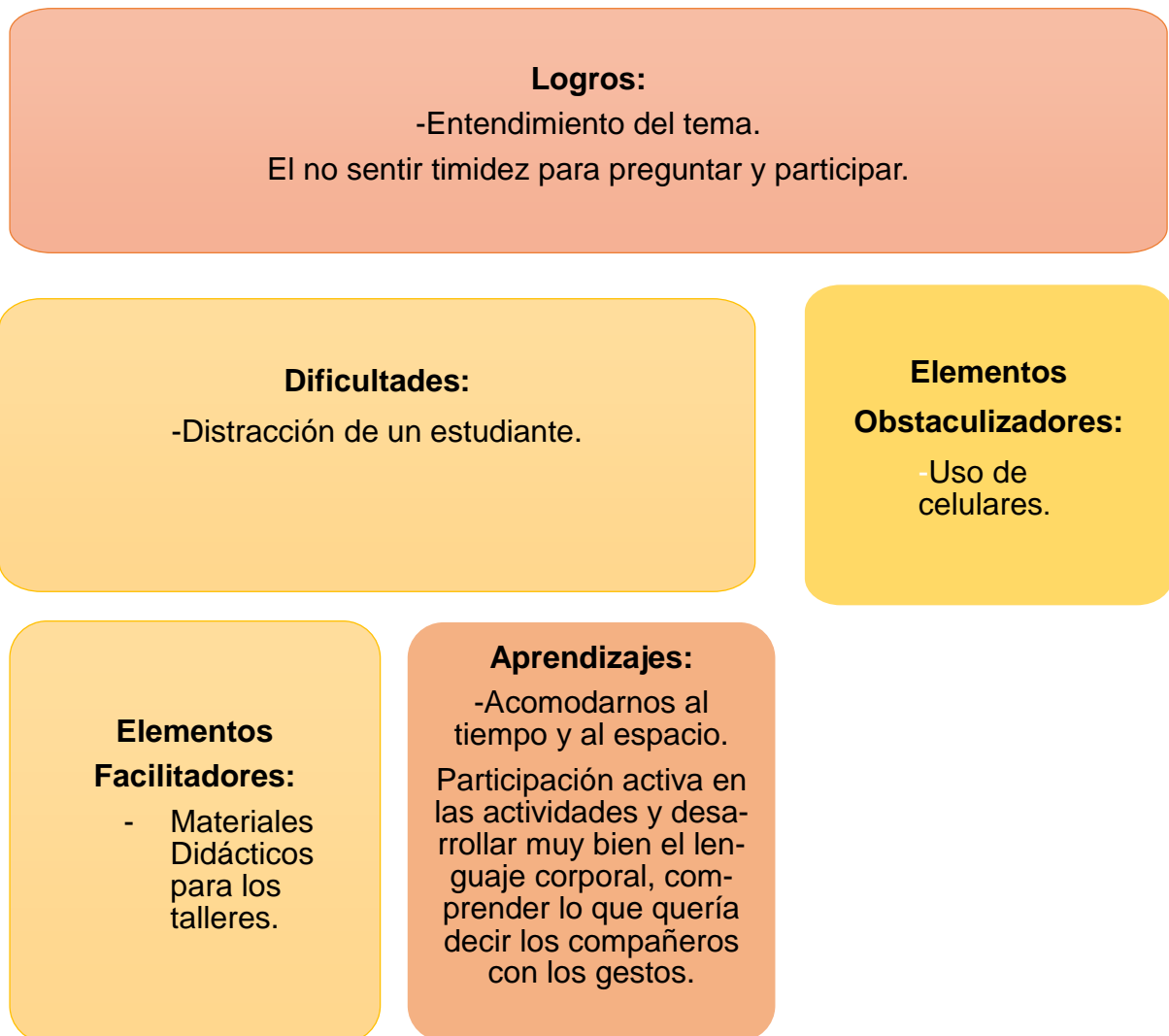
Gráfico N°6 Evaluación del equipo facilitador

Grupo Investigador



Fuente: Propia

Gráfico N° 7 Evaluación del grupo participantes



Fuente: Propia

Taller de evaluación intermedia.

Objetivo General:

Reconocer los aprendizajes y motivación personal acerca de la temática de la Comunicación Asertiva.

Objetivos Específicos:

- Expresar que cambios han tenido en sus vidas con los talleres que se han brindado.
- Describir cómo se sienten en seguir participando y aprendiendo en los talleres de Comunicación Asertiva

Tabla 15. Taller de evaluación intermedio.

Objetivo	Actividad	Responsable	Tiempo
Integración del grupo	-Bienvenida	✓ Hazel	10 min
	-Dinámica (decir el nombre y a su vez el nombre de un animal con el cual se sienten identificado y por qué)	✓ Zorayda	
Reconocer los aprendizajes y motivación con la temática de comunicación	Dinámica la bola de nieve.	✓ Cindy	25 min
	A través de un repollo se realizarán las siguientes preguntas:	✓ Hazel	
	¿Te gustaría seguir participando en los talleres?	✓ Zorayda	
	¿Crees que en el grupo existe comunicación?		
¿Mis compañeros se respetan?			

	<p>¿Crees que la comunicación en el grupo es importante?</p> <p>¿Cómo te gustaría que sean los próximos talleres?</p> <p>¿Qué emociones sienten al trabajar la comunicación asertiva?</p> <p>¿Han sentido cambio en sus vidas con los talleres pasado?</p> <p>¿Sienten confianza con las facilitadoras y el grupo?</p>		
Evaluar	<p>Que les gusto</p> <p>Que no les gusto</p> <p>Recomendaciones.</p>	<p>✓ Cindy</p> <p>✓ Hazel</p>	<p>10 min</p>

Fuente: Propia

4.1.3.1. Evaluación del taller intermedio

En el taller intermedio realizado con los estudiantes de 7mo grado "A" en el Colegio Público Solingalpa, durante el primer semestre 2019.

Se inició con una dinámica de presentación que consistía en decir su nombre y decir el nombre de un animal con el que se sienten identificados con sus mascotas; el perro, loro, conejos, entre otros.



Ilustración N° 25 "Dinámica el repollo" Fuente: Cindy Martínez Fecha: 11-02-19

En la segunda actividad realizamos un repollo el cual contenía preguntas que elaboramos, luego formamos un círculo para lograr la integración de todos, las preguntas consistían en los talleres pasados y en el tema de comunicación para constatar si aún se requiere trabajar la problemática que

está afectando al grupo; los chavalos respondieron:

- ❖ He aprendido a no andar discriminando gracias a los talleres de Bullying.
- ❖ Se sienten en confianza con las facilitadoras, ya que no se sienten escuchados por los compañeros.
- ❖ Queremos aprender más sobre el tema de la comunicación.
- ❖ Si es importante la comunicación en grupo porque entre uno mismo se comunica.
- ❖ No existe respeto entre nosotros ya que nos irrespetamos, se burlan entre si y no hay una buena comunicación.

Finalizamos con una evaluación en hojas de colores para saber si les gusto el encuentro, lo cual respondieron que sí, adquieren nuevos conocimientos en cada taller, y que también lo llevan a la practica en sus vidas y saber cómo les gustaría que sea el próximo encuentro, desean que sea con más tiempo disponible.

EQUIPO INVESTIGADOR

Tabla 16. Evaluación del taller intermedio

Dificultades	Logros	Elementos Obsta- culizadores	Elementos fa- cilitadores	Aprendizajes	Sugerencias a mejo- rar
<p>-Falta de comunicación</p> <p>-No participación de algunos estudiantes.</p> <p>-No participación en dinámica de integración.</p>	<p>Lograr desarrollar la charla en hora guía.</p> <p>-Asistencia puntual del grupo.</p> <p>-Apoyo de estudiantes en dinámica.</p>	<p>-No prestar atención los chavalos y chavalas por estar bur-lándose entre sí.</p> <p>-Uso de celulares.</p>	<p>-Espacio que nos brindan en la escuela.</p> <p>- Entusiasmo de una parte de los estu-diantes.</p>	<p>-Trabajar unidas para obtener mejores resulta-dos.</p>	<p>-Fomentar más la co-municación para me-jorar las relaciones in-terpersonales.</p>

Fuente: Propia

Taller N.5

Tema: Comunicación asertiva

Objetivo General:

- Desarrollar estrategias que ayuden a mejorar la comunicación asertiva.

Objetivos Específicos:

- Desarrollar la comunicación asertiva entre las chavalas.
- Reconocer los derechos asertivos.

Tabla 17. Quinto taller de intervención.

Objetivos	Actividad	Actitudes a confrontar	Responsable	Materiales	Tiempo
Integración de los/as participantes	<ul style="list-style-type: none">❖ Listado de asistencia❖ (Bienvenida)❖ Dinámica. <p>Consistía en la formación de parejas, agarrándose de las manos haciendo una hilera, la primera pareja,</p>	Falta de integración	<ul style="list-style-type: none">❖ Hazel❖ Zorayda❖ Cindy	<ul style="list-style-type: none">❖ Humanos❖ Música	20 min

	pasaba saludando, diciendo ¡Buenas tardes! ¡Buenas tardes! y así consecutivamente.				
Compartir los derechos asertivos	<p>❖ Búsqueda del tesoro</p> <p>En el colegio se colocarán 2 carpetas las cuales tendrán derechos asertivos cada grupo va a dramatizar una historia de comunicación asertiva y en vos alta decir los derechos asertivos.</p> <p>❖ Debate</p> <p>¿En nuestras conversaciones ponemos en práctica los la comunicación asertiva?</p> <p>¿Cómo nos sentimos cuando violentan mis derechos asertivos y por qué?</p>	<p>Desinterés</p> <p>Burlas</p>	<p>❖ Hazel</p> <p>❖ Zorayda</p> <p>❖ Cindy</p>	<p>❖ Carpetas</p> <p>❖ Gorras</p> <p>❖ Pañuelos</p> <p>❖ Humanos</p>	25 min

Evaluar al trio de facilitadoras.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Que aprendí ❖ Que pueden mejorar las facilitadoras (escribir en hojas) evaluar consiste cuales son los aprendizajes de las chicas(os) y las debilidades como facilitadoras. 	Desinterés	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lapiceros ❖ Hojas de colores 	15 min
--	--	------------	---	---	--------

Fuente: Propia

Narración del Quinto taller de intervención:

Como primera actividad realizamos una dinámica de integración para lograr la participación de todos en los que tuvimos éxito, se realizaron grupos de dos y el último grupo pasaba por en medio diciendo ¡buenas tardes! Repetidas veces a cada quien, hasta llegar adentro del salón de clases, seguidamente se sentaban para lograr desarrollar las demás actividades.



Ilustración N° 26 “Dinámica: el saludo” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 20-02-19



Ilustración N° 27 “Dramatización: Derechos asertivos” Fuente: Zorayda Flores Fecha: 20-02-19

En la segunda actividad se hizo una dramatización llamada “la búsqueda del tesoro” en la que se colocaron dos carpetas fuera del aula de clase; estas contenían una historia asertiva y los derechos asertivos que tenemos todos, seguidamente se les explico que salieran a buscarlas y a reunirse en grupos de dos para luego realizar la dramatización; tuvimos mucho éxito ya que para ellos estos temas son nuevos, fue muy productivo dramatizar era primera vez, pero lograron hacerlo muy bien y se les escucho con mucho interés.

Seguidamente realizaron la lectura de los derechos asertivos y los plasmaron en el pizarrón para combinarlos con los demás derechos que tenían el otro grupo, entre ellos están; pedir la palabra, la reciprocidad (dar y recibir), pedir ayuda y apoyo emocional, expresar sentimientos, decir no, entre otros.



Ilustración N° 28 “Lectura: Derechos asertivos” Fuente: Cindy Martínez Fecha: 20-02-19

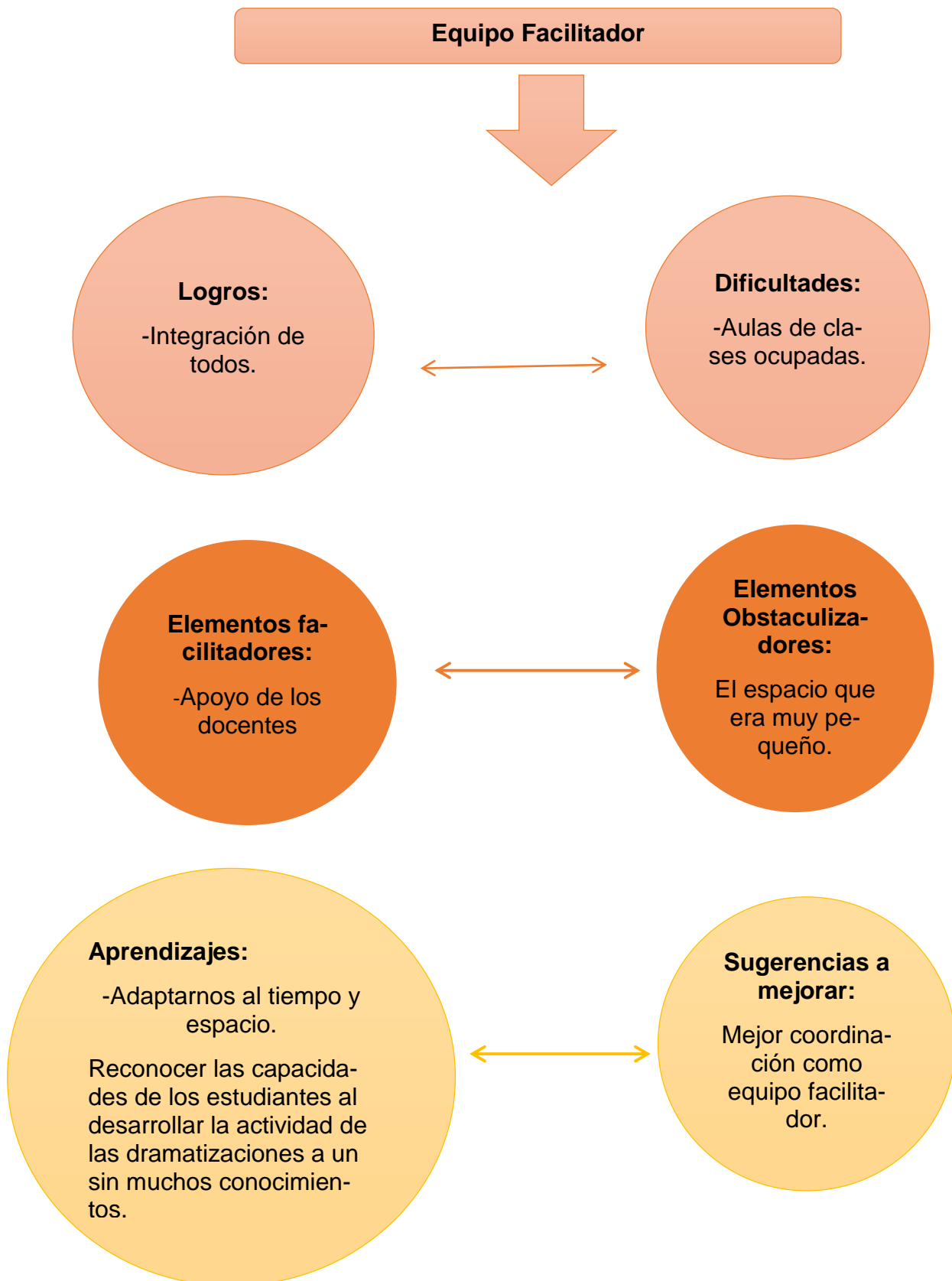


Ilustración N°29 “Evaluación: Formas de escuchar asertivamente” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 20-02-19

Como última actividad de evaluación se les preguntó; ¿Cómo se sienten cuando violentan sus derechos asertivos? Ellos contestaron que se sienten mal porque faltan a ellos quizá por desconocimiento o por alguna otra razón. ¿En

sus conversaciones ponen en práctica la comunicación asertiva? Contestaron que sí, ahora lo hacen porque intentan un cambio para su vida y así logran ser felices. También se les preguntó si hay algo que desean que cambiemos en los talleres y nos respondieron que nada. Y que han aprendido mucho como comunicarse y ser buenos líderes.

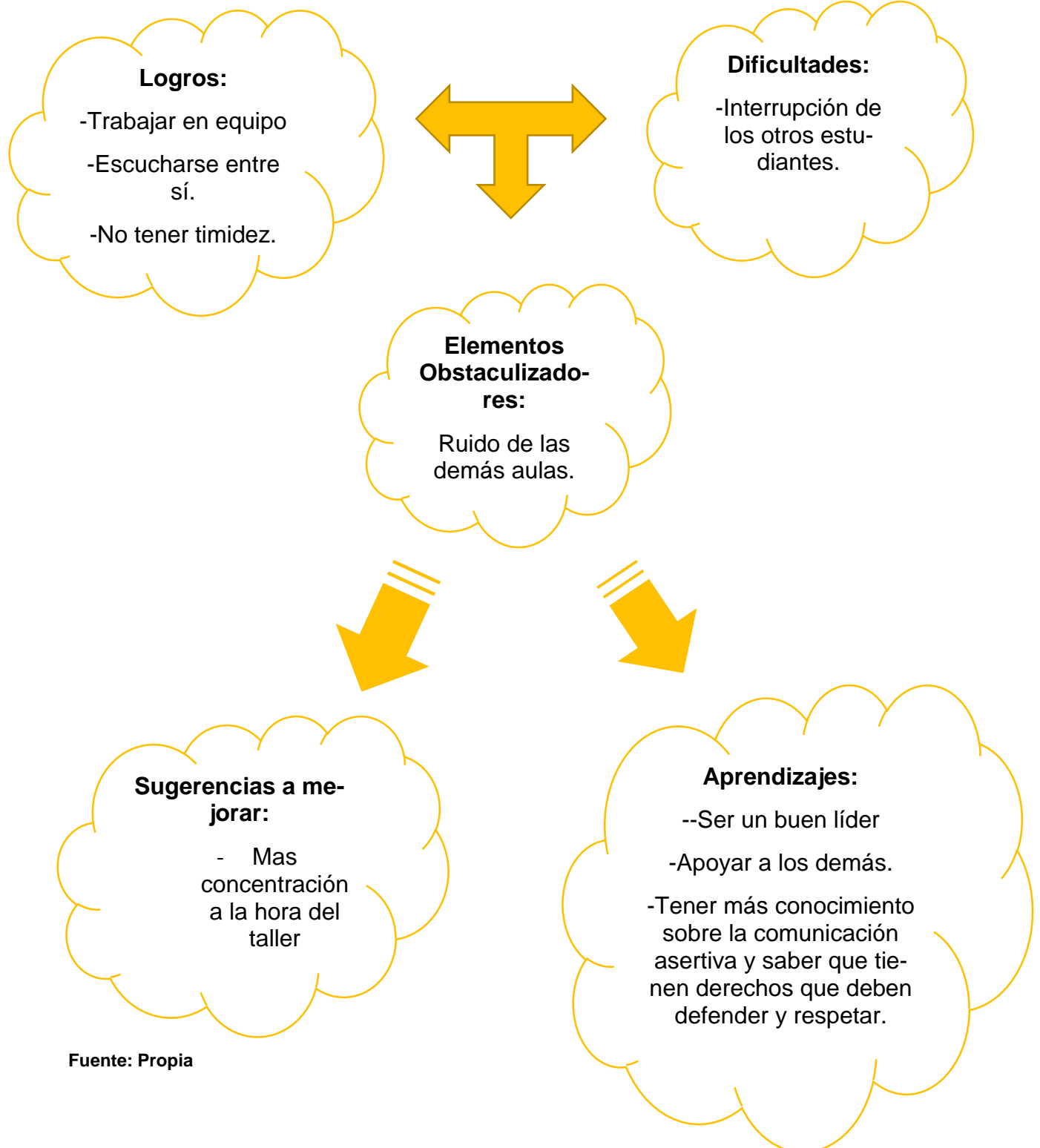
Gráfico N° 8 Evaluación del equipo facilitador



Fuente: Propia

Gráfico N°9 Evaluación del grupo participante

Participantes:



Fuente: Propia

Taller N.6

Tema: malos hábitos de escucha.

Objetivo General:

- Reconocer la importancia de la escucha como metodología esencial de la comunicación.

Objetivos Específicos:

- Compartir los malos hábitos de escucha.
- Reflexionar sobre las maneras de escuchar genuinamente.

Tabla 18. Sexto taller de intervención.

Objetivo	Actividad	Responsable	Materiales	Tiempo
Integración de los/as participantes	<ul style="list-style-type: none">• Listado de asistencia• (Bienvenida)• Dinámica: “el susurro,” esta consistía en hacer una fila, en la cual al último niño/a se le dice una frase, la cual debe pasar por cada uno de los niños/as hasta llegar al primero, para saber que tanto han aprendido de la comunicación asertiva.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hazel❖ Zorayda❖ Cindy	✓ S Humano	20 min

Explicar 5 malos hábitos de escucha	<ul style="list-style-type: none"> • Compartirles a las chicas los malos hábitos de escucha <p>Se explicará cada habito de escucha donde se hará sobre las formas de comunicarse en lo cotidiano de una forma por cada mal hábito se dramatiza.</p> <p>Distraerse, fingir que se escucha, escuchar solo palabras, escuchar selectivamente y escuchar de forma egocéntrica. Estas maneras de escuchar es lograr reflexionar que en nuestra manera de escuchar la mayoría de veces se hace con los malos hábitos de escucha por tal razón es difícil comunicarnos entre nosotras mismos/as.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ S 	<ul style="list-style-type: none"> Humano 	20 min
Compartir el poema de la escucha	<ul style="list-style-type: none"> • Plenaria <p>Un participante nos recitara el poema</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preguntas <p>¿Me siento escuchada(o) y por qué?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ blancas ✓ os ✓ s 	<ul style="list-style-type: none"> Hojas Lapicer Humano 	15 min

	¿Crees que tus compañeros merecen que te escuchen y ser escuchado?			
Evaluar al trio de facilitadoras.	<ul style="list-style-type: none"> • Que aprendí • Que pueden mejorar las facilitadoras (escribir en hojas) evaluar consiste cuales son los aprendizajes de las chicas(os) y las debilidades como facilitadoras. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hojas blancas ✓ Lapicer os 	10 min

Fuente: Propia

Narración de la sexta intervención.

En la primera actividad realizada se realizó un ejercicio de escucha para ver que tanto han aprendido mediante el proceso de la intervención; este consistía en decir una frase sobre la comunicación asertiva desde el primer niño hasta el último, viendo si todos lograban captar el mensaje y si se podía llegar con la frase sin desviarla; teniendo como resultado una comunicación asertiva ponen más atención y se comprenden entre ellos mismo, que lo han venido adquiriendo con los talleres de intervención, se logró el objetivo deseado.



Ilustración: N°30 "Ejercicio de escucha" Fuente: Zorayda F. Fecha: 28-02-19



Ilustración N°31 "Malos hábitos de escucha" Fuente: Zorayda Flores. Fecha: 28-02-19

Como segunda actividad explicamos a los chavalos los malos hábitos de la escucha, en estos esta; fingir que se escucha, distraerse, escuchar solo palabras, escuchar selectivamente y escuchar egocéntricamente, luego se les pregunto si se han dado cuenta que esto pasa cada

vez que hablamos con las demás per-

sonas teniendo como respuesta que sí pero no se habían dado cuenta y es así como lo reconocen y se dan cuenta que les hace sentir mal. Cabe mencionar para que los estudiantes se logrará entender los cinco malos hábitos de escucha se realizaron

ejemplos de la vida cotidiana, lo cual facilitó que también se identificaran en sus propias comunicaciones personales.

Seguido de esto, se les leyó un poema de la escucha el cual consistía en:

Por favor, escucha

Cuando te pido que me escuches

Y solo me das consejos,

No estás haciendo lo que te pido.

Cuando te pido que me escuches

Y solo decís por que

No debo sentirme así,

Pisoteas mis sentimientos.

Cuando te pido que me escuches

Y sientes que debes hacer algo

Para resolver mi problema,

Fallas ante mí,

Por extraño que parezca.

¡Escucha! Solo te pido que escuches.

No hagas ni digas: solo escúchame.

En esta actividad se reflejó, que esto es lo que ellos han vivido en sus hogares, pero no lo habían notado, en esto pusieron mucha atención así que se logró el objetivo planteado y sobre todo identificarse con el poema por favor escucha.

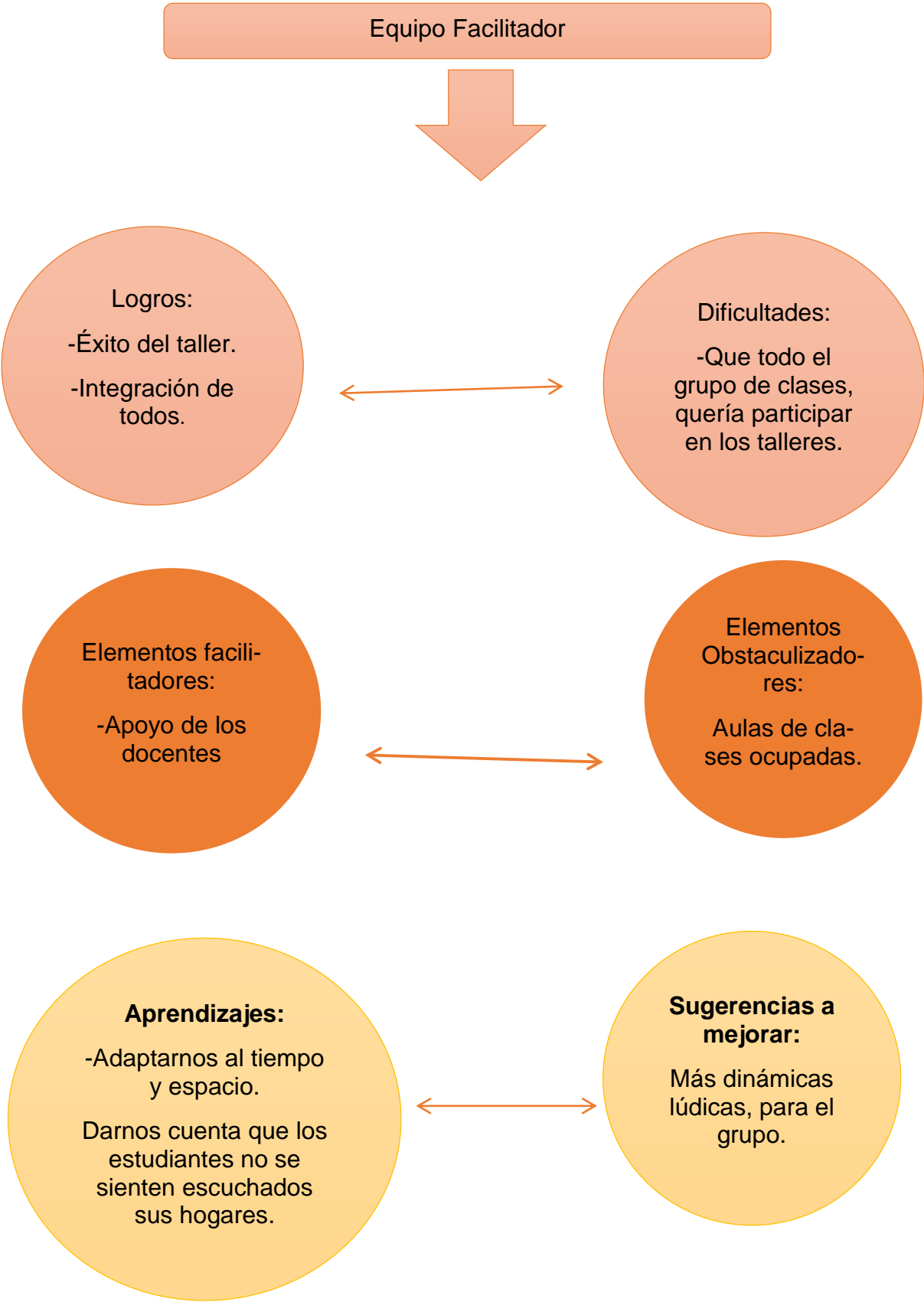


Ilustración N° 32 “Evaluación del taller de escucha” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 28-02-19

Como última actividad se hizo la evaluación del taller en el que preguntamos cómo se sentían al usar estos malos hábitos de escucha y su respuesta fue mal debido a que les hace sentir incomodo porque no se sienten escuchados y más que todo no prestan atención a sus conversaciones

ya sea en su hogar o en la escuela con sus compañeros. Seguido de esto hicimos la evaluación para constatar si han aprendido de este tema y lo que les gusto, teniendo como respuesta que, si han aprendido a comunicarse más, escucharse a sí mismos y les gusto el tema ya que les ayudara en su vida diaria

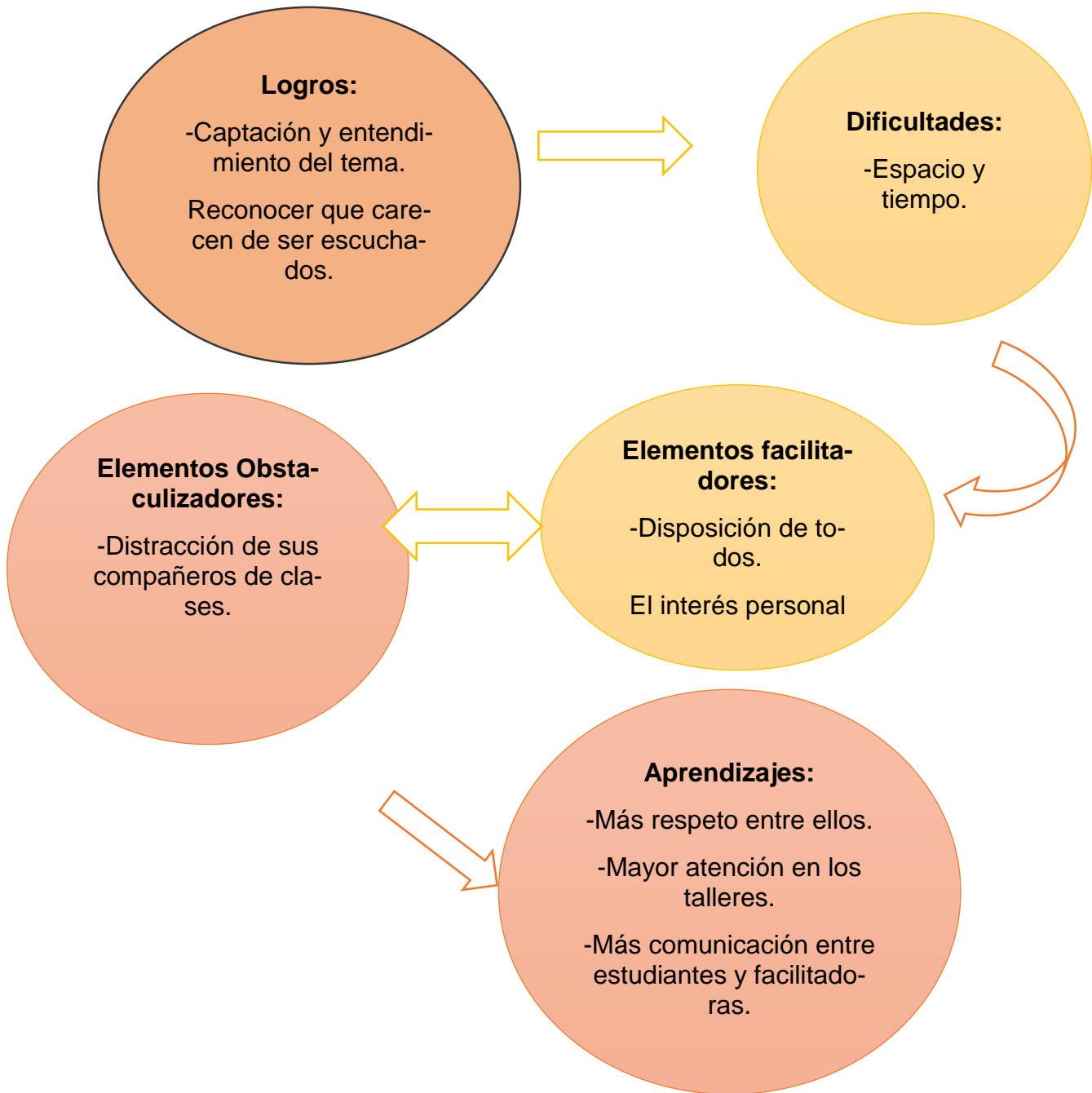
Gráfico N° 10 Evaluación del equipo facilitador



Fuente: Propia

Gráfico N° 11 Evaluación del grupo participante

Participantes



Fuente: Propia

Taller N.7

Tema: Escuchar genuinamente

Objetivo General:

- Reconocer la importancia de la escucha como metodología esencial de la comunicación.

Objetivos Específicos:

- Compartir los malos hábitos de escucha.
- Reflexionar sobre las maneras de escuchar genuinamente.

Tabla 19. Séptimo taller de intervención

Objetivo	Actitudes a confrontar	Actividad	Responsable	Materiales	Tiempo
Integración de los/as participantes	<ul style="list-style-type: none">• Falta de integración	<ul style="list-style-type: none">• Listado de asistencia• (Bienvenida)• Dinámica. <p>Dinámica (lenguaje corporal)</p> <p>Hacer dos filas, a la persona que este al final se le orientará una acción corporal y luego la persona que este adelante recibirá el mensaje y se lo</p>	<ul style="list-style-type: none">❖ Hazel❖ Zorayda❖ Cindy	✓ Humanos	20 min

		<p>dará a la compañera así sucesivamente hasta llegar al primer participante de la fila. Es muy importante reconocer que el lenguaje corporal dice mucho cuando la persona se comunica es como la conexión con las palabras porque el cuerpo refleja lo que quiere decir la persona por eso es indispensable ya que parte esencial de la comunicación es el lenguaje corporal.</p>			
<p>Compartir las maneras de escuchar genuinamente</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desinterés • irrespeto 	<ul style="list-style-type: none"> • Maneras de escuchar genuinamente (lectura reflexiva) se les presentara una historia, que se realizara con sus nombres. (reflexionar sobre practicar escuchar corazón, ojos, oídos, ponte en su lugar, practica del reflejo). La lectura consistirá en una historia del grupo se ira presentando sus fotografías mientras se va narrando la historia y música, concientizar sobre cuando una persona sabe escuchar no 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Computadora ✓ Música ✓ Historia ✓ humanos 	<p>25 min</p>

		es porque tiene oídos la escucha es más que eso es tener corazón, ojos, oídos, tener empatía y sobre todo el no juzgar a los demás el aprender a reflejar es repetir las palabras sin dar consejo solo escuchar.			
Reflexionar sobre la práctica de las formas de comunicarme genuinamente.	<ul style="list-style-type: none"> Burla Falta de respeto 	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar. ¿Me identifico con algunas de las 3 formas de la escucha genuina? ¿Cuál y por qué? ¿Qué es lo que no me permite escuchar genuinamente? Compromiso conmigo Lo que voy hacer por mí es: No voy a permitir que: 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hojas de colores ✓ Lapiceros 	15 min
Evaluar al trio.	<ul style="list-style-type: none"> Desinterés 	<ul style="list-style-type: none"> Que aprendí 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hazel 		10 min

		<ul style="list-style-type: none">• Que pueden mejorar las facilitadoras (escribir en hojas) evaluar consiste cuales son los aprendizajes de las chicas(os) y las debilidades como facilitadoras.	<ul style="list-style-type: none">❖ Zorayda❖ Cindy		
--	--	---	---	--	--

Fuente: Propia

Narración del séptimo taller de intervención



Ilustración N°33 “Dinámica de ejercicio corporal”
Fuente: Hazel Díaz. Fecha: 11-03-19

Iniciamos con un juego para ver si los chicos han logrado comunicarse entre ellos, se hizo una fila y se le dibujo una rosa en la espalda al último chico hasta llegar al primero para luego este dibujarlo en la pizarra, teniendo una buena participación de todos y se lograron captar el lenguaje corporal.

Seguidamente se realizó la explicación de las maneras de escuchar genuinamente que es practicar el reflejo, escucha activa, ponerse en el lugar de otro y luego una estudiante nos compartió una historia personal, donde expreso que su papa la abandono por separación de sus pa-



Ilustración N°34 “Maneras de escuchar genuinamente”
Fuente: Cindy Martínez Fecha: 11-03-19

dres, esto llego hasta el extremo donde le quito el afecto, todos escuchamos su historia de manera activa y se practicó la empatía y el reflejo (no juzgar, no criticar, ni aconsejar); se movieron emociones ya que otras compañeras se identificaron con ese mismo problema, pero además se sintieron realmente escuchados y pudieron expresar sus problemas personales con confianza y confidencialidad, donde hicimos un ejercicio de contención donde nos abrazamos y cantamos “vos estas balanceando mas no vas a caer”, para cerrar y expresar que nunca estamos solos/as.



Ilustración N°35 “Identificación de maneras de escucha” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 11-03-19



Ilustración N°36 “Ejercicio de contención; vos te estas balanceando” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 11-03-19

La tercera actividad que consistió en identificarse con las tres formas de escucha, los niños/as se identificaron con escuchar genuinamente y ponerse en los zapatos de la otra persona, y que ahora se escuchan más entre sí mismos.

En la cuarta actividad los niño/as en una hojita iban a escribir un compromiso (lo que voy a cambiar es, no voy a permitir que) al final ellos se lo llevaron a su casa, como muestra del compromiso personal.

Para culminar se hizo la evaluación del taller de manera oral donde ellos/as expresaron que les gustaron las actividades y que entendieron muy bien el tema.

Tabla 20. Evaluación del séptimo taller de intervención

Equipo facilitador	Participantes
<p style="text-align: center;">Logros</p> <p>Culminación del taller, en el tiempo esperado.</p> <p>Participación activa del grupo.</p> <p>También fue muy conmovedor los problemas que enfrentan los niños, violencia intrafamiliar, duelo por pérdida de su madre, separación de su padres y falta de afecto de sus padres.</p>	<p style="text-align: center;">Logros</p> <p>A los participantes les gustaron las dinámicas.</p> <p>Captación del tema.</p>
<p style="text-align: center;">Dificultades</p> <p>Enfermedad de una compañera.</p> <p>Por falta de tiempo no poder hacer más intervención con padres y comunidad educativa.</p>	<p style="text-align: center;">Dificultades</p> <p>Ser conscientes que de alguna u otra manera sufren violencia por parte de sus padres es doloroso, ya que son los seres más amados.</p>
<p style="text-align: center;">Elementos Obstaculizadores</p> <p>El espacio</p>	<p style="text-align: center;">Elementos Obstaculizadores:</p> <p>Prueba de los estudiantes</p>

Elementos facilitadores	Elementos facilitadores
Materiales necesarios para el taller.	Permiso del docente.
<p>Aprendizajes</p> <p>Acomodarnos a los imprevistos.</p> <p>Constar con algunas herramientas de contención de grupos.</p>	<p>Aprendizajes</p> <p>Confianza</p> <p>Expresión de sentimientos.</p>

Fuente: Propia.

Taller N.8

Objetivo general:

- Evaluar los aprendizajes más significativos para las(os) estudiantes sobre la comunicación asertiva.

Objetivos Específicos:

- Compartir aprendizajes positivos sobre la comunicación en lo personal y colectivo.
- Reflexionar sobre que han mejorado con las intervenciones realizadas en su vida.

Tabla 21. Octavo taller de intervención

Objetivo	Actitudes a confrontar	Actividad	Responsable	Materiales	Tiempo
Integración del grupo	-Falta de interés	✓ listado de asistencia ✓ -Bienvenida ✓ Dinámica (El espejo) En dos filas al frente, cada persona observa a su pareja de pies a cabeza. de frente	❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy	-Humanos	15 min

		Una de ellas(os) será el espejo y la otra(o) será la que se ve en el espejo, hará ante el espejo una serie de movimientos o acciones cotidianas. Al comienzo, que sean movimientos lentos, suaves y progresivamente aumentan en velocidad y energía. Después de un momento cambian de roles.			
Compartir los aprendizajes sobre la comunicación asertiva.	- Desintegración	✓ Dibujo A través de un dibujo dibujar cuales son los aprendizajes obtenidos durante la intervención así mismo escribirlos.	❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy	-Colores -Hojas blancas -Lapiceros -Humanos	15 min
Reflexionar lo que han mejorado en su manera de comunicarse con los demás.	-Desinterés	✓ Dinámica (La diana) El equipo evaluador dibujará una diana en el suelo y al alcance del grupo, proponemos	❖ Hazel ❖ Zorayda ❖ Cindy	-Papelógrafo -Marcadores -Hojas de colores	20 min

que evalúen todas las intervenciones que se realizaron p/e “Que es lo que más he mejorado con las intervenciones”. “Que he aprendido del equipo evaluador”. Las/os participantes comenzaran a valorar esos aprendizajes, lo cual se escribirán en los postít., seguidamente lo que les haya sido más importante lo pondrán más cerca de la diana y más lejos lo menos importante, depende de la valoración de cada chica(o).

Es indispensable reflexionar que actividades les ayudo más a las chicas(os) y cuáles fueron las de menor importancia.

-Maskintape

Evaluar	-Falta de respeto	✓	Que aprendí.	❖	Hazel	-Hojas blancas	15 min
		✓	Que me gusto.	❖	Zorayda	-Lapiceros	
		✓	Recomendaciones.	❖	Cindy		

Fuente: Propia

4.1.3.2. Evaluación final de las Intervenciones



Ilustración N°37 "El espejo" Fuente: Cindy Martínez. Fecha: 26-03-19

En la primera actividad de evaluación realizamos una dinámica que consistió en que el grupo hiciera una fila al frente, cada persona observaba a su pareja de pies a cabeza, luego de frente

Cada una de ellas(os) era el espejo y la otra(o) sería la que se ve en el espejo, ellos/as hicieron ante el espejo una serie de

movimientos o acciones cotidianas. Empezaron con movimientos lentos, suaves y progresivamente aumentaron en velocidad y energía. Después de un momento cambiaban los roles, con esta dinámica los muchachos se integraron e interactuaron entre sí siendo de éxito para todos/as dicha actividad.

En la segunda actividad ellos/as realizaron un dibujo donde ellos/as expresaran lo que sintieron con los talleres sobre comunicación asertiva, donde escribieron lo siguiente:

- ❖ Aprendí a comunicarme mejor con mis maestros/as, también con mis compañeros y con mi familia, conmigo misma, aprendí mucho de ustedes, gracias por todo maestras.
- ❖ Yo aprendí en los talleres a comunicarme con mis compañeros y hacer responsable, y que todos tenemos que comunicarnos con la familia, aprendimos sobre la escucha, porque tenemos que aprender a escuchar.
- ❖ Yo me identifico con una flor, he aprendido a controlar la ira y ser paciente y hablar con la gente con calma, sin enojarme, eso lo aprendí de ustedes.



Ilustración N°38 "Evaluando aprendizajes" Fuente: Zorayda Flores
Fecha: 26-03-19

Me identifico con una flor, cada pétalo representa lo que aprendí como: a no dejarme humillar de nadie, siempre contestar mirando a los ojos de las personas, aprendí a comprender a los demás, a hablar con mi familia, a analizar mejor las cosas.

Como tercera actividad realizamos una dinámica llamada "Diana" en la que el equipo evaluador dibujo una diana en el suelo y al alcance del grupo, les dijimos que evaluaran todas las intervenciones que se realizaron por ejemplo "Que es lo que más he mejorado con las intervenciones". "Que he aprendido del equipo evaluador". Las/os participantes comenzaron a valorar esos aprendizajes, lo cual se escribieron en los post-tít. Seguidamente lo que les haya sido más importante lo pondrán más cerca de la diana y más lejos lo menos importante, dependiendo de la valoración de cada chica(o).

Es indispensable reflexionar que actividades les ayudo más a las chicas(os) y cuáles fueron las de menor importancia.

En esta actividad se vio reflejado lo que el grupo aprendió con los talleres, si fue significativo para ellos o no.

Ellos escribieron en el centro de la diana lo siguiente:

- Aprendí a comunicarme asertivamente, a escuchar a los demás, a ponerme en los zapatos de los demás, muchas cosas buenas.
- Aprendí a ponerme en los zapatos del otro, a poner en práctica los derechos asertivos y a comunicarme entre nosotros mismos.

- Aprendí que la comunicación asertiva es importante para comunicarnos con las otras personas y que uno debe ponerse en los zapatos de la otra persona, como cuando una persona tiene un problema hay que entenderle.



Ilustración N°39 "Diana" Fuente: Hazel Díaz Fecha: 26-03-19

La siguiente actividad fue la evaluación de los niños/as sobre los talleres de intervención donde se les preguntó: que les gusto, que no les gusto y que aprendizajes tuvieron, en lo que ellos respondieron que:

Me gusto:

- Todas las actividades me gustaron, las dinámicas.
- Me gusto el video y las dinámicas.
- Me gustaron los temas que impartieron, son muy importantes.
- Me gustaron todos los talleres que hicimos con ustedes.

No nos gustó:

- El tiempo, porque queríamos estar más con ustedes.
- El espacio que era muy pequeño.

Aprendimos:

- A comunicarnos entre nosotros/as mismos.



Ilustración: N°40 "Diana" Fuente: Hazel Díaz Fecha: 26-03-19

- A comunicarnos con nuestros amigos y familia.
- A escuchar a los demás, porque es importante, aprendimos de la autoestima, a comunicarme con mi mama y mis compañeros.

Sugerencias a mejorar:

Los niños/a dijeron que ninguna, más bien que no cambiemos como somos y que sigamos haciendo talleres.



Ilustración N°41 “Compartiendo con el grupo” Fuente: Cindy Martínez Fecha: 26-03-19

La última actividad fue la despedida y con un cariñito que les compramos, les celebramos el cumpleaños a dos niñas, entre todos compartimos un pastel y a los niños les gustó mucho la actividad y así concluimos las intervenciones con este grupo, siendo un éxito para todos/as los temas que se impartieron.



Ilustración N° 42 “Despedida final” Fuente: Hazel Díaz Fecha: 26-03-19

Capítulo V

5.1. A manera de conclusiones

Las conclusiones presentadas no son definitivas debido a que los procesos de IAP son cíclicos y continuos, es la esencia de consolidados de aprendizajes que presentamos a continuación:

✚ En relación a nuestro primer objetivo conocimos las características socio-demográficas que los integrantes tienen, las edades están entre 12 a 15 años y sus tutores son madres, padres, tía y abuela. Además de ser estudiantes colaboran en el trabajo del hogar. Otro aspecto relevante, es que ningún estudiante está integrado en un movimiento o red social y aproximadamente el 30% de ellos habitan en una vivienda alquilada, predomina la religión evangélica y los ingresos mensuales promedios de sus familias oscilan entre los cinco mil córdobas.

✚ Respecto a nuestro segundo objetivo, a través de las actividades diseñadas nos enfocamos en la importancia de la escucha activa como elemento esencial en la comunicación asertiva: los estudiantes no se sentían escuchados en sus hogares, en el aula de clase la comunicación no era la adecuada porque lo hacían de una manera agresiva y pasiva.

✚ Respondiendo a nuestro tercer objetivo se propiciaron técnicas que fomentaran la comunicación asertiva, ya que logramos escucharnos y practicamos la empatía, solidaridad, respeto, comprensión y confidencialidad.

Con el cumplimiento de los objetivos específico contribuimos a la transformación de la comunicación asertiva en estudiantes de séptimo grado “A” del colegio público Solingalpa.

5.2. Recomendaciones

A la universidad:

- Motivar a estudiantes a realizar trabajos de investigación con metodología IAP y preparar a los docentes en estas investigaciones, ya que contribuyen a la transformación social.

Al grupo de estudiante:

- A la concientización sobre la comunicación asertiva con sus compañeros de clase, debido a la falta de escucha y comunicación.
- A nivel personal los chavalos/as ponga en práctica cotidiana la comunicación asertiva con sí mismo y las demás personas.
- Que escuchen genuinamente a las personas, para que puedan entender lo que se quieren transmitir, es decir comprender sus pensamientos y sentimientos.
- Que no se sientan responsables de las actitudes negativas, de las personas que le rodean.
- Tener más amor propio, para poder amar a los demás y así mismo potenciar la autoestima.

Al Colegio Público Solingalpa:

- Desarrollar charlas sobre comunicación asertiva a los miembros de la Comunidad educativa.
- Que el equipo de Dirección continúe brindando espacio y apoyo a los estudiantes de Trabajo Social o carreras afines para que brinden una atención integral al centro.
- Que se promueva la metodología de pares para que los estudiantes protagonistas de esta investigación transmitan lo aprendido a otros grupos de interés.

- Que se divulguen las técnicas desarrolladas para que sean replicadas por los docentes.

Bibliografía

Asamblea Nacional. (s.f.). *Código de la niñez y Adolescencia, Ley No. 287*. Obtenido de Recuperado 25 de abril 2019: <https://www.PoderJudicial.gob.ni>

Aguilar Morales, (2010). *Comunicación Asertiva, Network de psicología Organizacional*. México: Asociación Oaxaqueña de Psicología A.c.

Aguilar, E. (. (1987). *Como ser tú mismo sin culpa*. México: Ed. Pax México.

Ander- Egg, E. (2003). *Repensando la Investigación Acción-Participativa* (4 ed.). Lumen Humanistas.

Ayala, L. (2005). *Lengua y Comunicación oral y escrita* (8 ed.). México: Nuevo Siglo.

Castanyer M. O. (2013). *La asertividad, la expresión de una sana autoestima*. Europa: Tercera, ed.

Córdoba, F. (2004). *La tesis y el trabajo de tesis*. México: 30.

Cover, F. (2012). *Los 7 malos Hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. México: Fireside.

Delgado, Y. (19 de junio de 2012). *La Investigación o Enfoque cualitativo*. Obtenido de recuperado, 01 de marzo del 2018: <http://Yamilesmith.blogspot.com/>

Elizondo, M. (1999). *Asertividad y escucha activa en el ámbito académico*. México: Trillas.

Flores Galaz, M. M. (1987). Asertividad una habilidad social necesaria en el mundo de hoy. *Revista de la Universidad Autónoma de Yucatán, México, abr.jun.2002*, 34-47.

García B, D. (01 de marzo de 2010). *Técnicas de recolección de Información*. Obtenido de [www.eumed.net/libros-gratis/2010 F/852](http://www.eumed.net/libros-gratis/2010/F/852)

Gutiérrez, E. R. (1998). *El usuario de la información*. San José-Costa Rica, 15: Universidad Estatal a distancia.

Herrera Llanos, W. (abril de 06 de 2003). *La población*. Obtenido de Recuperado el 01 de marzo 2019: <https://www.google.com/search/=ms/https://dialnet.unirioja.es>

Lacayo, M. A. (2007). *Desarrollemos habilidades para la vida, Guía educativa para líderes estudiantiles*. (M. Olga, Ed.) S/L: UNICEF.

Martínez. (12 de febrero de 2013). *Paradigmas de la investigación*. Obtenido de Manual multimedia para el desarrollo de trabajos investigativos, una visión desde la epistemología dialéctica crítica.: <https://es.sildshare.net>

Matamoros, R. M. (2001). *Comunicación Empática: Comunicarnos mejor para disfrutar de las relaciones importantes de nuestra vida* (Bogoña González, Pérez Luisa ed.). Matagalpa, Nicaragua: Trocaire, Irlanda.

Méndez, A. C. (1993). *Metodología, Guía para elaborar diseños de investigación en ciencias económicas, contables y administrativas*. Mc Graw Hill, México.

Menéndez, M. (23 de octubre de 2018). *Tipos de comunicación asertiva*. Obtenido de recuperado 25 de enero 2019: <http://www.psicologia-online.com>

Mondragón, J. L. (03 de agosto de 2012). *Habilidades y estrategias de comunicación en el proceso de mediación*. Obtenido de http://rua.ua.es,ds_pace,bitstream.

Muller, D. M. (1999). *Técnicas de Comunicación oral*. San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

Munch, (1993). *Métodos y técnicas de investigación*. México: Editorial Trillas.

Muñoz, M. (09 de enero de 2015). *Técnicas e instrumentos de recolección*. Obtenido de Recuperado 01 de marzo 2019: <https://prezi.com./m/gvjxu3edeohm/tecnicas-instrumentos-d-recoleccion-de-informacion/>

Osorio, N. (13 de marzo de 2017). *Comunicación Asertiva: Una de las claves para una relación feliz*. Obtenido de Recuperado el 20 de abril del 2019: <http://www.canal10.com.ni>

Polanco, M. (27 de abril de 2018). *Como lograr una comunicación asertiva con nuestros hijos*. Obtenido de Recuperado 22 de abril 2019: <http://www.Vostv.com.ni,Managua>

Rodríguez, M. (1991). *Asertividad para negociar*. México: Electro-Comp,S.A de C.V.

Román, F. (03 de noviembre de 2014). *Asertividad*. Obtenido de Recuperado el 05 de abril 2018.: <https://www.centumpsicologos.com//que-son-derechosasertivos>.

S/A. (12 de 06 de 2017). *Escuela Solingala, Matagalpa*. Obtenido de Recuperado el 26 de abril del 2019: <https://www.google.com/maps/search/escuela+solingalpa+Matagalpa/@12.9157605,-85.953249,14z/data=!3m1!-escuelasolingalpaMatagalpa>.

Santalla. (2003). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill, México.

Solana, V. F. (2002). *Diseño de hiperdocumentos referenciales y su utilización en el servicio de consulta una propuesta metodológica*. México: ISBM.

Tamayo, M. (2004). *El proceso de investigación científica*. México: Limusa,20.

Zamora, R. H. (2007). *Español General*. Managua, Nicaragua: Universidad, Centroamericana.

Zapata, O. (2005). *La aventura del pensamiento crítico herramienta para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas*. México: 20.

Zelaya Ojeda, (2017). *Comunicación Intrafamiliar en estudiantes de 6to grado, Escuela Juan XXIII*. Monografía, UNAN MANAGUA- FAREM MATAGALPA, Matagalpa.

ANEXOS

Anexo 1. Sistema Categorical

Categorías	Dimensiones	Sub dimensiones	Aportes teóricos
Comunicación Aser-tiva	Concepto		<p>La asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. (Castanyer, 2013)</p> <p>Para Elizondo, (1999) La asertividad es la habilidad de expresar tus pensamientos, sentimientos y percepciones, de elegir cómo reaccionar y de hablar por tus derechos cuando es apropiado.</p>
	Tipos de comunicación	verbal	<p>La comunicación verbal también llamada comunicación oral, tiene la capacidad de utilizar la voz para expresar lo que se siente o piensa a través de las palabras; los gestos y todos los recursos de expresividad de movimientos del hablante forman parte de aquello que inconscientemente acompaña a nuestras palabras pero que son comunicación no verbal. (Ayala, 2005)</p>

		Escrita	Es la forma mediante la cual conserva su pensamiento por medio de las letras o grafías, a través del tiempo y del espacio. (Zamora, 2007)
		Oral	Son más personales, dan la posibilidad de intercambiar ideas, aclarar dudas, pueden ponerse a la altura mental del que recibe, ser presentada en tono amistoso y persuasivo. (Muller, 1999)
		No verbal	La comunicación no verbal, por mucho que se quiera eludir, es inevitable en presencia de otras personas. Un individuo puede decidir no hablar, o ser incapaz de comunicarse verbalmente, pero todavía sigue emitiendo mensajes acerca de sí mismo a través de su cara y su cuerpo. (Castanyer, 2013)
	Elementos de la comunicación asertiva	Contacto visual	Según Castanyer, (2013) Todas las interacciones de los seres humanos dependen de miradas recíprocas. Pensemos solamente en cómo nos sentimos si hablamos con

alguien y éste no nos está mirando; o, al contrario, si alguien nos observa fijamente sin apartar la mirada de nosotros.

La expresión facial

Según Castanyer, (2013) La expresión facial juega varios papeles en la interacción social humana:

Muestra el estado emocional de una persona, aunque ésta pueda tratar de ocultarlo, proporciona una información continua sobre si se está comprendiendo el mensaje, si se está sorprendido, de acuerdo, en contra, etc. de lo que se está diciendo, indica actitudes hacia las otras personas. Las emociones: alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresan a través de tres regiones fundamentales de la cara; la frente/cejas, ojos/párpados y la parte inferior de la cara.

La postura corporal

Según Castanyer, (2013) La posición del cuerpo y de los miembros, la forma en que se sienta la persona, cómo

		Gestos	<p>está de pie y cómo se pasea, reflejan las actitudes y conceptos que tiene de sí misma y su ánimo respecto a los demás.</p> <p>Según Castanyer, (2013) Los gestos son básicamente culturales. Las manos y, en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos.</p>
	Estilos de la comunicación	<p>Asertivo</p> <p>Pasivo</p>	<p>Para Menéndez, (2018) Las personas expresan claramente sus opiniones y sentimientos y con firmeza abogan por sus derechos y necesidades, sin violentar los derechos de los demás, estos individuos se valoran así mismos, tienen un alto nivel de auto aceptación y respeto.</p> <p>Se muestra cuando demostramos que, con nuestra conducta, que los intereses de los demás, prevalecen sobre</p>

		Agresiva	<p>los nuestros cuando opinamos que los demás tienen derecho y nosotros no. Son personas que se comportan de manera sumisa o pasiva, a veces demuestra sus necesidades, desean opiniones, sentimientos y creencias excusándose de forma opacada o tímida. (Menéndez, 2018)</p> <p>Es un estilo en el cual los individuos expresan sus sentimientos y opiniones y abogan por sus necesidades de una manera que violan los derechos de los demás. Son verbal o físicamente agresivo, nace de la baja autoestima (a menudo causado por abuso físico y emocional del pasado, heridas emocionales no sanadas y sentimiento de impotencia). (Menéndez, 2018)</p>
	Características de los estilos de la comunicación	Pasiva	<p>Según Menéndez, (2018)</p> <ul style="list-style-type: none"> -No se imponen por sí mismo. -Permiten que otros infrinjan deliberada o inadvertidamente sus derechos. -No expresan sus derechos, sentimientos y opiniones. -Tienden a hablar en voz baja o pedir disculpas.

		Agresiva	<p>-Muestran un contacto visual deficiente y una postura corporal descolgada.</p> <p>Para Menéndez, (2018)</p> <ul style="list-style-type: none">-Tratan de dominar a los demás.-Usan la humillación para controlar a los demás.-Critican, culpan o atacan a otros, son muy impulsivos.-Tienen una baja tolerancia a la frustración.-Hablan en vos alta, exigente y autoritaria.-Son muy impulsivos, actúan de manera amenazante.-No escuchan bien.-Interrumpen frecuentemente.-Tienen un contacto visual penetrante y una postura autoritaria.
		Asertiva	<p>Menéndez, (2018)</p> <ul style="list-style-type: none">-Expresan las necesidades, sentimientos y deseos de manera clara, apropiada y respetuosa.-Comunicar respeto por los demás.-Escuchan bien sin ningún tipo de interrupción total.

			<ul style="list-style-type: none"> -Sienten control de sí mismo. -Gana el respeto de los demás. -Trata de mantener sus necesidades y deseos satisfechos. -Dice no cuando es apropiado.
	Habilidades para la comunicación	Escucha Activa	<p>Mondragón, (2012) Escuchar es una destreza compleja y, para dominarla, hay que dedicarle tiempo y entrenarse. Exige una disposición o actitud personal por parte de quién escucha, de sintonizar con lo más personal e íntimo de la persona que se comunica. La escucha es una actividad que requiere toda la atención de la persona que la ejerce. Leer mientras nos hablan, mirar repetidamente el reloj, desviar con frecuencia la vista hacia otra parte o mostrar un gesto ausente..., son indicios de falta de atención y de interés que bloquean la comunicación y denotan pasividad en la escucha.</p>
		Empatía	<p>Mondragón, (2012) La empatía es la capacidad de entrar, afectiva y emotivamente, en la realidad de otra persona,</p>

			<p>entender sus necesidades y expectativas, comprender su situación tal como la vive. Ser agente mediador/a es saber ponerse en el lugar de la otra persona. Ser empática significa respetar la libertad de la persona, no juzgarla, aceptarla como es y cómo quiere llegar a ser y acompañarla en su proceso, pero sin decidir por ella.</p>
		Autoestima	<p>Castanyer, (2013) La autoestima es el pilar fundamental del asertividad. Es la valoración que tenemos de nuestra persona, el valor que nos asignamos; el cómo nos aceptamos, la satisfacción personal que tenemos de ser como somos, de lo que hacemos, pensamos y sentimos. El respeto que tengamos por nuestra propia persona, influirá sobre el que tengamos también por las demás.</p>
		Escuchar Genuinamente	<p>Primero, escucha con tus ojos, corazón y oídos. Escuchar con los oídos no es suficiente, porque solo el 7% de la comunicación está contenida en las palabras que utilizamos. El resto proviene del lenguaje corporal 53% y</p>

	Cinco malos hábitos para escuchar	Practica del reflejo.	<p>como decimos las palabras, o el tono y sentimiento que se refleja en la voz 40%. (Cover, 2012)</p> <p>Segundo, ponte en su lugar. Para llegar a ser genuino escucha, necesitas salir de tu lugar y ponte en el del otro. Piensa como un espejo, no juzgar, no dar consejos. Refleja. (Cover, 2012)</p>
Distraerse		Es cuando alguien nos habla, pero lo ignoramos porque nuestra mente está en otra galaxia. Tal vez tengo algo muy importante para decirnos, pero estamos sumidos en nuestros propios pensamientos. (Cover, 2012)	
Fingir que se escucha		Es más común. Seguimos sin poner mucha atención a la otra persona, pero al menos fingimos que lo hacemos, saltando comentarios en momentos importantes, como, “sí”, “aja”, “buena onda”, “me parece bien”. La persona que habla por lo general entenderá y sentirá que no es lo suficientemente importante para ser escuchada. (Cover, 2012)	

		<p>Escuchar selectivamente:</p>	<p>Es cuando ponemos atención solo a una parte de la conversación que nos interesa. (Cover, 2012)</p>
		<p>Escuchar solo las palabras</p>	<p>Ocurre cuando realmente ponemos atención lo que dice el otro, pero solo escuchamos las palabras y no lo que realmente se quiere decir, los sentimientos, o el verdadero significado tras las palabras. Como resultado, no comprendemos lo que realmente se dice. (Cover, 2012)</p>
		<p>Escuchar egocéntricamente</p>	<p>Sucede cuando vemos todo desde nuestro propio punto de vista. En vez de ponernos en el lugar de otro, queremos que ellos se pongan en el nuestro. Es aquí donde proviene frases como “sé cómo te sientes”, no sabemos exactamente cómo se siente, sino como nos sentimos nosotros, y suponemos que ellos se sienten del mismo modo. (Cover, 2012)</p>

	Derechos Asertivos	Concepto	<p>Derechos asertivos como aquellos que los seres humanos asumimos y tenemos por el solo hecho de ser personas. Esto implica que, sin valido para nosotros, pero igualmente para todos los demás. Ejércelos implica lealtad hacia ti mismo y respeto hacia los demás. Todo un aprendizaje y un ejerció de equilibrio. (Román, 2014)</p>
		Derechos Asertivos	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Derecho a expresar y sentir dolor. ❖ Derecho a decir “no”. ❖ Derecho a pedir ayuda o apoyo emocional ❖ Derecho a interrumpir para pedir una aclaración. ❖ Derecho a intentar un cambio. <p>(Aguilar, 2010)</p>

Fuente: Propia

Anexo 2. Cronograma de actividades.

Tema	Actividades	Medios de verificación	Fecha			
			2018		2019	
			I Semes- tre	II Semes- tre	I Semes- tre	II Semes- tre
Diagnostico “Validación de la proble- mática”	-Presentación -Dinámica -Árbol de problema -Cofre de sugerencias	-Fotografías -Asistencia -Toma de nota	✓			
“Construyamos nuestros sueños”	-Presentación -Dinámica -Exposición del tema -Rompecabezas -Valoración de las activida- des	-Fotografías -Asistencia -Toma de nota -Rompecabezas	✓			
“Nuestras emociones y sentimientos”	-Dinámica -Dibujar una emoción -Construcción de concepto	-Fotografías -Asistencia -Dibujos	✓			

	-Evaluación	-Toma de nota				
1 taller de intervención Caracterización	-Bienvenida -Lista de asistencia -Detallar datos personales -Evaluación	-Fotografías -Asistencia -Tabla de caracterización -Toma de notas		✓		
2 taller de intervención Autoestima	-Listado de asistencia -Lluvia de ideas -Identificación de una historia personal -Quema de historia personal -Recomendaciones.	-Fotografías -Asistencia -Papelógrafo -Toma de notas		✓		
3 taller de intervención Estilos de la comunicación	-Listado de asistencia -Dinámica -Explicación de cada estilo -Plenario ¿Con cuál me identifico? Asertivo, pasivo, agresivo. -Evaluación ¿Qué aprendí?	-Fotografías -Asistencia		✓		

4 taller de intervención Comunicación asertiva	-Bienvenida -Dinámica “el pañuelo” (Valoración de aprendizajes personales y colectivos) -Dinámica “disco rayado” -Evaluación	-Fotografías -Asistencia -Toma de notas		✓		
Taller Intermedio	-Bienvenida -Dinámica - Dinámica la bola de nieve. A través de una pelota de papel se realizarán las siguientes preguntas: ¿Te gustaría seguir participando en los talleres? ¿Crees que en el grupo existe comunicación? ¿Mis compañeros se respetan? -Evaluación ¿Qué les gusto y que no?	-Fotografías -Asistencia -Toma de notas			✓	

<p>5 taller de intervención Comunicación asertiva</p>	<p>-Lista de asistencia -Debate, ¿En nuestras conversaciones ponemos en práctica los la comunicación asertiva? ¿Cómo nos sentimos cuando violentan mis derechos asertivos y por qué? -Evaluación.</p>	<p>-Fotografía -Asistencia -Toma de nota</p>			✓	
<p>6 taller de intervención Malos hábitos de escucha</p>	<p>-Bienvenida -Dinámica “El susurro” -Compartir cada habito de escucha (Explicación de cada uno) -Recitar un poema ¿Te sientes escuchado? ¿Crees que mereces ser escuchado? -Evaluación</p>	<p>-Fotografías -Asistencia -Toma de nota</p>			✓	
<p>7 taller de intervención Escuchar genuinamente</p>	<p>-Bienvenida</p>	<p>-Asistencia -Fotografías</p>			✓	

	<ul style="list-style-type: none"> -Dinámica “Lenguaje corporal” -Lectura reflexiva (maneras de escuchar genuinamente) -Identificación -Evaluación 	-Toma de notas				
8 taller de intervención Evaluación final	<ul style="list-style-type: none"> -Bienvenida -Dinámica “el reflejo” -Representación de aprendizajes con dibujos. -Dibujo “diana” -Evaluación final 	<ul style="list-style-type: none"> -Asistencia -Fotografías -Dibujos -Diana 			✓	

Fuente: Propia