



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y
TECNOLOGÍA**

CARRERA DE PSICOLOGÍA GENERAL

TEMA:

**TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES
EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS
PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL
YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016.**

Trabajo de grado previo a la Obtención del Título de Psicóloga

Autora:

Stefany Mariela Pinto Pozo.

Director:

Msc. Marco Tafur.

IBARRA, 2016

ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En calidad de director de trabajo de grado, nombrado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología.

CERTIFICO:

Que, el presente informe final del trabajo de grado previo a la obtención del título de Psicóloga realizado por la Srta. Stefany Mariela Pinto Pozo, con el tema:

***“TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES
EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS
PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL
YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016”.***

Ha sido analizado y revisado, cumpliendo con las exigencias estipuladas por las autoridades de la facultad.

Por lo tanto autorizo su presentación y sustentación.



Msc. Marco Tafur
Director de Tesis



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad. Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	100332208-6		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Pinto Pozo Stefany Mariela		
DIRECCIÓN:	Corina Pinales y Av. Mariano Acosta. Sector La Florida		
EMAIL:	s.m.p.p@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2 631-787	TELÉFONO MÓVIL:	0982487349

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016.
AUTORA:	Pinto Pozo Stefany Mariela

FECHA: AAAAMMDD	2016/11/29
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> PSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Título de Psicóloga
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Marco Tafur

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Stefany Mariela Pinto Pozo, con cédula de identidad Nro. 100332208-6, en calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 05 días del mes de diciembre de 2016.

LA AUTORA:



Stefany Mariela Pinto Pozo

C.I: 100332208-6



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

**CESIÓN DE DERECHOS
DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

Yo, **Stefany Mariela Pinto Pozo**, con cédula de identidad Nro. **100332208-6**, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autora de la obra o trabajo de grado titulado: **TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016**; que ha sido desarrollada para optar por el Título de Psicóloga en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 05 días del mes de diciembre de 2016.

Stefany Mariela Pinto Pozo

C.I: 100332208-6

DEDICATORIA

Para alcanzar las metas es suficiente con querer cumplirlas. Siempre pensé que el esfuerzo, la valentía y persistencia son valores que no se los debe perder para poder conseguir algo; sin embargo; estoy segura que las cosas también se alcanzan con la ayuda de quienes nos rodean, ya que muchas veces con el simple hecho de estar presentes, de guiarnos, y sobre todo de motivarnos, hacen mucho y nos ayudan a superarnos; es por esto que este trabajo es el resultado no solo de mi esfuerzo; sino también del apoyo y paciencia de muchas personas que me acompañaron en este tiempo de crecimiento, como lo son mis amados padres mi ejemplo más grande de superación y responsabilidad los mismos que estuvieron conmigo de manera incondicional apoyándome cada instante; a mi hermano quién me motiva siempre a ser libre haciendo lo que me gusta, a mis amigas y amigos personas importantes que fueron un gran soporte en todo momento durante este proceso, y a todos los docentes los cuales me enseñaron que es necesario ser constante para cumplir los ideales, quienes sin esperar nada a cambio compartieron conocimientos y me dejaron claro la belleza de nuestra profesión. Esto es para todos ustedes; gracias por creer en mí.

STEFANY PINTO.

AGRADECIMIENTOS

A mis amados padres, por creer en mí, por todo el tiempo invertido, por todo su apoyo y por toda su paciencia para que se concluya esta etapa.

A mi hermano por estar conmigo en el trayecto de mi vida en momentos buenos y malos, motivándome siempre.

A todos los docentes de la carrera de Psicología General, por estar siempre presentes, dedicando su tiempo y conocimientos de la mejor manera.

A mi tutor Dr. Marco Tafur, por ser un gran maestro, por toda su colaboración, apoyo, tiempo y paciencia brindada durante la elaboración de este trabajo.

A psicólogos de otras instituciones que tuve el gusto de conocer, los cuales sin esperar nada a cambio me brindaron sus conocimientos y me dieron su ejemplo como personas, profesionales, y sobre todo amigos.

A mis queridas amigas y amigos, los cuales han formado una parte importante en mi crecimiento, con quienes compartí experiencias inigualables, por haber hecho un buen grupo de apoyo y darse el tiempo para estar.

A las autoridades del Colegio Nacional Yahuarcocha, por abrirme las puertas y brindarme todo el apoyo necesario para la ejecución de este proyecto, ayudándome a que este trabajo se haga realidad.

ÍNDICE GENERAL

ACEPTACIÓN DEL TUTOR	ii
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTOS	vii
ÍNDICE GENERAL.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiii
ÍNDICE DE ANEXOS.....	xiv
RESUMEN.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
INTRODUCCIÓN	xvii
CAPÍTULO I.....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.3 Formulación del problema	4
1.4 Delimitación espacial y temporal del problema.....	4
1.4.1 Unidades de observación.....	4
1.4.2 Delimitación espacial	4
1.4.3 Delimitación temporal.....	4
1.5 Objetivos	5
1.5.1 Específicos	5
1.6 Justificación.....	5
CAPÍTULO II	7
2. Marco Teórico.....	7
2.1 Fundamentación Teórica.....	7

2.1.1 Fundamentación Psicológica.....	7
2.1.2 Fundamentación Sociológica	8
2.1.3 Fundamentación pedagógica	8
2.1.4 El maltrato	9
2.1.5 Maltrato psicológico.....	9
2.1.6 Maltrato Verbal:	10
2.1.7 Maltrato Social	11
2.1.8 La violencia o maltrato escolar	11
2.1.9 El maltrato entre iguales.....	12
2.1.10 Agresores.....	13
2.1.11 Las víctimas.....	13
2.1.12 Tipos de maltrato.....	15
2.1.13 Características de maltrato escolar	16
2.1.14 Consecuencias	17
2.1.15 Asertividad	19
2.1.16 Entrenamiento asertivo.....	23
2.1.17 Habilidades sociales	25
2.1.17.1 Clases de habilidades sociales	26
2.1.17.2 Autoestima y Asertividad.....	28
2.2 Posicionamiento personal.....	29
2.3 Glosario de términos	30
2.4 Interrogantes de Investigación	32
2.5Matriz Categorical.....	33
CAPITULO III	34
3. Metodología de la Investigación	34
3.1 Tipo de investigación	34
3.1.1 Investigación de Campo	34

3.1.2 Investigación Descriptiva.....	34
3.1.3 Investigación Bibliográfica	34
3.2 Métodos de investigación.....	34
3.2.1 Método inductivo – deductivo.....	34
3.2.2 Método analítico – sintético	35
3.2.3 Método psicométrico.....	35
3.3 Técnicas e instrumentos de investigación	35
3.3.1 Encuesta	35
3.3.2 Observación psicológica	36
3.3.3 Reactivos Psicológicos.....	36
3.3.4 Cuestionario psicológico.....	36
3.3.5 Ficha de Observación.....	36
3.3.6Escala de autoestima de Rosenberg	37
3.4Población.....	37
3.5 Muestra.....	37
CAPITULO IV	39
4 Análisis e interpretación de resultados	39
4.1 Análisis general de la encuesta.....	39
4.2 Análisis e interpretación de la escala de autoestima de Rosenberg	41
4.3 Análisis e interpretación de la ficha de observación	51
CAPITULO V	59
5 Conclusiones y recomendaciones	59
5.1Conclusiones:	59
5.2 Recomendaciones:.....	60
5.3Respuestas a las interrogantes de investigación.....	61
CAPÍTULO VI.....	63
6. Propuesta de intervención	63

6.1 Título de la propuesta.....	63
6.2 Justificación e importancia.....	63
6.3 Fundamentación	64
6.4Objetivos	65
6.4.1Objetivo General	65
6.4.2 Objetivos Específicos.....	65
6.5 Ubicación sectorial y física	65
6.6 Desarrollo de la propuesta.....	66
6.7 Impactos	86
6.7.1 Impacto social	86
6.7.2 Impacto familiar	86
6.7.3 Impacto educativo	86
6.7.4 Impacto psicológico	87
6.8 Difusión.....	87
6.9 Referencia Bibliográfica	88
Anexo 1 Árbol de problemas	92
Anexo 2 Matriz de Coherencia.....	93
Anexo 3 Encuesta Maltrato	94
Anexo 4 Instrumento de Aplicación.....	95
Anexo 5 Ficha de Observación	96
Anexo 6 Formato de talleres	98
Anexo 7 Registro fotográfico.....	99
Anexo 8 Certificado de aceptación institucional.....	106
Anexo 9 Certificado de Veracidad de la Información.....	107

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Clasificación de las habilidades sociales.....	28
Tabla 2 Constancia de Maltrato	39
Tabla 3.- Frecuencia y porcentaje Autovalía	41
Tabla 4.- Frecuencia y porcentaje Autovalía	41
Tabla 5.- Frecuencia y porcentaje Identidad	42
Tabla 6.- Frecuencia y porcentaje Identidad	42
Tabla 7.- Frecuencia y porcentaje Autonomía	43
Tabla 8.- Frecuencia y porcentaje Autonomía	43
Tabla 9.- Frecuencia y porcentaje Actitud Positiva	44
Tabla 10.- Frecuencia y porcentaje Actitud Positiva	44
Tabla 11.- Frecuencia Satisfacción Personal.....	45
Tabla 12.- Frecuencia Satisfacción Personal.....	45
Tabla 13.- Frecuencia y porcentaje Autovaloración	46
Tabla 14.- Frecuencia y porcentaje Autovaloración	46
Tabla 15.- Frecuencia Sentimientos de inferioridad	47
Tabla 16.- Frecuencia Sentimientos de inferioridad	47
Tabla 17.- Frecuencia y porcentaje Auto-respeto	48
Tabla 18.- Frecuencia y porcentaje Auto-respeto	48
Tabla 19.- Frecuencia y porcentaje Autopercepción.....	49
Tabla 20.- Frecuencia y porcentaje Autopercepción.....	49
Tabla 21.- Frecuencia Auto-aceptación	50
Tabla 22.- Frecuencia Auto-aceptación	50
Tabla 23.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 1	51
Tabla 24.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 2	52
Tabla 25.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 3	53
Tabla 26.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 4	54
Tabla 27.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 5	55
Tabla 28.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 6	56
Tabla 29.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 7	57
Tabla 30.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 8	58

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Encuesta Maltrato	39
Gráfico 2 Autovalía	41
Gráfico 3 Autovalía	41
Gráfico 4 Identidad	42
Gráfico 5 Identidad	42
Gráfico 6 Autonomía	43
Gráfico 7 Autonomía	43
Gráfico 8 Actitud Positiva	44
Gráfico 9 Actitud Positiva	44
Gráfico 10 Satisfacción Personal	45
Gráfico 11 Satisfacción Personal	45
Gráfico 12 Autovaloración	46
Gráfico 13 Autovaloración	46
Gráfico 14 Sentimientos de Inferioridad	47
Gráfico 15 Sentimientos de Inferioridad	47
Gráfico 16 Auto-respeto	48
Gráfico 17 Auto-respeto	48
Gráfico 18 Autopercepción	49
Gráfico 19 Autopercepción	49
Gráfico 20 Auto-aceptación	50
Gráfico 21 Auto-aceptación	50
Gráfico 22 Habilidad 1	51
Gráfico 23 Habilidad 3	52
Gráfico 24 Habilidad 4	53
Gráfico 25 Habilidad 5	54
Gráfico 26 Habilidad 6	55
Gráfico 27 Habilidad 7	57
Gráfico 28 Habilidad 8	58

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Árbol de problemas	922
Anexo 2 Matriz de Coherencia	933
Anexo 3 Encuesta Maltrato	944
Anexo 4 Instrumento de Aplicación.....	955
Anexo 5 Ficha de Observación	966
Anexo 6 Formato de talleres	98
Anexo 7 Registro fotográfico.....	99
Anexo 8 Certificado de aceptación institucional	1066
Anexo 9 Certificado de Veracidad de la Información	1077

RESUMEN

La presente investigación psicológica se realizó en la Unidad Educativa Yahuarcocha, en donde el objetivo del trabajo fue el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes que han sido víctimas de maltrato psicológico por sus pares o compañeros de edades contemporáneas; lo cual, mediante un proceso de investigación se pudo observar claramente dicha problemática; para ello fue necesario la aplicación de instrumentos específicos, por lo que se aplicó una encuesta relativa al maltrato con la finalidad de conocer su existencia y a su vez poder seleccionar a los estudiantes muestra con quien se trabajó, los cuales de 85 estudiantes se llegó a determinar que fueron 20 aquellos que pasaban por dicha situación. Continuamente a esto se aplicó un test sobre autoestima, como un instrumento de apoyo para conocer el estado en el que se encontraban los estudiantes antes de formar parte del grupo de intervención; para así aplicar nuevamente al final el mismo test y poder hacer una comparación de resultados obtenidos. Además durante todo el proceso de la intervención, se realizó la ficha de observación que permitió evaluar el desarrollo de las habilidades sociales de cada estudiante, e ir observando cómo se desarrollaron y mejoraron las mismas. La intervención se hizo mediante la utilización de técnicas asertivas como por ejemplo la técnica de banco de niebla, el disco rayado; entre otras que son de gran importancia, las mismas que fueron aplicadas en talleres de manera grupal, con la finalidad de no solo contribuir a la mejora de la autoestima, sino que principalmente a la mejora de las habilidades sociales, para así fortalecerlas y mitigar en su gran mayoría estudiantes víctimas de maltrato; y a su vez optimizar su estilo de vida. De los resultados obtenidos en la investigación surge la necesidad de implementar un programa de intervención psicológica, destinado a este fin.

ABSTRACT

The present psychological investigation was carried out in the Unidad Educativa Yahuarcocha, where the objective of these work was the development of social skills in students who have been victims of psychological abuse by their peers or contemporaries; which, through a research process, could clearly be observed this problem; for that it was necessary to apply specific instruments, so that a survey on abuse was applied in order to know their existence and in turn to be able to select the students sample with whom they worked, and from 85 students 20 were determined who went through this situation. This was followed by a self-esteem test, as a support tool to know the state in which the students were before becoming part of the intervention group; to re-apply the same test at the end and to make a comparison of the results obtained. In addition, during the whole process of the intervention, the observation sheet was made so it allowed to evaluate the development of the social skills of each student, and to observe how they were developed and improved. The intervention was made using assertive techniques such as fog bank technique, scratched disc; among others that are of great importance, the same ones that were applied in workshops in a group way, with the purpose of not only contribute to the improvement of self-esteem, but mainly to the improvement of social skills, in order to strengthen and mitigate them in the vast majority of students which are victims of abuse; and in turn to optimize their lifestyle. From the results obtained in the research emerge the need to implement a program of psychological intervention, destined to this propose.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación radica en la importancia que tiene la asertividad y las habilidades sociales para enfrentar situaciones que se presentan en el diario vivir; en este caso; las situaciones en las que se encuentran algunos adolescentes en el ámbito educativo suelen resultar complicadas o conflictivas, ya que algunos son víctimas de recibir algún tipo de maltrato entre iguales, especialmente el psicológico; en donde se ha evidenciado la intimidación, la exclusión, los apodos, las amenazas, entre otros aspectos que han generado más violencia, por lo que esta investigación está enfocada en potenciar las habilidades sociales mediante técnicas asertivas, las cuales mejoren las posibilidades de mantener relaciones interpersonales más satisfactorias.

Para realizar esta investigación fue necesario profundizar en temáticas de gran importancia que se encuentran en el Capítulo II, en donde se topan aspectos como conceptualizaciones, historia, consecuencias, entrenamiento asertivo, entre otros; que están fundamentados en la psicología, sociología y pedagogía; con el fin de que el estudiante afronte sus inconvenientes cotidianos de manera asertiva mediante el aprendizaje, entrenamiento y mejoramiento del mismo.

La investigación se realizó desde un enfoque cualitativo con tinte descriptivo, en la cual se usan métodos encaminados a la investigación científica; a la vez se utilizan técnicas e instrumentos para indagar aspectos relevantes de los estudiantes muestra, en cuanto a maltrato psicológico, autoestima y al nivel de desarrollo de habilidades sociales, en donde a partir de esto se realizará la parte aplicativa de la investigación, con un cronograma previamente realizado y cumpliendo los objetivos expuestos; esto lo integran el Capítulo III.

Se muestra el análisis e interpretación de los resultados obtenidos con los instrumentos aplicados a los estudiantes participantes, quienes hicieron posible la investigación, indicando a través de las tablas y gráficos estadísticos la confiabilidad y veracidad de la información, a partir de ahí se dio paso a la elaboración del Capítulo IV. Se señalan las conclusiones a las que se llegó al finalizar la investigación, conjuntamente con las recomendaciones; lo cual dio la pauta de trabajo para tomar las disposiciones necesarias para la intervención psicológica, quedando esto detallado en el Capítulo V. En definitiva para brindar herramientas necesarias para el desarrollo de habilidades sociales, se plantea la propuesta alternativa en el Capítulo VI. La documentación finaliza con la bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Antecedentes

Los escenarios o contextos de maltrato, en este caso el maltrato psicológico, son una situación real que está presente en algunas instituciones educativas de nuestro país siendo uno de los problemas que preocupan a nuestra sociedad, ya que es un tipo de violencia interpersonal que consiste en la intimidación y/o acoso de una o más personas hacia otras más frágiles, de forma reiterada o frecuente y a lo largo del tiempo; dejando efectos o secuelas como la baja autoestima en la víctima o persona que padece esta situación.

El primer trabajo sobre las conductas de maltrato tuvo inicio con las investigaciones del Psicólogo Dan Olweus de Noruega y con la campaña nacional anti-bullying en la escuela de Noruega. Dan Olweus iniciaba sus investigaciones sobre la problemática de los agresores y sus víctimas, a pesar de que no existía ningún interés de las instituciones en el asunto. El programa de intervención propuesto por Olweus tenía como característica principal determinar reglas claras contra este problema en las escuelas, alcanzar una participación activa de parte de los profesores y padres, aumentar la concientización del problema, avanzando en el sentido de eliminar los mitos sobre el acoso o maltrato, para proveer apoyo y protección a las víctimas. (Olweus, 2011)

Este problema no es tan nuevo o reciente como aparenta ya que en los últimos años se ha considerado a ciertas problemáticas psicosociales como una dificultad real y peligrosa en los colegios; independientemente del tamaño de los establecimientos, de la cultura, del nivel social, de la diversidad, o de cualquier otra situación; es decir el maltrato está presente en cualquier escenario y no es propio de ninguna parte de la sociedad.

En las primeras investigaciones realizadas sobre ésta temática, según: (Olweus D. , 2011) en la infancia y en la adolescencia, aunque parezca poco comprensible y probablemente hasta incierto, las relaciones de ejercicio de poder también existen: El abuso de los niños y los adolescentes sobre sus iguales, particularmente en la adolescencia temprana e intermedia, es una convivencia en la que un menor ejerce cualquier forma de maltrato (físico, psicológico y hasta sexual) sobre otro.

Algunos estudios demuestran que desde hace algunos años atrás, muchos estudiantes; en este caso los y las adolescentes han tenido que resistir a agresiones de sus compañeros, las que aparentemente no dejan consecuencias negativas; siendo a simple vista un juego ante las autoridades, sin embargo, aunque en ocasiones resulte un juego; no siempre es así, y muchas veces eso se ha pasado por alto y no se ha puesto atención a lo que realmente sucede y de los efectos que esto estaría dejando en quienes son víctimas de maltrato.

El Ministerio de Educación ha pedido que los alumnos, padres y profesores denuncien los casos de acoso escolar y el año pasado dispuso la elaboración de un Código de Convivencia en los planteles para normar cualquier tipo de violencia, explica María Fernanda Porras, directora nacional de Educación para la Democracia y el Buen Vivir. (Velasco M, 2014)

Algunas investigaciones realizadas en nuestro país, por parte del Instituto del Niño y la Familia, la Pontificia Universidad Católica, entre otras universidades, sobre el maltrato o acoso escolar han determinado la existencia de este problema a través de los resultados obtenidos del análisis de instrumentos realizados en algunas instituciones educativas.

Según otras investigaciones realizadas a nivel nacional, los resultados obtenidos de la Encuesta Nacional de la Niñez y Adolescencia y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) demuestran que:

Los comportamientos de acoso más significativos son: insulto/burla (71%), los comportamientos abusivos de los más grandes a los más chicos (66%), las peleas (61%), la discriminación por ser diferentes (60%), la destrucción y el robo de cosas personales (55% y 51%, respectivamente) o la conformación de pandillas violentas (13%) (UNICEF, 2012).

El maltrato entre pares es una problemática que últimamente se ha podido manejar; sin embargo es el maltrato psicológico el que ha incrementado y del cual resulta difícil poder controlarlo. Existen algunas investigaciones realizadas sobre el maltrato o acoso escolar que padecen algunos estudiantes, pero aún siguen siendo pocos los datos que se puede encontrar en base a esto debido a que no todos los estudiantes que están siendo víctimas de maltrato se atreven hablar con una autoridad que les ayude a solucionar su problema.

Es así que el Ministerio de Salud del Ecuador, a través de la Dirección General de Promoción de la Salud, con el objetivo de optimar la calidad de vida de dicha población viene ejecutando acciones que originen estilos de vida saludables, con la participación y compromiso de las diferentes comunidades. El Programa de Promoción de la Salud en Instituciones Educativas aborda el eje temático habilidades para la vida con el objetivo de

desarrollar conductas saludables en las/los adolescentes escolares; capacitar a los profesionales de la educación como agentes de la promoción de habilidades y destrezas de prevención de conductas de riesgo y desadaptativas.

Este aporte fue importante para la investigación, ya que se encargó de desarrollar medidas preventivas para mejorar la calidad de vida de esta población, lo cual es indispensable para fortalecer la atención en todos los aspectos que conlleva la población de víctimas de maltrato por sus pares, para manejarlo de manera multidisciplinaria en donde el estudiante que pasa por esta situación, tenga la atención que demande de acuerdo a sus necesidades.

1.2 Planteamiento del problema

La situación en la que se encuentran muchos de los adolescentes en el ámbito educativo resulta muchas veces muy compleja o complicada, ya que se ha evidenciado que existe una gran cantidad de maltrato, en este caso el psicológico entre pares; es decir entre compañeros de edades contemporáneas o iguales, siendo indudable el rechazo, el menosprecio, los sobrenombres, ofensas, la exclusión social, o muchas veces les ignoran; y muchos otros aspectos que pueden generar sufrimiento en quienes lo padecen, o incluso consecuencias mayores llegando a agresiones físicas; de manera que el maltratado o la víctima por su estado de indefensión aprendida, se encuentra a merced del que ejerce poder sobre él.

Las causas de dicho problema entre estudiantes por lo general son: por un déficit en las habilidades sociales, generando esto poca asertividad; por la dificultad que presentan los adolescentes para expresar sus desacuerdos o la rebeldía de los mismos, el poco control de impulsos, la baja o escasa empatía, la agresividad y problemas comportamentales en cuanto a quien agrede.

Además de cierto modo influye el desarrollo de habilidades cognitivas y afectivas o sociales; lo que puede ser otra de las causas que generan esta problemática ya que por lo general, los agresores se valen de condiciones de vida para señalar a otro como débil y ejercer violencia sobre él.

El comportamiento disruptivo dificulta el aprendizaje y, si esto alcanza niveles de agresión, genera efectos inapropiados o negativos para los compañeros del curso, generando un deterioro las relaciones con los demás, lo cual afecta al desarrollo personal.

El maltrato psicológico y todas las causas de este problema entre estudiantes son muy significativas, en cuanto a los efectos que esto puede provocar, como por ejemplo: la dificultad en el manejo de habilidades sociales que por ende provoca las inadecuadas relaciones interpersonales, el aislamiento por temor que el mismo maltrato origina, la agresividad o pasividad a la hora de reaccionar ante agresiones en quien está siendo víctima de maltrato, el bajo rendimiento académico o deserción escolar que provoca el malestar de convivir con estudiantes que agreden, la baja autoestima que todo el conjunto de violencia genera en quien lo padece, y por ende, las escasas o nulas relaciones con compañeros.

1.3 Formulación del problema

¿El maltrato psicológico entre estudiantes pares deteriora las habilidades sociales?

1.4 Delimitación espacial y temporal del problema

1.4.1 Unidades de observación

El proyecto se llevó a cabo con los estudiantes de básica superior y bachillerato de la Unidad Educativa Yahuarcocha, los mismos que se encuentran en diferentes edades comprendidas entre 12 a 16, de sexo masculino y femenino, los cuales han sido víctimas de maltrato psicológico por parte de sus pares.

1.4.2 Delimitación espacial

El trabajo de investigación fue realizado en la Unidad Educativa Yahuarcocha, ubicado en las calles: Guayas 3-10 e Isla Fernandina, en la provincia de Imbabura, cantón Ibarra; cuyos principios resaltan en servicios de educación.

1.4.3 Delimitación temporal

La presente investigación se llevó a cabo en el período Marzo-Julio 2016. Las intervenciones con talleres fueron de manera grupal, una vez por semana, en horario de 11:00 am a 12:00am, durante 8 sesiones.

1.5 Objetivos

Determinar el nivel de afectación de las relaciones sociales de los estudiantes víctimas de maltrato por sus pares en la Unidad Educativa Yahuarcocha.

1.5.1 Específicos

1. Confirmar la existencia de maltrato psicológico en los estudiantes investigados, a través de la aplicación de una encuesta.
2. Evaluar el nivel de la autoestima en los estudiantes que son víctimas de maltrato por medio de la escala de autoestima de Rosenberg.
3. Analizar las diferentes formas de reaccionar que tienen los estudiantes, ante situaciones de violencia.
4. Identificar la afectación de las relaciones sociales en las víctimas de maltrato.
5. Elaborar talleres con técnicas asertivas para desarrollar habilidades sociales.

1.6 Justificación

No cabe duda que todas las personas podemos tener ciertas expresiones de asertividad; sin embargo no es algo muy usado en todas las situaciones que se presentan en la vida diaria, y mucho menos en adolescentes que han estado siendo víctimas de maltrato. La razón por la cual se decide emprender esta investigación, es debido a que hace algún tiempo atrás, se ha visto el maltrato psicológico entre adolescentes, lo cual dificulta el desarrollo de éstos en todos sus aspectos, por lo que dicha investigación pretende demostrar la importancia del entrenamiento asertivo para mejorar las habilidades sociales y a su vez erradicar o mitigar en una gran medida dicho problema, además de que el conocimiento sobre las técnicas de asertividad facilitará las normas sociales incluso fuera del ámbito escolar o educativo.

Todo tipo de maltrato, sea físico, emocional o psicológico, sexual o por abandono siempre infringe contra el desarrollo sano de una persona, provoca principalmente una pérdida de autoestima; lo que nos obliga, a quienes trabajamos en la salud mental, a elaborar propuestas

o técnicas que permitan afrontar esta situación y colaborar en los estilos de vida más saludables; ya que las habilidades sociales tienen gran importancia no solo en el ámbito educativo sino en todas las actividades de la vida diaria.

El estudio de las habilidades sociales ha experimentado un notable auge en los últimos años, la experiencia personal nos indica que pasamos un alto porcentaje de nuestro tiempo en alguna forma de interacción social y se considera que las relaciones sociales positivas son una de las mayores fuentes de autoestima y bienestar personal; al mismo tiempo, comprobamos que la competencia social de un sujeto, tiene una contribución importante a su competencia personal, puesto que hoy en día el éxito personal y social parece estar más relacionado con las habilidades interpersonales del sujeto que con sus habilidades cognitivas e intelectuales (García, 2010, pág. 310).

En resumen, la importancia del entrenamiento asertivo es amplia ya que por este medio se puede conocer los derechos asertivos que tiene cada persona, lo cual permite no solo respetar a los demás sino también, respetarse a uno mismo al momento de decir lo que pensamos y sentimos, además de permitir que las habilidades sociales mejoren o se desarrollen adecuadamente para poder enfrentar situaciones problemáticas o que aquejen en el diario vivir, en este caso la violencia en el ámbito escolar entre pares.

La aplicación de técnicas asertivas y su puesta en práctica de forma efectiva va a provocar la mitigación de conflictos y por tanto los estudiantes podrán gozar de un ambiente escolar más propicio para poder desarrollar su labor y aprendizaje. Debido a los componentes expuestos, surge la necesidad de programar este trabajo de investigación, es decir por la falta de habilidades sociales en los estudiantes para evitar o disminuir de alguna manera el hecho de ser víctimas de maltrato por sus pares. Esto se consigue mediante la aplicación de las diferentes Técnicas Asertivas, lo cual a su vez se verá reflejado en la autoestima.

CAPÍTULO II

2. Marco Teórico

2.1 Fundamentación Teórica

2.1.1 Fundamentación Psicológica

La Psicología es el estudio científico de la conducta humana, de la forma en como las personas sienten, piensan, y aprenden para adaptarse o acomodarse al medio que les rodea, todo esto mediante teorías que permiten explicar el comportamiento de las personas a nivel personal, social, laboral y en todos los ámbitos en que se desenvuelvan.

Este se desarrolla en el enfoque de la escuela cognitivo conductual, con su principal exponente John Watson y su premisa de estudio son los comportamientos y hechos observables. Esta escuela defiende que se puede determinar el tipo de respuesta de un individuo frente a un estímulo determinado, su mayor contribución fue la aplicación del método científico para el estudio del comportamiento.

(Papalia & olds, 2011) Afirma: “Por otro lado la escuela cognitiva se ha desarrollado de la psicología experimental, intentando descubrir los procesos mentales del pensamiento, la manera de como la información percibida es procesada” (pág.71).

Por lo tanto, la asertividad que es una técnica cognitivo conductual, es necesaria para nuestro desarrollo en el medio en que nos desenvolvamos, aprenderla puede servir de ayuda para dar respuestas adecuadas frente a cualquier tipo de estímulo; ya que gracias a éstas podemos desarrollar habilidades sociales que permitan mantener relaciones saludables hacia las demás personas; es por esto que con relación a la salud mental es una técnica que se ha demostrado efectiva en el tratamiento de la depresión, ansiedad, estrés, entre otras situaciones provocadas por las relaciones interpersonales; por cuanto estas técnicas consisten en enseñar una serie de estrategias psicológicas para que la persona afronte sus inconvenientes cotidianos y los maneje hasta modificar conductas poco asertivas en conductas mayormente asertivas por medio del desarrollo de habilidades sociales; consiguiente a esto, como cualquier otra habilidad humana, la asertividad es idónea de aprenderse, entrenarse y mejorarse.

2.1.2 Fundamentación Sociológica

La sociología estudia al hombre en su medio social, estudia las múltiples interacciones de los individuos; es decir, se basa en la idea de que los seres humanos muchas veces no actúan de acuerdo a sus propias decisiones individuales, sino bajo influencias y según los deseos y expectativas de la comunidad en la que viven. Así, el concepto básico de sociología es la interacción social como punto de partida para cualquier relación en una sociedad.

En su teoría del Aprendizaje Social afirma que los humanos aprenden la mayor parte de su conducta a través de la observación de modelos: al observar a los demás nos hacemos una idea de cómo se efectúan las conductas nuevas y, posteriormente, esa información nos sirve como guía de acción. Las teorías del aprendizaje social derivan de las teorías de Bandura y proponen que los padres son modelos y reforzadores del comportamiento. (Bandura, 2014, pág. 87)

Un ejemplo conocido derivado de esta teoría es el modelo de parentalidad coercitiva que establece que los padres modelan e inconscientemente refuerzan los comportamientos agresivos de sus hijos cuando responden sin coherencia a sus demandas, cuando se niegan inicialmente a aceptarlas pero lo hacen finalmente, por exaltación ante la insistencia de sus hijos; así se crea un ciclo coercitivo de parentalidad. (Patterson, Baryshe, & Ramsey, 2012, pág. 37)

Con referencia a lo mencionado anteriormente, se puede decir que varias de las conductas que los adolescentes presentan en clase son aprendidas desde la infancia en su entorno familiar y que se van incrementando de acuerdo a las experiencias negativas, violentas o poco asertivas que estos tengan, lo que puede dejar como consecuencia el hecho de ser víctimas de maltrato por la pasividad existente, o al contrario, ser quienes actúan de manera agresiva; sea cual fuere la conducta, muchas veces no es la adecuada por la misma falta de habilidades sociales o asertividad.

2.1.3 Fundamentación pedagógica

Teoría Histórico-Cultural, lo fundamental en esta teoría es que para entender al ser humano y su desarrollo psicológico es preciso analizar las relaciones sociales en las que éste se desenvuelve. Se presenta el impacto determinante que ejerce el ambiente social del individuo sobre el desarrollo de sus facultades psicológicas, y cita en su teoría a la Zona de Desarrollo Próximo como:

La distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz (Vygotsky, 2015, pág. 173).

Los estudiantes son más felices cuando pueden entablar relaciones de armonía con los demás, especialmente con los más importantes para ellos, por ello el ambiente en donde se desempeñan debe ser adecuado, con el fin de que el maltrato no sea el problema que aqueje a estudiantes de manera que disminuya su autoestima; sino más bien un lugar en dónde el respeto sea mutuo y motivado incluso por sus profesores y esto se vea reflejado en el manejo de las relaciones interpersonales entre estudiantes, compañeros y maestros.

2.1.4 El maltrato

El maltrato entre iguales, es una de las realidades que ha existido desde siempre en las instituciones educativas; y ha sido estimada como un asunto normal; sin embargo hoy en la actualidad es una situación que ha cobrado importancia, por lo que a continuación se explicaran aspectos referentes a la problemática planteada en esta investigación.

(Rodas, Segura, & Aguilar, 2014) “Es cuando una persona hace daño a otra persona de forma repetida” (pág.53).

Hay muchas formas diferentes de agredir a una persona o compañero, una de estas formas es el maltrato psicológico, el cual es evidente debido a las humillaciones, a las amenazas, al rechazo, a las acusaciones, a los insultos y apodos; entre otros indicadores de maltrato; por lo cual es lo que en gran mayoría se hablará en esta investigación.

2.1.5 Maltrato psicológico

Este tipo de maltrato se evidencia a través de situaciones constantes en donde se agreden los sentimientos de la persona, incluso su propia autoestima, esto desencadena una dificultad en las habilidades sociales del estudiante, en la forma en cómo se relaciona en su círculo social, sus habilidades para expresar lo que piensa y siente, lo cual en un futuro si no se trabaja a tiempo, se podría generar una desmejora en la parte de la socialización, en la armonía de sus emociones, pensamientos, sentimientos; limitando de esta manera su potencial como persona e incapacitándole para enfrentar situaciones cotidianas de manera asertiva.

2.1.6 Maltrato Verbal:

Es evidente debido a la comunicación agresiva que suelen presentar los estudiantes, especialmente en la etapa de la adolescencia, donde se expresa lo que se siente y lo que se piensa; y no siempre son expresadas de la mejor manera, ya que muchas veces se lo expresa a costa de los derechos de los demás; es decir tendiendo a atacar o agredir verbalmente y de manera humillante a los demás.

En relación a lo planteado (INGUS, 2011) expresa que: es “Más imperceptible que la violencia física, pero con efectos incluso más graves para la psiquis de quienes lo sufren, el maltrato verbal suele no tomarse en cuenta porque pocos saben cuándo están siendo víctimas o victimarios...” (pág. 26).

Establece el autor (op cit) que en el maltrato verbal se dan comentarios degradantes, insultos, observaciones humillantes sobre la falta de atracción física, inferioridad o incompetencia, gritos, insultos, acusaciones, burlas y gestos humillantes. La gravedad de ello guarda directa relación con la periodicidad de las descalificaciones. Afirmando que La humillación destruye la autoestima y afecta seriamente la dignidad.

La forma de hablar puede provocar emociones y reacciones intensas. La violencia verbal, muy en especial la oral, es aquella en la cual por la elección de palabras, entonación y volumen de voz se trata de dominar a otra persona, logrando provocar en ésta sentimientos de impotencia, rabia, humillación, vergüenza, inutilidad (INGUS, 2011, pág. 86)

Se han encontrado algunos ejemplos de violencia verbal o psicológica y estos son expresiones como: No puedes, inútil, eres tonto; entre otras manifestaciones de violencia, como simplemente el hecho de ignorar a alguien o criticarlo; incluso varios tipos de comparaciones que destacan virtudes de otros y hacen de menos al receptor, generando así; sentimientos de inferioridad, baja autoestima, minusvalía, etc.

Se debe tomar en cuenta que la asertividad se ve reflejada inclusive en la entonación con que se enuncia una opinión, o en el lenguaje corporal con que lo expresamos.

En este mismo contexto Cárdigan muestra:

Que las investigaciones relacionadas con éste tema indican que los niños abusados verbalmente son más propensos a volverse víctimas de abuso en etapas posteriores de su vida, volverse abusadores o pueden convertirse en personas depresivas y auto destructivas en etapas posteriores de su vida (INGUS, 2011, pág. 90).

2.1.7 Maltrato Social

Maltrato que se le proporciona a la víctima en frente de otras personas, cuyo fin principal puede ser el pretender aislar al sujeto del grupo, o excluirlo.

Dentro de lo expuesto (Rodríguez, Lago, & Pedreira, 2012) lo definen como: “aquel que se manifiesta en la propagación de rumores descalificadores y humillantes que pretenden la exclusión y aislamiento del grupo” (pág. 26).

Es importante tomar en cuenta la manera en como el rechazo, la exclusión, le hecho de ignorar su presencia, de no dejarlo participar, de dejarlo en ridículo; lo aísla, generando así una grande inseguridad en el estudiante, ya que la importancia de las buenas relaciones interpersonales entre pares durante la adolescencia juega un papel muy importante dentro del desarrollo de la persona a nivel social y psicológico especialmente.

2.1.8 La violencia o maltrato escolar

Esta problemática es muy común en los centros educativos, al igual que cualquier tipo de violencia; el maltrato psicológico entre pares también causa mucho daño en la víctima independientemente de la frecuencia de sus episodios; debido a que puede principalmente afectar la autoestima y seguridad de la persona que padece esta situación; siendo los insultos, o en sí la violencia manifestada en palabras una de los principales tipos de acoso en instituciones de educación.

Como en todos los ámbitos en que se desempeña una persona la falta de asertividad se observa o es muy evidente en nuestra sociedad, incluso en el ámbito escolar está presente la misma situación, lo cual ha ido generando en los estudiantes la carencia de habilidades sociales, lo que ha desencadenado maltrato entre los mismos y de alguna manera se ha visto afectada la autoestima; ya que el mismo maltrato psicológico puede desencadenar a su vez problemas mayores (Ortega & Mora, 2012, pág. 45).

Muchos de los estudiantes están expuestos o están siendo vulnerables a las agresiones de sus compañeros o pares; y todos ellos presentan cambios comportamentales y sufren por el rechazo que sienten por parte de los demás; y la realidad es que muchos de los adolescentes que están siendo víctimas, callan o no existe la comunicación adecuada con sus compañeros, maestros o padres, pudiéndose deber esto a la carencia de habilidades sociales para poder expresar sus sentimientos o desacuerdos en cuanto a las situaciones poco agradables que puedan estar pasando, o incluso a la baja autoestima que generaron por la misma razón;

volviéndose así entes poco asertivos, inseguros o con dificultad para defenderse de situaciones difíciles que se presentan en el diario vivir, haciéndose así más vulnerables a dicho problema.

2.1.9 El maltrato entre iguales

Muchos de los estudiantes que están siendo víctimas de maltrato en sus centros educativos por parte de sus compañeros, no saben cómo actuar frente a este tipo de problemática o acoso, las víctimas por lo general son percibidas como inseguras, poco asertivas, con baja autoestima o débiles, razón por la cual puede ser una de las causas por lo que esta situación puede ser difícil de solucionar.

A continuación hablaremos un poco sobre el maltrato entre pares definiéndole como “una conducta específica del comportamiento agresivo” (Espelage & Swearer, 2013, pág. 98).

Partiendo de esta característica común, encontramos la definición ofrecida por Olweus (1993), quien define:

El maltrato entre iguales, como el conjunto de comportamientos físicos y/o verbales que una persona o grupo de personas, de forma hostil y abusando de un poder real o ficticio, dirige contra un compañero/a de forma repetitiva y duradera con la intención de causarle daño (pág. 153).

Se puede definir el maltrato entre iguales o pares, como una conducta de seguimiento y agresión verbal, psicológica o moral que realiza un alumno o grupo de alumnos sobre otro, de manera insistida.

(Ortega & Mora, 2012) Afirma “En este sentido, las investigaciones realizadas en los últimos años sobre este tema coinciden en que el maltrato entre iguales en el contexto escolar es un fenómeno presente en numerosos países” (pág.72).

Las características más destacadas del maltrato entre pares son las siguientes:

- Tiene diferentes manifestaciones; maltrato verbal, insultos, rumores, robo, amenazas, agresiones y aislamiento social (Ortega & Mora, 2012).
- En el caso de los chicos su forma más frecuente es la agresión física y verbal, mientras que en el de las chicas su manifestación es más indirecta, tomando frecuentemente la forma de aislamiento de la víctima o exclusión social (Ortega & Mora, 2012).

- Finalmente, su escenario más frecuente suele ser el patio de recreo (en primaria), que se amplía a otros contextos (aulas, pasillos...) en el caso de secundaria (Ortega & Mora, 2012).

El maltrato se puede dar de varias formas ya sea física, psicológica; entre otras formas; y pueden darse en cualquier momento; aunque por lo general son en lugares apartados de autoridades, en recreo o muchas veces en el aula sin presencia del profesor. Lo cual las autoridades deberían estar al tanto y prevenir el crecimiento de esta problemática mediante campañas o talleres en contra del maltrato; y fomentar el respeto y compañerismo.

En nuestra sociedad se ha ido evidenciando un crecimiento en este tipo de maltrato a nivel educativo, existe una sensibilización creciente ante el problema del maltrato entre iguales y de la violencia escolar en general, como se pone de manifiesto en las numerosas investigaciones, publicaciones, programas de prevención e intervención, congresos o actividades de formación del profesorado existentes en la actualidad (Fernández & Palomero, 2001, pág. 146).

El maltrato entre iguales es un problema en los centros educativos cuyas consecuencias afectan a todos los agentes implicados de manera directa e indirecta, es decir; tanto a las víctimas como a la comunidad educativa, familia y sociedad.

2.1.10 Agresores

Al agresor/a con temperamento agresivo e impulsivo y con deficiencias en las habilidades sociales para comunicar y negociar sus deseos. Se le atribuye falta de empatía al sentir de la víctima y falta de sentimiento de culpabilidad, evidenciándose una falta de control de su ira, interpretando sus relaciones con los otros como fuente de conflicto y agresión hacia su propia persona (Olweus, 2013, pág. 241).

Por lo general, personas que se les considera como agresores, muchas veces fueron víctimas de algún tipo de maltrato, por lo cual por conductas aprendidas se vio afectada su autoestima y comportamiento; siendo su forma de interactuar en sociedad la menos adecuada y menos asertiva, en especial para reaccionar ante situaciones desagradables.

2.1.11 Las víctimas

(Díaz, 2014) Plantea que existen que existen dos tipos de víctimas:

- **Las víctimas pasivas**

A Se caracterizan por ser, poco comunicativas, baja popularidad, una conducta muy pasiva, manifestado por el miedo, son muy vulnerables, con incapacidad de defenderse por sí mismas. No son populares, resultan ser cohibidos, no son muy sociables, no soy muy aptos para defenderse solos al igual que manifiestan miedo. Estas características generalmente se observa en niños que proviene de familias que son muy protectoras que no dejan que su hijo sea independiente.

- **Víctimas activas**

Este tipo de víctimas se caracterizan por un fuerte aislamiento social y por estar entre los alumnos más rechazados por sus compañeros, presentan una autoestima muy baja, suelen estar dentro de los alumnos más rechazados por sus compañeros, es un grupo más vulnerable que las víctimas pasivas.

- **Espectadores u observadores**

De acuerdo a En una investigación realizada en la ciudad de Granada, se puede establecer que existe más de un 60% de alumnos que normalmente son espectadores. Los espectadores son personas que están bien informados de la existencia de los maltratos, capaces de identificar agresores y víctimas (Benítez, 2010, pág. 159).

- **Espectadores Pasivos**

Alumnos que saben de la situación y callan porque temen ser las próximas víctimas o porque no sabrían cómo defenderse.

- **Espectadores Antisociales**

Alumnos que hacen parte del agresor o acompañan en los actos de intimidación. El acosador suele estar acompañado por alumnos fácilmente influenciables y con un espíritu de solidaridad poco desarrollado.

- **Espectador reforzador**

Aunque no participan de la agresión de manera directa, observan las agresiones, las aprueban e incitan.

- **El espectador Asertivo**

Son alumnos que apoyan a la víctima, y a veces hacen frente al agresor. Cuando un adolescente está siendo víctima de maltrato, sufre varias de estas situaciones a la vez o por separado, y es en donde se evidencia principalmente la baja autoestima; por lo general suele ser un grupo de compañeros el que maltrata, sin embargo a veces sólo es uno el que lo hace, y muchas veces la víctima puede llegar a pensar que tienen la culpa de lo que sucede, presentando sentimientos de inferioridad, tristeza, malas relaciones con sus compañeros, incluso su rendimiento académico se puede ver afectado, siendo muy evidente su comportamiento poco asertivo y la falta de habilidades sociales para disminuir dichas situaciones negativas.

2.1.12 Tipos de maltrato

Según (Avilés, 2012, pág. 90) los principales tipos de maltrato que podemos considerar se suelen clasificar en:

- **Físico**

Generalmente se da como empujones, patadas, puñetazos, agresiones con objetos. Este tipo de maltrato se da con más frecuencia en la escuela primaria (primero a quinto año básico) que en la secundaria (enseñanza media).

- **Verbal**

Son aquellos en donde existen insultos, gritos, y peleas principalmente. También son frecuentes los menosprecios en público o el estar resaltando y haciendo patente de forma constante un defecto físico o comportamental.

- **Psicológico**

Son acciones encaminadas a disminuir la autoestima del individuo y fomentar su sensación de inseguridad y temor. El componente psicológico está en todas las formas de maltrato.

- **Social**

Pretenden ubicar aisladamente a la víctima respecto del grupo y hacer partícipes de esta acción, en ocasiones a otros individuos.

2.1.13 Características de maltrato escolar

El maltrato escolar presenta varias características que generalmente son repetitivas o frecuentes, lo cual lo diferencia de un conflicto escolar, que se puede dar como un tipo de desacuerdo entre compañeros, y que por lo general es solucionado y no causa mayor daño como el maltrato psicológico en sí.

El maltrato escolar también conocido como hostigamiento escolar, es una forma de maltrato psicológico, producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado, este tipo de violencia dominante es el emocional y se da mayoritariamente en el aula y patio de los centros escolares. Los protagonistas de los casos suelen ser niños y niñas en proceso de entrada a la adolescencia. (Piñuel & Oñate, 2013, pág. 149)

- **Bloqueo Social**

Acciones que buscan bloquear socialmente a la víctima, el aislamiento social y su marginación impuestas por estas conductas; como por ejemplo las prohibiciones de jugar en un determinado grupo, de hablar o comunicarse con otros o de que nadie hable o se relacione con él, pues estos son indicadores que apuntan un intento por parte de otros de quebrar la red social del adolescente. Esta conducta busca presentar al niño ante el grupo de iguales como alguien flojo, alguien que no es digno de algo, débil, indefenso; entre otras cualidades negativas.

- **Hostigamiento**

Reúne aquellas conductas de acoso escolar que consiste en acciones de acorralamiento y acoso psicológico que manifiestan humillación, el odio, la ridiculización, la burla, el menosprecio, la crueldad, la manifestación gestual del desprecio, y la imitación burlesca son los indicadores de esta escala.

- **Coacción**

Comprende aquellas conductas de maltrato que pretenden que la víctima realice acciones contra su voluntad. Mediante estas conductas quienes acosan al adolescente pretenden ejercer un dominio y un sometimiento total de su voluntad. Los que acosan son percibidos como poderosos, sobre todo, por los demás que presencian el doblegamiento de la víctima.

- **Exclusión Social**

Agrupas conductas que buscan excluir de la participación del acosado. El “tu no”, es el centro de estas conductas con las que el grupo que acosa segrega socialmente al niño.

- **Intimidación**

Son aquellas conductas que persiguen atemorizar, intimidar, o abatir emocionalmente al niño mediante una acción intimidatoria. Con estas formas de intimidar, quienes acosan buscan inducir el miedo en el adolescente; sus indicadores son las acciones de intimidación, amenaza, hostigamiento físico intimidatorio, acoso a la salida del centro escolar.

- **Manipulación Social**

Agrupas conductas inapropiadas que pretende distorsionar la imagen social del estudiante y contaminar a otros contra él. Con ellas se trata de presentar una imagen negativa, distorsionada. No importa lo que haga todo es utilizado y sirve para inducir el rechazo de otros.

A causa de esta manipulación de imagen social de la víctima acosada, muchos u otros niños se suman al grupo de acoso de manera involuntaria, percibiendo que el acosado merece el acoso que recibe, incurriendo en un mecanismo denominado error básico de atribuciones.

- **Amenaza a la integridad**

Agrupas las conductas de acoso escolar que buscan amilanar mediante las amenazas contra la integridad física del niño o de su familia, o mediante la extorsión.

2.1.14 Consecuencias

- **Baja autoestima**

La baja autoestima se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás. Por lo tanto, una persona con baja autoestima no se cree merecedora de situaciones positivas y se le dificulta más poder defender sus derechos asertivos y dejar de ser víctima de situaciones desagradables.

- **Actitudes pasivas**

Personas que viven en una total apatía por todo, pareciera que nada les importa y se cubren con un escudo de indiferencia ante la vida.

- **Trastornos emocionales**

Cambios de estado de ánimo constantes. Generalmente se dan cuando la persona ya no es congruente en lo que hace, dice, siente y piensa.

- **Problemas psicosomáticos**

Enfermedades causadas por la mente o el estado de ánimo.

- **Depresión**

Es una enfermedad o trastorno mental que se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas.

- **Pensamientos suicidas**

Son pensamientos de acabar con la propia existencia.

- **Pérdida de interés por la escuela**

Puede generar una desmotivación por las actividades educativas y desencadenar en una situación de fracaso escolar, que llevará a mayores problemas con los padres de familia y maestros.

- **Ansiedad**

Estado mental que se caracteriza por una gran inquietud, una intensa excitación y una extrema inseguridad.

- **Fobias**

Trastorno de salud emocional o psicológico que se caracteriza por un temor o miedo intenso y desproporcionado ante objetos o situaciones concretas.

2.1.15 Asertividad

Entre las necesidades sociales que deben ser aprendidas muy tempranamente se encuentra el de la asertividad, la cual es un modelo de relación con las demás personas necesaria para poder interactuar de manera adecuada. Desde niños ejecutamos conductas que si logran la satisfacción de nuestra demanda, tendemos a repetirlas cada vez que tengamos esa misma necesidad. Naturalmente, en ese momento, no disponemos de la capacidad de evaluar las consecuencias de la forma de responder o actuar.

La asertividad es una de las técnicas cognitivo-conductuales, con las cuáles se da una forma de psicoterapia breve y estructurada en la que se enseña a las personas una diversidad de técnicas que les ayudan a afrontar problemas del diario vivir; en este caso, situaciones de maltrato que viven algunos estudiantes en el ámbito educativo (Valadez, 2012, pág. 20).

La asertividad significa expresar lo que pensamos o sentimos en el momento indicado, de manera que no lastimemos la susceptibilidad de nadie, ni la de uno mismo, ya que eso también es una muestra de salud mental debido a que ésta, se encuentra muy vinculada con el bienestar emocional, lo cual ayudaría a los estudiantes en el desarrollo de sus habilidades sociales para enfrentar de manera positiva los distintos retos que se le puedan presentar, en especial aquellas situaciones de maltrato.

Como podemos ver, fue Salter quien utilizó el término asertividad en primera instancia, sin embargo, sería J. Wolpe (1958) quien definió por primera vez dicha capacidad de una manera mucho más sistematizada, señalando que es la “Expresión adecuada dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (Balarezo, 2010).

Es decir, la asertividad es una habilidad social y personal que nos permite expresar de manera directa los propios sentimientos, y pensamientos y defenderlos en el momento apropiado, sin dejar de lado los sentimientos, opiniones, pensamientos y derechos de los demás; es decir sin ofender la susceptibilidad de nadie ni la propia.

(Sánchez, 2003) Afirma que la asertividad es un tipo de habilidad social que se posee en mayor o menor medida. Además, una misma persona puede exhibir una respuesta más o menos asertiva según la situación que afronte y el momento en que ésta se produzca (Pág.7).

Se puede decir también que la asertividad es el equilibrio entre la agresividad y la pasividad, o un comportamiento maduro en el cual la persona no agrede ni se somete a la voluntad de los demás, sino que expresa sus opiniones y defiende sus derechos, respetando y respetándose.

- **Historia de la asertividad**

El término asertividad, fue utilizada por primera vez por Wolpe, quien dice que es una expresión adecuada dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad.

El término de asertividad por su falta de claridad en su concepto, se entendió en un inicio como agresividad, o atrevimiento social, por lo que se abandonó de manera progresiva ese término, denominándolo a fines de los años 70 como "Habilidades sociales" (Wolpe, 2013, pág. 78).

- **Comunicación asertiva**

La asertividad se refiere a la firmeza de caracteres con la que nos relacionamos, de tal manera que podamos superar nuestras inhibiciones y poder mejorar la capacidad para enfrentarnos. También decimos que:

La comunicación asertiva nos ayuda a expresar efectivamente nuestros pensamientos, sentimientos, opiniones sin perjudicar nuestras relaciones con los demás. Igualmente ayuda a saber negociar, hacer respetar nuestros derechos, resistir a la persistencia de los demás, entre otros aspectos importantes. (Sequeira, 2013, pág. 17).

La comunicación se denomina asertiva cuando facilita el expresar las metas individuales, ideas, pensamientos, preferencias u opiniones.

- **Comunicación Pasiva**

La principal característica del estilo de comunicación inhibido es que la persona se preocupa por satisfacer a los demás. Por este motivo, una de sus características es que son personas que no defienden sus propios derechos si para ello tiene que dejar de lado los de los demás (Ronquillo, 2011, pág. 73).

- **Comunicación Agresiva**

La agresividad es otra forma de conducta no asertiva, pero de carácter opuesto a la inhibición. Consiste en no respetar los derechos, sentimientos o intereses de los demás y en su

forma más extrema, incluye conductas como ofenderlos, provocarlos o atacarlos (Van Der Hofstadt, 2012, pág. 257).

La persona con un estilo de comunicación agresivo se caracteriza porque sólo se preocupa por defender a cualquier precio sus derechos, y además lo hace fallando al respeto a los otros; este estilo de comunicación conlleva agresión y sentimientos de desprecio y dominio hacia los demás.

Se puede reconocer a una persona con un estilo de comunicación agresivo, porque durante las conversaciones se muestra cerrada, y tiene grandes dificultades para ver el punto de vista de los demás, le cuesta mucho cambiar de opinión y siempre defiende lo mismo, sin incorporar en su discurso ninguna de las ideas de la persona con la interactúa.

- **Conducta asertiva**

La conducta asertiva implica la expresión directa de nuestros sentimientos, pensamientos y necesidades, respetando los derechos de los demás. Los problemas de asertividad pueden ser debidos a que no sabemos cómo comportarnos.

- **Conducta pasiva**

La conducta pasiva, la persona deja de lado sus propios derechos y antepone los de los demás. Este tipo de comportamiento impide expresar honestamente sentimientos, pensamientos u opiniones o bien se hace pero de una manera auto derrotista, con disculpas, sin convicción.

Acompañando a la conducta pasiva suelen darse conductas no verbales: bajar la mirada, voz vacilante, movimientos corporales nerviosos o inapropiados, etc. La persona pasiva se siente incomprendida, manipulada, con sentimientos de culpa, depresión, baja autoestima, etc.

- **Conducta agresiva**

La conducta agresiva puede entenderse como un comportamiento violento, o un acto manifiesto que entraña la presentación de estímulos nocivos ante otro objeto, organismo o uno mismo, que claramente no es accidental (Pata & Mope, 2013, pág. 700).

Considerando esto, se concluye que una conducta agresiva es todo comportamiento que de alguna manera provoca daño hacia alguien.

Según Wiscars afirma: Las personas agresivas ignoran los derechos de los demás. Suponen que deben luchar por su propio interés y esperan el mismo comportamiento en los demás. (...). La conducta agresiva suele indicar una falta de confianza en uno mismo de base. Las personas agresivas refuerzan su autoestima atacando a los demás y demostrando así su superioridad. (Wiscars, 2011, pág. 632)

En las personas, en especial en los adolescentes o menores de edad, la agresividad puede ser un acto reconocible a simple vista en algunas ocasiones, esto debido a las conductas observables de cada individuo frente a otro, además de la mayor dificultad que presenta un menor de edad para controlarse a diferencia de una persona adulta.

- **Habilidades sociales**

(Caballo, 2014) define las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (pág. 72).

Por lo general los roces que se dan entre pares no son únicamente por inmadurez sino por falta de asertividad y/o de habilidades sociales que se han ido perdiendo o que nunca existieron de manera empoderada en una persona; y por lo general no siempre se han solucionado los conflictos con la mediación de las autoridades ya que muchas veces se evidencia que los o las adolescentes llegan a agredirse físicamente antes de que alguien interceda y resuelva sus conflictos, por lo que de alguna manera, esta problemática ha ido creciendo en los centros educativos.

Otros reconocidos autores como (Emmons, 2005) considera a “las habilidades sociales como la conducta que permite a una persona actuar según sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás” (pág. 113).

Lo cual tiene gran importancia y aporte en esta investigación ya que por medio del desarrollo de dichas habilidades sociales, en general; la comunicación entre pares mejora y a su vez se evitan conflictos y por ende, menos riesgo a ser víctimas de algún tipo de maltrato.

- **Relaciones interpersonales en la educación**

La educación debe preparar al hombre para ayudarlo a crecer. Los maestros deben ser los primeros cultores de los valores de orden superior, los valores que hacen trascender al ser humano y que están de acuerdo con los principios universales, tales como: el amor, la verdad, el bien, la belleza, la justicia, la honestidad, la comprensión, entre otros.

Lo que debe hacer la educación es forjar un ser humano superior que se atreva a decir no a la violencia, a la corrupción, al crimen, al atropello, al vicio y a la degeneración, todo esto de manera asertiva, con el fin de que puedan triunfar en la vida.

- **Las Relaciones Interpersonales en el Aula**

Las relaciones interpersonales son importantes para cualquier estudiante, porque les permite hacer amigos, trabajar en grupos, o conseguir ayuda cuando la necesita. La relación entre pares, educadores y estudiantes puede generar una interacción positiva, que forja vida, entusiasmos, ánimo y ganas de descubrir, y experimentar aprendiendo a vivir con el otro.

La educación es un proceso de relación, ya que implica la transmisión de conocimientos y de valores entre las personas. El clima del aula es la variable que mayor influencia ejerce sobre el rendimiento de los estudiantes, por lo tanto, la generación de un ambiente de respeto, es una de las claves para promover el aprendizaje entre los estudiantes.

2.1.16 Entrenamiento asertivo

Sería necesario y significativo que desde pequeños se nos oriente sobre las formas correctas para expresar nuestras inquietudes, sentimientos, opiniones, necesidades, incluso para poder decir “no” o responder con una negativa a situaciones que no van acorde a los que se desea; entre otros aspectos; ya que ésta sería la forma de expresión empleada para que exista un mayor equilibrio en la comunicación interpersonal desde tempranas edades y con mayor razón en edades adultas.

(Psicoactiva, 2015) “La forma de interactuar con los demás puede convertirse en una fuente considerable de estrés en la vida. El entrenamiento asertivo permite reducir esos síntomas desagradables, enseñando a defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido”.

En definitiva, cuando se es una persona asertiva hay una mayor relajación en las relaciones interpersonales, y por ende se fomenta el buen trato y se aumenta la posibilidad de solucionar conflictos.

Según la investigación realizada por Armas (2015) en la práctica el entrenamiento en asertividad es la capacidad para:

- Expresar sentimientos positivos y negativos de una forma eficaz sin negar o desconsiderar los de los demás.
- Defenderse sin agresión o pasividad frente a la conducta poco cooperadora o razonable de los demás.
- Identificar los estilos básicos de la conducta interpersonal
- Nos ayudará también a reconocer nuestros errores.

Además según la investigación realizada por (Peñafiel & Serrano, 2010) se puede distinguir:

- **Identificar las situaciones en las cuales queremos ser más asertivos**

Se trata de identificar en qué situaciones fallamos, y cómo deberíamos actuar en un futuro.

- **Describir las situaciones problemáticas**

Se trata de analizar las situaciones en términos de quién, cuando, qué y cómo interviene en esa escena, identificando nuestros pensamientos negativos y el objetivo que queremos conseguir.

- **Escribir un guion para el cambio de nuestra conducta**

Es un plan escrito para afrontar la conducta de forma asertiva. Aquí se intenta poner por escrito las situaciones problema y clarificar lo que queremos conseguir. El entrenador moldea junto al paciente el guion para que este sea expresado de forma específica.

- **Desarrollo de lenguaje corporal adecuado**

Se dan una serie de pautas de comportamiento en cuanto a lenguaje no verbal (la mirada, el tono de voz, la postura, etc.), y se dan las oportunas indicaciones para que la persona ensaye ante un espejo.

- **Aprender a identificar y evitar las manipulaciones de los demás**

Las demás personas utilizan estratagemas para manipularle, haciéndole sentir culpable, evadiéndose de la conversación o victimizándose. Se dan una serie de técnicas para resistirnos al influjo de los demás

- **Resolución de conflictos**

El conflicto es un fenómeno intrínseco a la vida y la convivencia entre personas distintas. Es tanto una fuente de problemas y riesgos, como una oportunidad para desarrollar valores y habilidades para aprender a convivir mejor con otros y afianzar lazos.

2.1.17 Habilidades sociales

La asertividad y las habilidades sociales están íntimamente ligadas, ya que son una capacidad en la conducta de las personas para poder expresar sin temor lo que se siente y piensa, teniendo en cuenta la manera en cómo y por qué se lo hace, valorando el contexto y reaccionando de manera positiva, y correcta ante cualquier situación.

(Caballo, 2014) define las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (pág. 72).

Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos que permiten a la persona tener buenas relaciones con los demás.

(Klaus, Hersen, & Bellack, 2010) “La capacidad de expresar interpersonalmente sentimientos positivos y negativos sin que dé como resultado una pérdida de reforzamiento social” (pág.55).

Otra definición es la siguiente:

(Wolpe, 2013) “La expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (pag.173).

Las habilidades sociales son el conjunto de conductas que permiten que una persona interactúe con la sociedad, independientemente de cualquier distinción ya sea por edad, sexo, nivel de educación, etc. Generando vínculos adecuados, permitiendo y permitiéndose la expresión de sentimientos y pensamientos de manera correcta.

La resolución de problemas sociales se entiende como un proceso cognitivo en el cual se elaboran una variedad de respuestas potencialmente eficaces frente a una situación social problemática. Este proceso acrecienta la probabilidad de encontrar la respuesta más adecuada entre las diversas alternativas posibles, por ello la importancia de promover el desarrollo de habilidades sociales para así interactuar de mejor manera, es decir con una buena comunicación tanto verbal como no verbal, para así resolver situaciones negativas (Madio & Ison, 2005, pág. 112).

Los modelos de entrenamiento en habilidades sociales, se han desarrollado, principalmente, a partir de los principios conductuales y del aprendizaje social.

2.1.17.1 Clases de habilidades sociales

La clave de los tipos de habilidades sociales está en saber dónde te encuentras y desarrollar las habilidades sociales para que te permitan poder conversar, hacer amigos, y actuar adecuadamente en las relaciones interpersonales” (Mager, Eisler, & Fredreksen, 2015, pág. 49).

1. Según el tipo de destrezas

Las habilidades sociales se clasifican según el tipo de destreza que se desarrollen, en base a esto se puede encontrar 3 clases de habilidades sociales:

- **Cognitivas**

Son todas aquellas en las que intervienen aspectos psicológicos, las relacionadas con el pensar. Algunos ejemplos son:

- Identificación de necesidades, preferencias, gustos y deseos en uno mismo y en los demás.

- Identificación y discriminación de conductas socialmente deseables.
- Habilidad de resolución de problemas mediante el uso de pensamiento alternativo, consecuencial y relacional.
- Autorregulación por medio del auto-refuerzo y el autocastigo.
- Identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás.

- **Emocionales**

Son aquellas habilidades en las que están implicadas la expresión y manifestación de diversas emociones, como la ira, el enfado, la alegría, la tristeza.

- **Instrumentales**

Se refiere a aquellas habilidades que tienen una utilidad. Están relacionadas con el actuar. Algunos ejemplos son:

- Conductas verbales: inicio y mantenimiento de conversaciones, formulación de preguntas, formulación de respuestas, etc.
- Alternativas a la agresión, rechazo de provocaciones, negociación en conflictos, etc.
- Conductas no verbales: posturas, tono de voz, intensidad, ritmo, gestos y contacto visual.

2. Clasificación de las habilidades sociales

Muchos autores han enlistado y enumerado las diferentes habilidades sociales con el fin de aclarar cuáles son y cuáles son sus características, por lo que las habilidades sociales se clasifican en: habilidades sociales básicas, avanzadas, relacionadas con sentimientos, alternativas a la agresión, para hacer frente al estrés y habilidades de planificación, las mismas que ayudan a las personas a interactuar en sociedad de manera eficaz. (Peñafiel & Serrano, 2010, pág. 50)

Tabla 1 Clasificación de las habilidades sociales

HABILIDADES SOCIALES BÁSICAS	HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS	HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS
-Escuchar -Iniciar y mantener una conversación -Formular una pregunta -Dar las gracias -Presentarse -Presentar a otras personas -Hacer un elogio	-Pedir ayuda -Participar -Dar instrucciones -Seguir instrucciones -Disculparse -Convencer a los demás	-Conocer los propios sentimientos -Expresar sentimientos -Conocer los sentimientos de los demás -Enfrentarse al enfado del otro y resolver el miedo. -Expresar afecto
HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN
-Pedir permiso - Compartir algo - Negociar -Empezar el autocontrol -Defender los propios derechos -Responder a las bromas -Evitar los problemas con los demás - No entrar en peleas	- Formular y responder a una queja. -Arreglárselas cuando te dejan de lado. -Responder a la persuasión -Enfrentarse a los mensajes contradictorios -Responder a una acusación. -Prepararse para una conversación difícil.	-Tomar decisiones realistas -Discernir sobre la causa de un problema -Resolver problemas según su importancia -Concentrarse en una tarea

Fuente: Tomado de Peñafiel y Serrano (2010), P. 21 – 33. **Elaborado por:** Stefany Pinto

2.1.17.2 Autoestima y Asertividad

El término autoestima se refiere a las evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo es decir la autoestima global, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la extensión en que la persona cree ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo (Roldán, 2013, pág. 15).

Además se conoce también que existe la baja autoestima, ocasionada por varios aspectos; sin embargo, que una persona haya sido víctima de maltrato hace que se den ciertas características que indican que tiene una autoestima poco adecuada; dichas personas tienden a evadir el contacto con quienes les rodean, puesto que guardan la idea de que serán rechazados en algún momento y más aún si ya han sido maltratados psicológicamente.

Por otro lado son personas que no valoran sus logros y se sienten poco seguras y orgullosas de sí mismas. Por lo tanto la autoestima y la asertividad guardan una estrecha relación, ya que si una persona es asertiva y tiene habilidades sociales para defenderse de situaciones, para expresar pensamientos y sentimientos, para saber decir “no”, entre otros

aspectos, de manera adecuada si herir sentimientos de nadie ni los de sí mismos, significa que es una persona segura y por ende se ve reflejada su buena autoestima.

2.2 Posicionamiento personal

La investigación se basó en fundamentos psicológicos, tomando como referencia a la escuela cognitivo-conductual, con el fin de analizar la conducta de los estudiantes víctimas y las respuestas ante el maltrato o un estímulo determinado que éstos dan, además del aprendizaje de técnicas para actuar adecuadamente y adaptarse al medio que los rodea.

En cuanto a la fundamentación sociológica, cobró mucha importancia en la investigación, debido a que permitió identificar que muchas veces las conductas de los adolescentes percibidas en el aula, son aprendidas desde la infancia en su entorno familiar, ya que la teoría del aprendizaje social de Bandura afirma que los individuos aprenden la mayor parte de su conducta a través de la observación de modelos; además sirvió para establecer normas sociales como el compañerismo, el respeto, la interacción social, la asertividad, la integración, la empatía etc., que permiten al estudiante vivir con menos conflictos y con mayor armonía con sus pares.

Los fundamentos y principios de la pedagogía también fueron base fundamental del desarrollo de ésta investigación, tomando en cuenta esencialmente que se procuró mediante este trabajo una formación integral y el desarrollo del individuo en el ámbito psicosocial. Tomando en cuenta la teoría de Vygotsky que nos dice la importancia de entender y analizar las relaciones sociales en las que se desenvuelve una persona, para comprender al ser humano.

De esta manera, los fundamentos fueron significativos, ya que permitieron tener una mejor visión para poder analizar los problemas que aquejan en los estudiantes muestra; como por ejemplo la carencia o déficit en las habilidades sociales, el aislamiento, la pasividad o agresividad, el temor, y como principal problema la baja autoestima, que existen dentro del ámbito educativo; siendo posible la elaboración de talleres que contienen actividades, técnicas y estrategias asertivas que hacen viable que los estudiantes mejoren sus relaciones interpersonales y sus habilidades sociales, y llegue así a alcanzar su máximo potencial que le permitirá el éxito dentro del contexto social, académico y familiar; a su vez evitando la expresión de conductas agresivas o formas de maltrato hacia las personas que le rodean; en este caso hacia los compañeros de clase.

2.3 Glosario de términos

Acoso escolar.- Es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado, lo cual afecta la integridad psíquica o física de una persona.

Agresión.- Comportamiento socialmente definido como afrentoso o destructivo. Se diferencia la agresión hostil, que tiene como propósito infligir deliberadamente un daño o sufrimiento a otra persona, de la agresión instrumental, que persigue otro objetivo que el del padecimiento de la víctima.

Agresividad.- Estado emocional que consiste en sentimientos de odio y deseo de dañar a otra persona, animal u objeto. La agresión es cualquier forma de conducta que pretende herir física y/o psicológicamente a alguien.

Aislamiento.- Defensa típico de la neurosis obsesiva consistente en que después de un suceso desagradable o de un acto significativo desde el punto de vista de la neurosis, se interpone una pausa donde nada debe suceder, ni percibirse ni hacerse.

Ansiedad.- Sensación de impotencia e incapacidad de enfrentarse a eventos amenazantes, caracterizada por el predominio de tensión física. Se manifiesta frente a cualquier amenaza percibida, sea esta físicamente real, psicológicamente molesta o incluso imaginaria.

Aserción.- Es la afirmación, aseveración, expresión en que se da por cierta una cosa. Sexo: Se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de humanos como hembras y machos Género: Es la suma de valores, actitudes, papeles, prácticas o características culturales basadas en el sexo.

Asertividad.- Expresión de los pensamientos, sentimientos y creencias de manera directa, honesta y apropiada, respetando los derechos de las demás personas.

Autoestima.- Autoimagen o autoevaluación positiva, que surge cuando se compara el sí mismo real con el sí mismo ideal. A partir de esto, la persona se juzga a si misma de acuerdo con los estándares y expectativas sociales que ha incorporado a su auto concepto.

Comunicación.- Proceso por el cual las personas se transmiten información, ideas, actitudes y emociones. No puede decirse que la comunicación solo tiene lugar cuando es intencional,

consciente o eficaz, esto es, cuando se logra un entendimiento mutuo, puesto que toda conducta de interacción tiene un valor de mensaje, es decir, es comunicación.

Conducta.- Es el comportamiento que cada individuo desarrolla en los distintos ambientes con los que se enfrenta.

Conducta agresiva.- Se produce cuando un organismo ataca con hostilidad, física o verbalmente, a otro organismo u objeto. En psicología del desarrollo, se denomina conducta o comportamiento agresivo a las acciones hostiles destinadas a herir o lastimar a alguien, o a establecer dominación

Empatía.- Es el conjunto de capacidades que permiten reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento.

Estrato Social.- Es la conformación de grupos horizontales, diferenciados verticalmente de acuerdo a criterios establecidos y reconocidos. La estratificación social da cuenta o es un medio para representar la desigualdad social de una sociedad en la distribución de los bienes y atributos socialmente valorados.

Interacción.- Es una acción que se ejerce de forma recíproca entre dos o más sujetos, objetos, agentes fuerzas o funciones.

La conducta asertiva.- Se produce cuando un organismo ataca con hostilidad, física o verbalmente, a otro organismo u objeto. En psicología del desarrollo, se denomina conducta o comportamiento agresivo a las acciones hostiles destinadas a herir o lastimar a alguien, o a establecer dominación

La indefensión aprendida.- Es un fenómeno psicológico que puede afectarnos tanto cognitivamente como afectivamente, es decir, puede que cambie nuestra percepción de nosotros y de nuestras metas, haciéndonos pensar que no podemos hacer nada por cambiar la situación que “nos ha tocado”. Incluso si realmente se nos da la oportunidad para cambiar algo, no lo hacemos, impedidos por el pensamiento negativo que tenemos.

La conducta disruptiva.- Es un término que alude a un comportamiento de tipo antisocial de una o varias personas que se caracteriza por una ruptura muy marcada respecto a las pautas de conducta y valores generales o sociales aceptados, que pueden amenazar la armonía e incluso la supervivencia del grupo a través de acciones hostiles y provocadoras que incitan a la desorganización de las actividades interpersonales y grupales.

Parentalidad Coercitiva.- Significa que las secuencias de interacción familiar de conductas relativamente poco importantes (desobediencia, quejas, burlas o gritos, etc.), que pueden considerarse una categoría leve del trastorno perturbador, proporcionan una base de aprendizaje para conductas agresivas más graves. Esta evolución viene determinado por los reforzamientos proporcionados por los miembros de la familia en distintas secuencias de interacción.

Pasividad.- Es la apatía, indiferencia, actitud y cualidad del que deja que los demás hagan las cosas que a él le corresponden o afectan.

Relaciones interpersonales.- Interacción que tenemos los individuos con otras personas, en donde compartimos vivencias.

Teoría de la Atribución.- Con este sentido científico de teoría, se encarga de investigar la forma en que las personas explicamos, o sea, atribuimos la conducta de los demás y de nosotros mismos a elementos externos o internos, el cómo eso se corresponde con la realidad y el efecto que tiene en nuestras conductas individuales y de grupo.

Vulnerable.- Que es susceptible de ser lastimado o herido ya sea física o moralmente. El concepto puede aplicarse a una persona o a un grupo social según su capacidad para prevenir, resistir y sobreponerse de un impacto.

2.4 Interrogantes de Investigación

1. ¿Cómo comprobar la existencia de maltrato psicológico en los estudiantes investigados?
2. ¿Cómo evaluar el nivel de autoestima en aquellos estudiantes que han sido víctimas de maltrato?
3. ¿Cuál es la finalidad de indagar las formas de responder que tienen los estudiantes ante situaciones de violencia?
4. ¿Con qué finalidad se identifica la afectación de las relaciones sociales en las víctimas de maltrato?
5. ¿Qué técnicas asertivas se trabajará en los talleres para desarrollar habilidades sociales?

2.5 Matriz Categorial

VARIABLES	CONCEPTO	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Técnicas asertivas	Comunicaciones que empleamos o deberíamos emplear para transmitir ideas, sentimientos y/o pensamientos a los demás de forma que no lleguemos a provocar reacciones inadecuadas y así tener habilidades sociales adecuadas.	Formas de comunicación con los demás.	Transmitir ideas sentimientos y Pensamientos, de manera adecuada.	-Técnicas asertivas.
Habilidades Sociales	Las habilidades sociales son comportamientos que brindan a la persona tener buenas relaciones interpersonales y no caer en la mala comunicación, o en el maltrato psicológico.	-H.S. Básicas. -H.S. Avanzadas -H.S. Relacionadas a las agresiones.	-Expresa y defiende sentimientos, pensamientos -Realiza peticiones y defiende sus derechos -Da una negativa, sabe decir “no” -Responde adecuadamente ofensas de los demás. -Habilidad de resolución de problemas -Controla emociones -Da alternativas de rechazo a provocaciones. -Conductas no verbales	Ficha de observación
Maltrato Psicológico	Acciones que provoquen daño psíquico o emocional, y que afecte la autoestima de una persona, o que la límite.	Maltrato al Daño autoestima	-Miedo, inseguridad, pasividad, rechazo; etc. -Baja autoestima	Encuesta sobre Maltrato Escala de autoestima de Rosenberg

Fuente: Investigación Elaborado por: Stefany Pinto

CAPITULO III

3. Metodología de la Investigación

3.1 Tipo de investigación

3.1.1 Investigación de Campo

Este tipo de investigación se apoya en datos que provienen, de entrevistas, cuestionarios, encuestas y observaciones. Mediante este tipo de investigación se logró recolectar todos los datos e información necesaria para realizar el proyecto, se recogieron los datos directamente del lugar donde se encontró la muestra investigada.

3.1.2 Investigación Descriptiva

Abarca la descripción, inspección, análisis e interpretación de la naturaleza actual y la comprensión de procesos y fenómenos de la realidad estudiada; es decir, trabaja sobre realidades, su característica fundamental es presentar una interpretación de lo observado. Este tipo de investigación es importante en el desarrollo del marco teórico ya que permitió describir la situación sobre la problemática que se está tratando.

3.1.3 Investigación Bibliográfica

Es un recurso de búsqueda de información en varias fuentes, para determinar cuál es el conocimiento existente en un área o situación en particular. En esta investigación fue de mucha importancia ya que contribuyó a buscar o indagar sobre varios aspectos necesarios de la problemática a tratar, determinando a través de fuentes como: internet, publicaciones, libros, trabajos previos relacionados con el tema; y fuentes confiables que hacen referencia a la temática planteada.

3.2 Métodos de investigación

3.2.1 Método inductivo – deductivo

La inducción se inicia por la observación de fenómenos particulares con el propósito de llegar a conclusiones generales. La deducción en cambio se inicia con la observación de fenómenos generales con el propósito de señalar las verdades particulares.

Este método se utilizó para la construcción del contenido en general, en consecuencia ayudó también a la elaboración del marco teórico, asimismo tuvo gran importancia y gran ayuda al momento de partir de algo particular como la aplicación de un test para poder empezar de a poco en lo que podrá ser un posible diagnóstico y a la final una aplicación de las técnicas asertivas, y la deducción sirvió de soporte para determinar las conclusiones y recomendaciones al final de la investigación.

3.2.2 Método analítico – sintético

El método analítico implica el análisis, esto es la separación de un todo en sus partes o en sus elementos. Se apoya en que para conocer un fenómeno es necesario descomponerlo en sus partes; mientras que el método sintético Implica la síntesis, es la unión de elementos para formar un todo.

La parte analítica será fundamental para evitar cometer errores con posibles supuestos, además que permitió conocer la problemática; mientras que la síntesis se utilizó para redactar conclusiones y recomendaciones relacionadas con la investigación.

3.2.3 Método psicométrico

Es aquel que consiste en la utilización de instrumentos psicológicos para el análisis de la información extraída a cerca del investigado, para medir o indagar ciertos aspectos o cierta variables de la investigación; en este caso, este método tiene un gran valor dentro del sondeo ya que permite obtener la información acerca de cómo se encuentra su nivel de autoestima; para que según eso se aplique las técnicas asertivas y los respectivos talleres de capacitación.

3.3 Técnicas e instrumentos de investigación

3.3.1 Encuesta

La encuesta es una técnica de adquisición de información, mediante un cuestionario previamente elaborado, a través del cual se puede conocer la opinión o valoración del sujeto seleccionado en una muestra sobre un asunto dado. Esta técnica se utilizó como primera actividad aplicada hacia los estudiantes muestra de dicha institución, con el fin de establecer si existe o no maltrato psicológico dentro de su círculo social.

3.3.2 Observación psicológica

La observación consiste en saber seleccionar aquello que queremos analizar; es decir; existe un observador y los observados que se comportan de maneras diferentes; por lo cual se tiene la capacidad de describir el comportamiento.

En esta técnica se observó al individuo o grupo investigado en su actividad, mientras se registran los datos que se requieren para la intervención, éste se aplicó en el período mismo de realizar el registro percibido de la problemática existente, además se utiliza con mucha frecuencia en el desarrollo de la investigación, ya que de este método depende el análisis de lo que ocurre en la población investigada, además que sirvió de mucha contribución en los resultados y conclusiones de la investigación.

3.3.3 Reactivos Psicológicos

Son una medida de una muestra de conducta que nos permiten hacer descripciones y comparaciones entre personas o de una misma persona en distintos momentos o situaciones de su vida. Esta técnica fue usada con la finalidad de conocer cómo se encuentra la autoestima de la muestra investigada, a través de varios ítems.

3.3.4 Cuestionario psicológico

Es un cuestionario que evalúa la existencia de maltrato escolar, compuesto por 20 preguntas cerradas, con tres posibilidades de respuesta (siempre, a veces, nunca); está dividido en diez componentes: desprecio-ridiculización, coacción, restricción-comunicación, agresiones, intimidación, amenazas, exclusión, bloqueo social, hostigamiento verbal, robos. La misma que fue diseñada conjuntamente con la ayuda del tutor, y tiene el fin de obtener tendencias precisas sobre la situación a investigar.

3.3.5 Ficha de Observación

El registro diario consiste en generar un detalle escrito de los eventos y las situaciones que se experimentan. El registro fue utilizado durante todo el proceso de la aplicación de la investigación en la institución donde están los sujetos investigados, con el fin de ir verificando el desarrollo de las habilidades sociales de cada estudiante y a su vez ir controlando quienes asisten a los talleres de manera constante.

3.3.6 Escala de autoestima de Rosenberg

Rosenberg entiende la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, además del grado de satisfacción de las personas sobre sí mismos, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características. La escala fue dirigida en un principio a adolescentes, hoy se usa con otros grupos etarios. Su aplicación es simple y rápida.

Dicho instrumento consta de 10 ítems, divididos equitativamente en positivos y negativos, es un instrumento unidimensional que se contesta en una escala de cuatro alternativas, que va desde " muy de acuerdo" a " muy en desacuerdo". De los ítems del 1-5 las respuestas de a –d se puntúan de 4 a 1; mientras que de los ítems del 6-10, las respuestas de a-d se puntúan de 1-4. Por lo cual en su calificación si la suma es de 30 a 40 puntos significa una autoestima elevada considerada como normal; de 26 a 29 puntos significa autoestima media que significa que no presenta problemas de autoestima graves pero es conveniente mejorarla, y menos de 25 puntos significa una baja autoestima en donde existen problemas significativos.

Existen diversos instrumentos que miden la autoestima, pero uno de los más utilizados es la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). La EAR ha sido traducida y validada en distintos países e idiomas: francés, alemán, japonés, portugués, español, etc. Recientemente, Schmitt y Allik realizaron un estudio multicultural, administrando la EAR en 53 naciones, en 48 de las cuales se presenta una confiabilidad sobre 0,75.

3.4 Población

La población que estuvo involucrada en esta investigación fueron los estudiantes de la Unidad Educativa Yahuarcocha, en la ciudad de Ibarra, adolescentes comprendidos entre las edades de 12-16 años, en básica superior y bachillerato de dicha institución, que son víctimas de maltrato psicológico por parte de sus pares.

3.5 Muestra

La investigación tomó como base el muestreo probabilístico por lo que constó de una formula estadística, es decir, usando este método se define que todos los elementos de la población antes mencionada, tienen la misma posibilidad de ser escogidos y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una

selección aleatoria. La muestra fue escogida por medio de la fórmula para determinar el tamaño de la misma, en dónde la población constaba de 293 estudiantes comprendidos entre básica superior y bachillerato de la Unidad Educativa Yahuarcocha, en donde se obtuvo como resultado 85 personas para acceder a la aplicación de la encuesta, de la cual tomando criterios de inclusión, resultaron 20 estudiantes para participar de los talleres con técnicas asertivas.

Criterio de inclusión:

- Colegiales comprendidos entre los 12 y 16 años de edad.
- Sujetos que sean víctimas de maltrato psicológico por sus pares.
- Estudiantes que hayan respondido en la encuesta de maltrato al menos en un ítem la opción “siempre”.
- Personas que se encuentren matriculados en básica superior y bachillerato de la Unidad Educativa Yahuarcocha.

Criterio de exclusión:

Personas que no se ajusten dentro de los criterios de inclusión.

Fórmula para obtener la muestra:

$$n = \frac{N \cdot \frac{e}{Z}}{(N-1) e^2 + \frac{e}{Z}}$$

$$293 \times 0,25 \times 3,8416$$

$$292 \times 0,0081 + 0,25 \times 3,8416$$

$$n = \frac{281.3972}{3.3256}$$

$$84,61$$

$$n = 85$$

$$85$$

$$85$$

$$85$$

n = Tamaño de la muestra.

N = tamaño de la población.

e= Desviación estándar (0,5).

Z= Valor nivel de confianza (1,96).

e = Límite aceptable de error (0,09), valor que queda a criterio del

CAPITULO IV

4 Análisis e interpretación de resultados

4.1 Análisis general de la encuesta

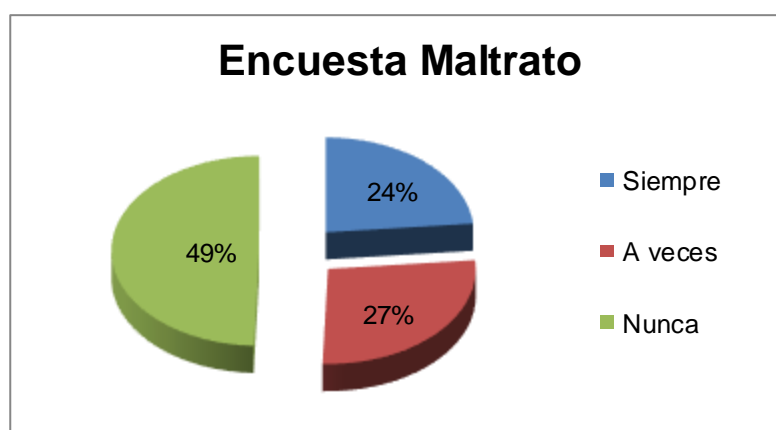
Tabla 2 Constancia de Maltrato

Encuesta Maltrato	<i>f</i>	%
Siempre	20	24
A veces	23	27
Nunca	42	49
Total	85	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 1 Encuesta Maltrato



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

La encuesta aplicada al total de estudiantes obtenidos con la aplicación de la fórmula, con la finalidad de determinar la existencia de maltrato entre compañeros o iguales de la Unidad Educativa Yahuarcocha, arroja en los resultados de la investigación la existencia de estudiantes que han estado siendo víctimas de maltrato psicológico; en donde los indicadores más sobresalientes son aquellas preguntas que revelan que se han sentido rechazados, amenazados, han sido víctimas de ofensas, burlas; se han sentido inculcados de cosas que no han hecho, han tenido temor de asistir a su establecimiento, se han sentido maltratados, no han podido defenderse ante estas situaciones por temor, han sido excluidos en recreo o en

alguna actividad, se han sentido objeto de burla, y han sido acosados recibiendo mensajes con ofensas; por ello fueron a quienes se les tomó en cuenta para conformar el grupo de intervención psicológica con la aplicación de técnicas asertivas a través de los talleres, con la finalidad de desarrollar habilidades sociales en dichos estudiantes, y de esta manera mejorar su calidad de vida en el ámbito educativo y a nivel social, tomando en cuenta que las causas que llevan a un compañero a agredir o maltratar a otro son múltiples, en este caso, una de las principales puede ser la falta de habilidades sociales misma para relacionarse con los demás.

La mayoría de la muestra no presentó ningún problema significativo relacionado con el maltrato, ya que son una cantidad un poco más que la muestra quienes indican haber sido víctimas de maltrato “a veces” en preguntas que revelan haberse sentido rechazados, amenazados, excluidos; sin embargo esto indica que no es de manera reiterada o tan significativa para formar parte del grupo de intervención; mientras que el doble de estudiantes en comparación a la muestra dieron una respuesta de “nunca” hacia dicha problemática.

4.2 Análisis e interpretación de la escala de autoestima de Rosenberg

Ítem 1: Siento que soy una persona digna al menos tanto como los demás.

PRE-TEST

Tabla 3.- Frecuencia y porcentaje Autovalía

Autovalía	f	%
Muy de acuerdo	9	45
De acuerdo	0	0
En desacuerdo	7	35
Muy en desacuerdo	4	20
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 4.- Frecuencia y porcentaje Autovalía

Autovalía	f	%
Muy de acuerdo	15	75
De acuerdo	3	15
En desacuerdo	1	5
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

Gráfico 2 Autovalía

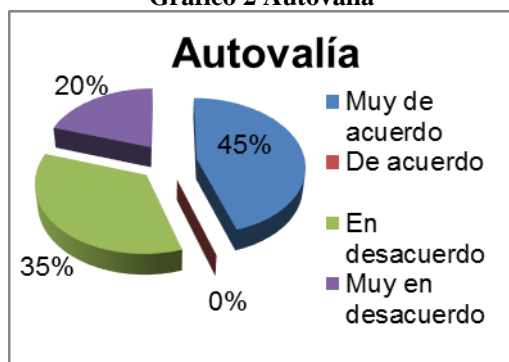
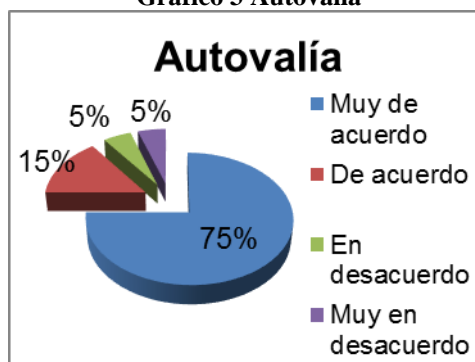


Gráfico 3 Autovalía



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

Al aplicar la escala de Autoestima de Rosenberg, la mayoría de estudiantes manifestaron no sentirse dignos como los demás, lo cual puede ser a causa de la violencia de la que han estado siendo víctimas. Luego de haber realizado la intervención psicológica en la aplicación del post-test se evidencia que casi todos los estudiantes se sienten dignos, esto se debe a que las técnicas asertivas utilizadas son evidencia clara de que generan una mayor aceptación de uno mismo; en este caso se trabajó informando sobre los derechos asertivos de todas las personas, ya que conociendo esto, se garantiza el respeto hacia uno mismo; manteniendo mayor estabilidad emocional.

Ítem 2: Estoy convencido de que tengo buenas cualidades

PRE-TEST

Tabla 5.- Frecuencia y porcentaje Identidad

Identidad	f	%
Muy de acuerdo	4	20
De acuerdo	4	20
En desacuerdo	9	45
Muy en desacuerdo	3	15
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 6.- Frecuencia y porcentaje Identidad

Identidad	f	%
Muy de acuerdo	13	65
De acuerdo	2	10
En desacuerdo	3	15
Muy en desacuerdo	2	10
Total	20	100

Gráfico 4 Identidad

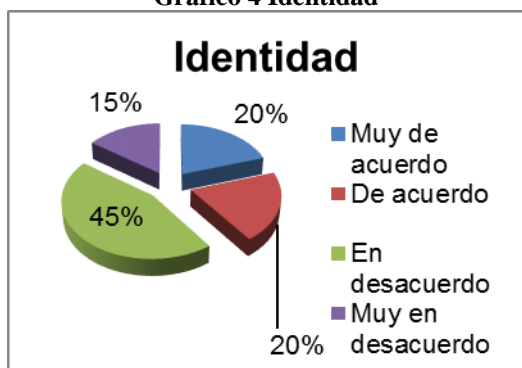
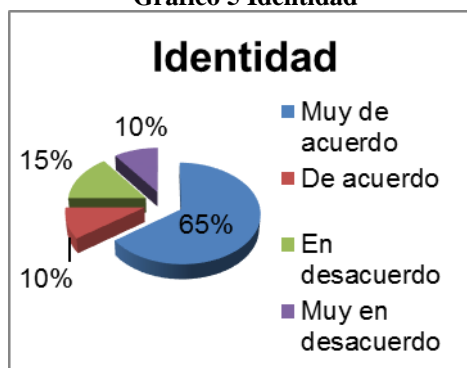


Gráfico 5 Identidad



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

La mayoría de la muestra dieron una respuesta negativa hacia la afirmación, lo cual es producto de la baja autoestima que han generado a partir de recibir ofensas o agresiones por parte de sus compañeros, lo que ocasiona en ellos ideas y sentimientos irracionales que incluso se pueden venir dando desde el hogar ya que es ahí en donde principalmente se forma la autoestima, por esto el entrenamiento asertivo, para que el adolescente canalice y se exprese adecuadamente.

Al aplicar el post-test, más de la mitad de estudiantes manifestaron resultados positivos, es decir, se dio el reconocimiento de las buenas cualidades que posee cada uno, esto se trabajó al momento de hacer ejercicios prácticos donde la mayoría de estudiantes reconoció sus cualidades positivas, lo que reforzó su autoestima, y por ende las habilidades sociales.

Ítem 3: Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de gente

PRE-TEST

POST-TEST

Tabla 7.- Frecuencia y porcentaje Autonomía

Autonomía	f	%
Muy de acuerdo	4	20
De acuerdo	5	25
En desacuerdo	11	55
Muy en desacuerdo	0	0
Total	20	100

Tabla 8.- Frecuencia y porcentaje Autonomía

Autonomía	f	%
Muy de acuerdo	11	55
De acuerdo	6	30
En desacuerdo	2	10
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

Gráfico 6 Autonomía

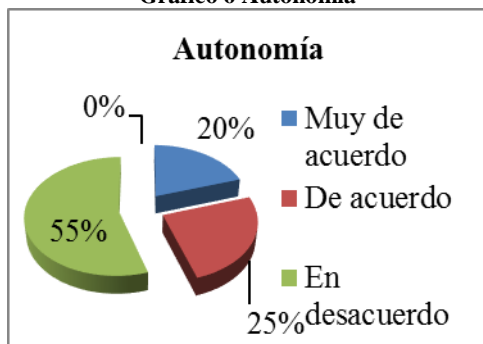
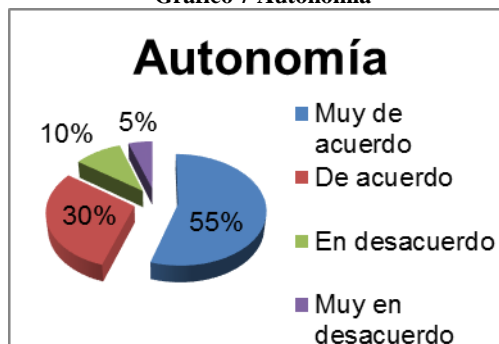


Gráfico 7 Autonomía



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

Al aplicar el test, la mayoría de estudiantes respondieron que están en desacuerdo, ya que por ser despreciados, humillados, criticados o maltratados de alguna manera por sus compañeros, su autoestima se ve afectada; y por ende la autonomía la cual para un adolescente es importante para enfrentar sus problemas.

Al aplicar el post-test casi todos los estudiantes respondieron de manera positiva, he ahí la importancia de la aplicación de técnicas asertivas; las cuales mejoran la autonomía de las personas, la seguridad y la confianza en sí mismas, para poder tomar sus propias decisiones, las cuales contribuyen a realizar cambios y a su vez lograr enfrentar situaciones conflictivas para sobrellevar sus dificultades en el ámbito escolar.

Ítem 4: Tengo una actitud positiva hacia mí mismo

PRE-TEST

Tabla 9.- Frecuencia Actitud Positiva

Actitud Positiva	f	%
Muy de acuerdo	6	30
De acuerdo	1	5
En desacuerdo	9	45
Muy en desacuerdo	4	20
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 10.- Frecuencia Actitud Positiva

Actitud Positiva	f	%
Muy de acuerdo	10	50
De acuerdo	5	25
En desacuerdo	3	15
Muy en desacuerdo	2	10
Total	20	100

Gráfico 8 Actitud Positiva

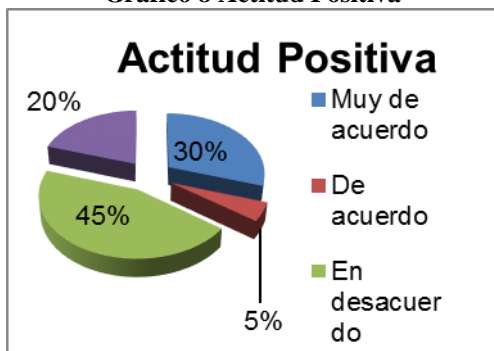
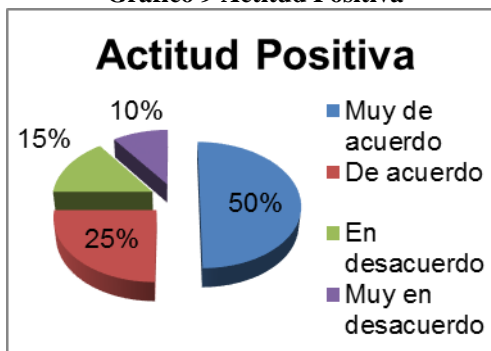


Gráfico 9 Actitud Positiva



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

En este ítem se evidencia que la mayoría de estudiantes carecen de una buena actitud hacia sí mismos. La actitud positiva es muy importante, ya que dentro de la autoestima, el concepto de uno mismo es significativo. Los adolescentes son destacados por sus etapas transitorias sin embargo que se muestren felices y positivos refleja que tienen menos riesgo de involucrarse en conflictos, ya que esto también determina que son aptos para resolver de mejor manera los problemas, por tanto, la actitud positiva repercutirá decisivamente en las relaciones interpersonales.

En la aplicación del re-test más de la mitad de los investigados revelaron una respuesta positiva, siendo las técnicas asertivas el instrumento que transformó a los estudiantes en mejores comunicadores, por lo cual su actitud positiva se vio reflejada con su entusiasmo y con el concepto que tienen de sí mismos, lo que ayudó a reducir el riesgo de involucrarse o ser víctimas de conflictos.

Ítem 5: En general estoy satisfecho conmigo mismo

PRE-TEST

Tabla 11.- Frecuencia Satisfacción Personal

Satisfacción Personal	f	%
Muy de acuerdo	4	20
De acuerdo	4	20
En desacuerdo	5	25
Muy en desacuerdo	7	35
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 12.- Frecuencia Satisfacción Personal

Satisfacción Personal	f	%
Muy de acuerdo	9	45
De acuerdo	6	30
En desacuerdo	3	15
Muy en desacuerdo	2	10
Total	20	100

Gráfico 10 Satisfacción Personal



Gráfico 11 Satisfacción Personal



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

Al aplicar esta escala un porcentaje elevado de estudiantes manifiestan no estar satisfechos consigo mismo, la satisfacción personal tiene mucho que ver con la autoestima, además de estar muy relacionada con la forma en cómo se siente el adolescente al relacionarse en el medio en que se desenvuelve.

Al aplicar el post-test luego de la intervención, se puede identificar que el avance es significativo en la mayoría de estudiantes ya que mejoraron su satisfacción personal; he ahí la importancia de trabajar con técnicas asertivas ya que cada vez que se actúa de manera asertiva, se concibe una retroalimentación que brinda un bienestar al individuo mejorando la satisfacción con uno mismo, la autoestima y las habilidades sociales.

Ítem 6: Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso

PRE-TEST

POST-TEST

Tabla 13.- Frecuencia Autovaloración

Autovaloración	f	%
Muy de acuerdo	4	20
De acuerdo	9	45
En desacuerdo	6	30
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

Tabla 14.- Frecuencia Autovaloración

Autovaloración	f	%
Muy de acuerdo	0	0
De acuerdo	3	15
En desacuerdo	8	40
Muy en desacuerdo	9	45
Total	20	100

Gráfico 12 Autovaloración

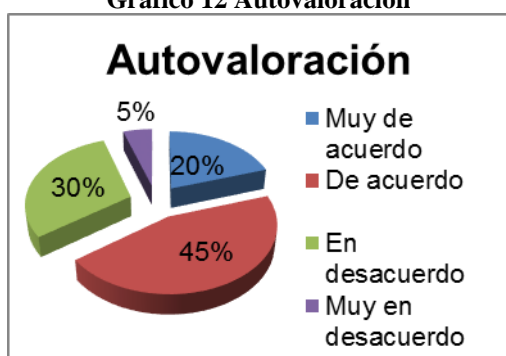
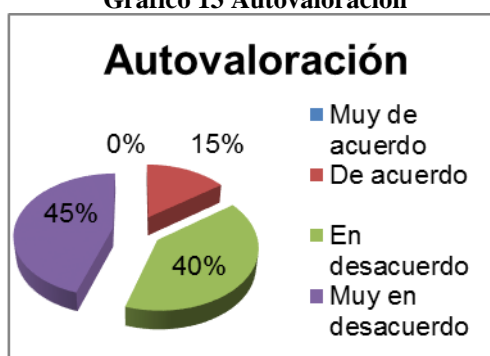


Gráfico 13 Autovaloración



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

Al aplicar la escala de autoestima, muchos de los estudiantes no sienten orgullo de sí mismos, en la adolescencia esto denota una autoestima poco equilibrada, lo que hace que muchas veces el adolescente se vuelva más vulnerable o genere sentimientos de inferioridad y pase a ser víctimas de situaciones poco agradables.

En la aplicación del post-test casi todos los estudiantes se sienten orgullosos de sí mismos; debido a que al momento de expresar los pensamientos, sentimientos y emociones y al defenderlos mediante los derechos asertivos, se gana mayor autoestima; en este caso se trabajó con ejercicios prácticos sobre técnicas asertivas; lo que les contribuye a sentirse más capaces de realizar cualquier objetivo, atrayendo a su vez a personas que se acerquen a ellos con el mismo respeto, y de esta manera evitando ser víctimas de maltrato.

Ítem 7: En general me inclino a pensar que soy un fracasado

PRE-TEST

POST-TEST

Tabla 15.- Frecuencia Sentimientos de inferioridad

Sentimientos de inferioridad	f	%
Muy de acuerdo	3	15
De acuerdo	9	45
En desacuerdo	6	30
Muy en desacuerdo	2	10
Total	20	100

Tabla 16.- Frecuencia Sentimientos de inferioridad

Sentimientos de inferioridad	f	%
Muy de acuerdo	1	5
De acuerdo	2	10
En desacuerdo	10	50
Muy en desacuerdo	7	35
Total	20	100

Gráfico 14 Sentimientos de Inferioridad

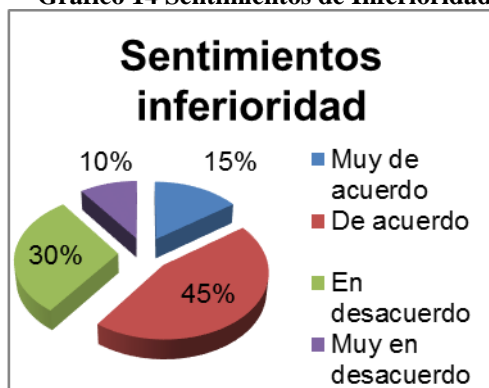
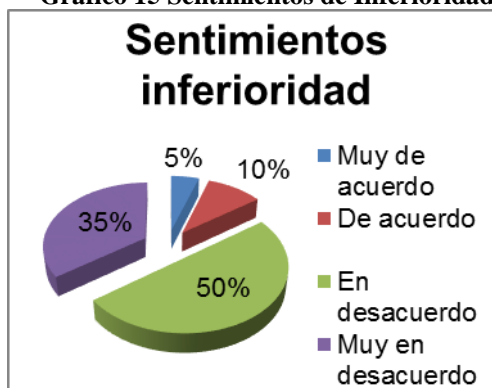


Gráfico 15 Sentimientos de Inferioridad



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

Al aplicar en primera instancia la escala, más de la mitad de los participantes indican sentir fracaso, la mayoría de veces cuando haya maltrato, las consecuencias serán psicológicas. Al aplicar el post-test casi todos estudiantes están en desacuerdo con el enunciado, lo cual ha mejorado en comparación a los primeros resultados, debiéndose esto a que la inseguridad que presentaban antes de impartir los talleres asertivos disminuyó, ya que con las técnicas utilizadas se brinda al estudiante herramientas necesarias para afrontar con seguridad situaciones de su diario vivir; al mejorar sus habilidades sociales mejora su seguridad y autoestima.

Ítem 8: Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.

PRE-TEST

Tabla 17.- Frecuencia y porcentaje Auto-respeto

Auto-respeto	f	%
Muy de acuerdo	9	45
De acuerdo	8	40
En desacuerdo	2	10
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 18.- Frecuencia y porcentaje Auto-respeto

Auto-respeto	f	%
Muy de acuerdo	6	30
De acuerdo	6	30
En desacuerdo	7	35
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

Gráfico 16 Auto-respeto

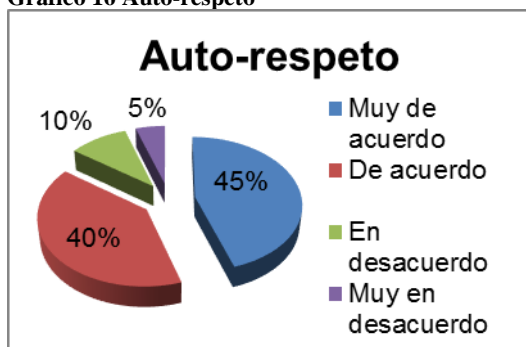
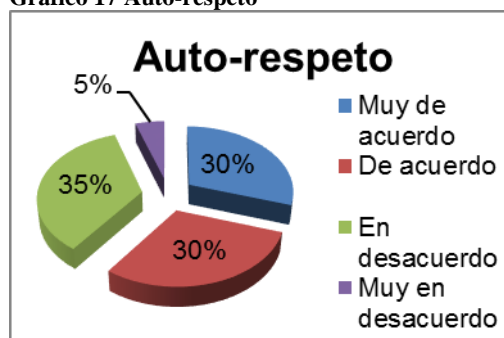


Gráfico 17 Auto-respeto



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto.

La mayoría de la muestra refleja una necesidad de sentir mayor respeto por sí mismos, esto tiene mucho que ver con hacerse respetar por los demás, situación que no se evidencia, debido a su baja autoestima y escasas habilidades sociales para poder respetarse y a su vez ejercer respeto sobre sí mismos.

Al aplicar el post-test se puede observar que menos de la mitad de estudiantes respondieron no estar de acuerdo con el enunciado, lo que significa que en cierto modo han ganado más respeto por sí mismos; sin embargo no es mucha la diferencia en comparación a los primeros resultados, debiéndose esto a que existen estudiantes que no solo el problema de autoestima es lo que los aqueja; sino también presentan varios problemas dentro de sus hogares e incluso en su rendimiento académico, por lo que existe un poco de dificultad al querer mejorar su autoestima y habilidades sociales.

Ítem 9: Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.

PRE-TEST

POST-TEST

Tabla 19.- Frecuencia y porcentaje Autopercepción

Autopercepción	f	%
Muy de acuerdo	11	55
De acuerdo	8	40
En desacuerdo	0	0
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

Tabla 20.- Frecuencia y porcentaje Autopercepción

Autopercepción	f	%
Muy de acuerdo	5	25
De acuerdo	2	10
En desacuerdo	8	40
Muy en desacuerdo	5	25
Total	20	100

Gráfico 18 Autopercepción

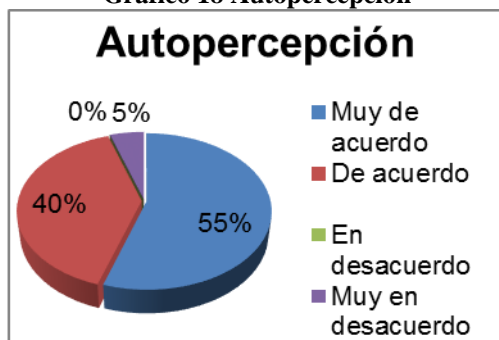
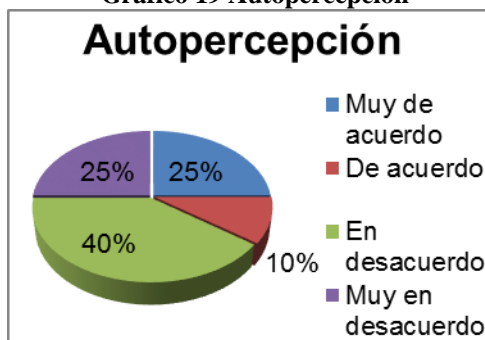


Gráfico 19 Autopercepción



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

Al aplicar el test se observa que casi todos los estudiantes en ocasiones han presentado sentimientos de inutilidad o minusvalía, lo cual puede ser influencia del mismo maltrato del que han estado siendo víctimas, por lo que se menosprecian a sí mismos, considerando que los pensamientos se convierten en emociones ya sean negativos o positivos.

En el post-test los resultados obtenidos demuestran que un gran número de estudiantes han mejorado en cuanto a su propia percepción, lo cual indica que sus sentimientos de minusvalía o de sentirse menos hábiles que los demás han disminuido, esto mejoró cuando se trabajó con dinámicas grupales y con el reconocimiento de habilidades y debilidades; en donde cada estudiante pudo observar que es capaz y tiene el potencial de realizar cualquier cosa, además en el entrenamiento asertivo; cada estudiante tomaba un rol diferente y así pueden darse cuenta de errores que cometían, con el fin de mejorar su asertividad y confianza al momento de interactuar en sociedad.

Ítem 10: A menudo creo que no soy una buena persona

PRE-TEST

Tabla 21.- Frecuencia Auto-aceptación

Auto-aceptación	f	%
Muy de acuerdo	6	30
De acuerdo	10	50
En desacuerdo	3	15
Muy en desacuerdo	1	5
Total	20	100

POST-TEST

Tabla 22.- Frecuencia Auto-aceptación

Auto-aceptación	f	%
Muy de acuerdo	2	10
De acuerdo	1	5
En desacuerdo	9	45
Muy en desacuerdo	8	40
Total	20	100

Gráfico 20 Auto-aceptación

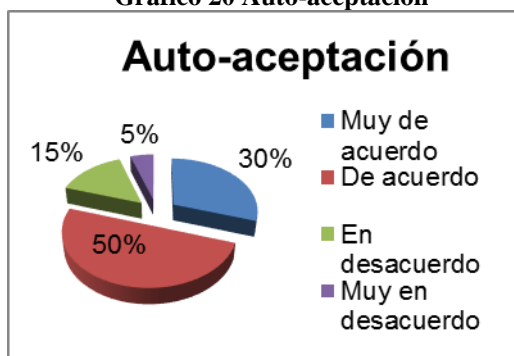
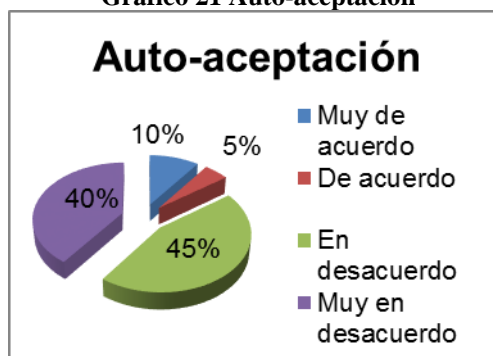


Gráfico 21 Auto-aceptación



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

Al aplicar por primera vez el test se obtuvo más de la mitad de la muestra que manifiestan no sentirse buenas personas; siendo evidente su baja autoestima. En este último ítem la mayoría de los investigados, respondieron estar en desacuerdo con respecto al enunciado; aspecto que demuestra un progreso ya que esto indica que los estudiantes que han sido víctimas de maltrato han mejorado en cuanto a creencias erróneas sobre sí mismos; esto se trabajó mediante el reconocimiento de derechos asertivos y a las técnicas asertivas en dónde los estudiantes concientizaron sus derechos y adquieren la idea de que decir “no”, no significa ser mala persona.

4.3 Análisis e interpretación de la ficha de observación

HABILIDAD 1: Expresa y defiende sentimientos y pensamientos.

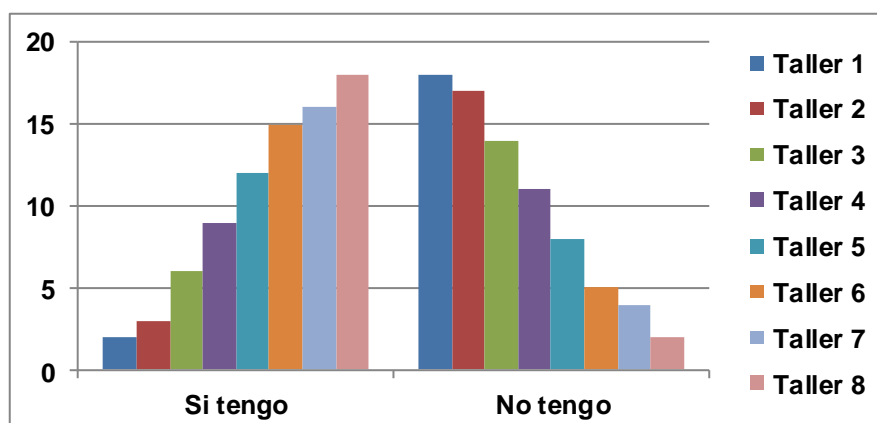
Tabla 23.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 1

H1	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	2	10	3	15	6	30	8	40	12	60	15	75	16	80	18	90
No tengo	18	90	17	85	14	70	12	60	8	40	5	25	4	20	2	10
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 22 Habilidad 1



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha.

Elaborado por: Stefany Pinto

En las primeras reuniones se puede observar que la mayoría de los estudiantes tienen dificultad para expresar o defender sus pensamientos y sentimientos; sin embargo, en cada taller son más estudiantes que van desarrollando dicha habilidad; y al final de los talleres son más de la mitad los que han mejorado esta habilidad a través del conocimiento sobre la asertividad, habilidades sociales, empatía y autoestima; además de la técnica “los mensajes yo” y el refuerzo de las mismas en cada taller. Lo que significa que disminuyó la cantidad de estudiantes que en un principio manifestaron no tener dicha habilidad, quedando como resultado la minoría de ellos sin mejorar esta habilidad.

HABILIDAD 2: Realiza peticiones y defiende sus derechos

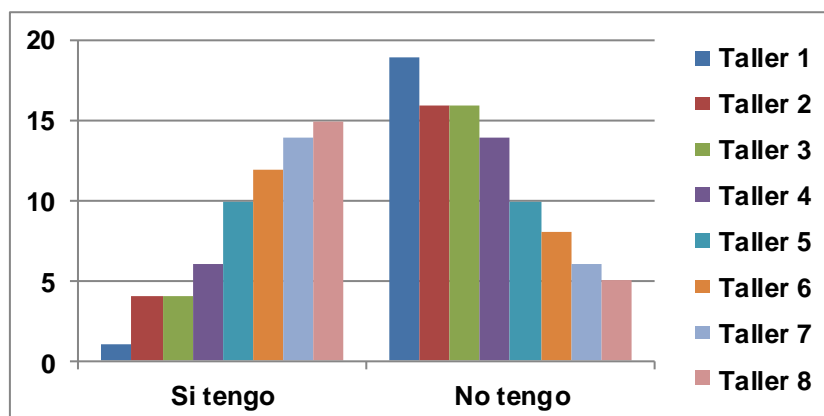
Tabla 24.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 2

H 2	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	1	5	4	20	4	20	6	30	10	50	12	60	14	70	15	75
No tengo	19	95	16	80	16	80	14	70	10	50	8	40	6	30	5	25
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 23 Habilidad 2



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

En el primer taller se identifica que casi todos los estudiantes no tienen habilidad para realizar peticiones y defender sus derechos, lo cual con el reconocimiento de sus derechos asertivos y la técnica asertiva del “disco rayado” fueron mejorando según se reforzó en cada taller; por lo que en el último taller más de la mitad de participantes han logrado desarrollar esta habilidad. Siendo evidente, de la misma manera; la disminución de estudiantes que al principio no poseían esta habilidad en su mayoría; sin embargo al final son menos de la mitad quienes se han mantenido sin tener dicha habilidad social.

HABILIDAD 3: Da una negativa o sabe decir “no”

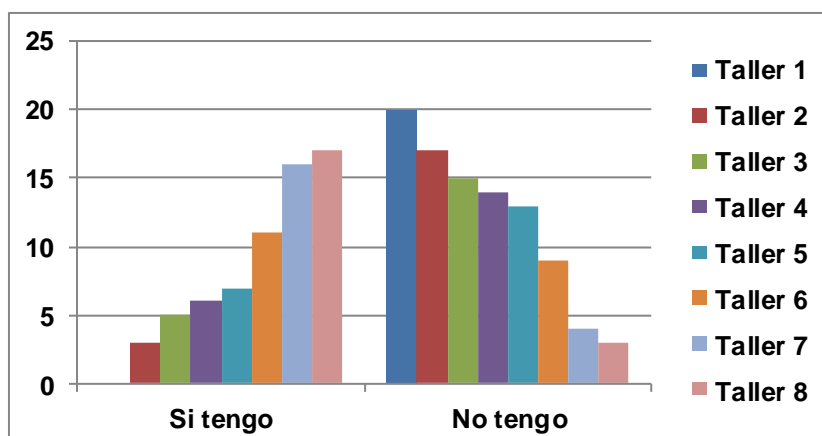
Tabla 25.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 3

H 3	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	0	0	3	15	5	25	6	30	7	35	11	55	16	80	17	85
No tengo	20	100	17	85	15	75	14	70	13	65	9	45	4	20	3	15
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico Nro. 24 Habilidad 3



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Durante la aplicación de las diferentes técnicas asertivas, se observa que al principio son todos los estudiantes que no saben decir “no” a situaciones no deseadas, con el refuerzo y entrenamiento de las técnicas asertivas como es la del “Disco rayado” se fueron desarrollando ciertas habilidades, en donde al final de los talleres; son la mayoría de estudiantes que desarrollaron esta capacidad que fue observada en su comportamientos. Además también disminuyó la cantidad de estudiantes que no tenían la habilidad; siendo al final una mínima cantidad de estudiantes que no la desarrolló; debiéndose esto a la inseguridad que muchos no la mitigaron.

HABILIDAD 4: Responde adecuadamente a las ofensas de los demás

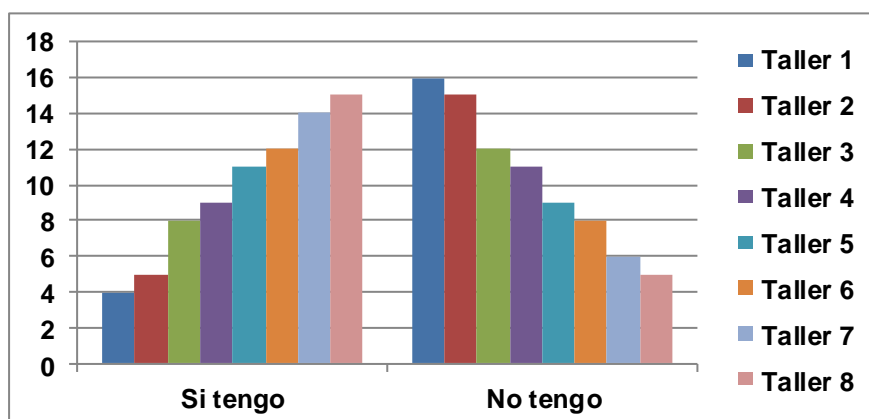
Tabla 26.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 4

H4	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	4	20	5	25	8	40	9	45	11	55	12	60	14	70	15	75
No tengo	16	80	15	75	12	60	11	55	9	45	8	40	6	30	5	25
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 24 Habilidad 4



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Se observó que la mayoría de estudiantes, no responden adecuadamente a ofensas de los demás, viéndose que por lo general son pasivos al tener que hacerlo; sin embargo se fue evidenciando que hubo mejora; por lo que al finalizar los talleres son más de la mitad de estudiantes que desarrollaron esta habilidad; mientras que pocos de ellos presentaron más dificultades, lográndose esto con la aplicación de la técnica asertiva “banco de niebla”. Se observa además que se va dando el decrecimiento en comparación al primer y último taller, de los estudiantes que no tienen la habilidad, por lo que al finalizar son menos de la mitad quienes presentaron dificultad para desarrollarla.

HABILIDAD 5: Habilidad de resolución de problemas

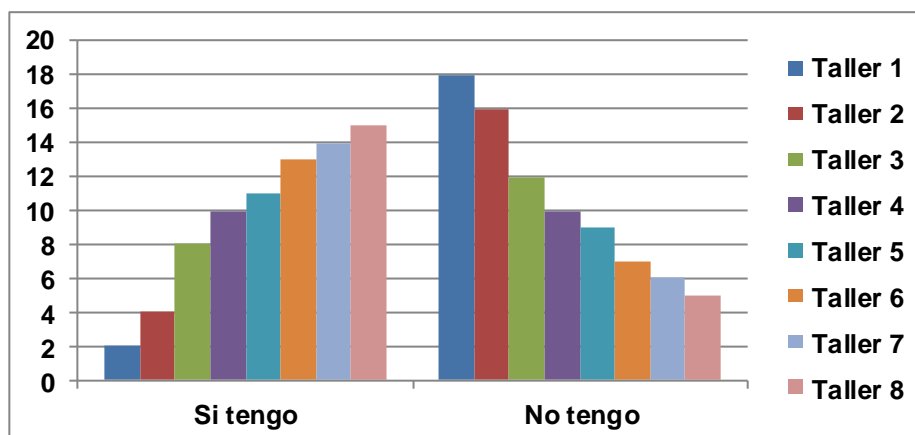
Tabla 27.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 5

H 5	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	F	%	f	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	2	10	4	20	8	40	10	50	11	55	13	65	14	70	15	75
No tengo	18	90	16	80	12	60	10	50	9	45	7	35	6	30	5	25
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 25 Habilidad 5



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Al principio de los talleres esta habilidad no fue evidenciada en la mayoría de la muestra; en el transcurso de los talleres se fue viendo una mejora en cada estudiante; por lo que al finalizar; gracias a la técnica de “aplazamiento asertivo” la habilidad de solucionar problemas fue observada en más de la mitad de los investigados. De igual manera se ve que disminuyeron los estudiantes que no poseían esta habilidad, quedando al final menos de la mitad que se mantuvieron.

HABILIDAD 6: Controla emociones como: la ira, el enfado, la tristeza, la vergüenza.

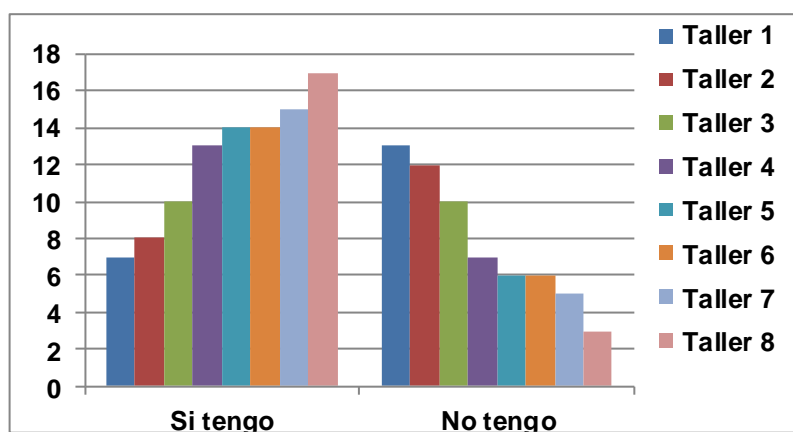
Tabla 28.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 6

H 6	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	7	35	8	40	10	50	13	65	14	70	14	70	15	75	17	85
No tengo	13	65	12	60	10	50	7	35	6	30	6	30	5	25	3	15
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 26 Habilidad 6



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

En el primer taller se pudo observar que un poco más de la mitad de estudiantes tienen dificultad para controlar emociones como: la ira, el enfado, la tristeza, la vergüenza al momento de actuar, sin embargo con el entrenamiento asertivo se fue evidenciando que en cada taller se daba una mejora, y al finalizar la mayoría de estudiantes desarrollaron esta habilidad, gracias a la “técnica de ignorar”. Es evidente que el número de estudiantes que al principio no demostraban esta habilidad, disminuyó quedando al final una minoría en quienes no se dio la concepción de esta habilidad.

HABILIDAD 7: Da alternativas para el rechazo a provocaciones, negociación en conflictos.

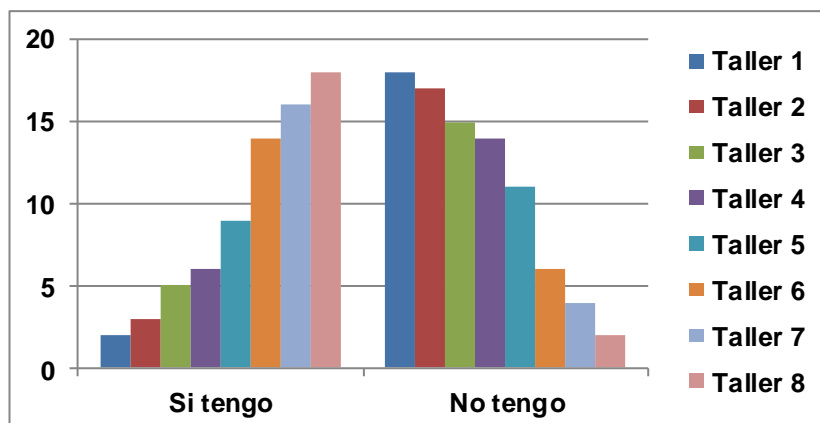
Tabla 29.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 7

H 7	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	F	%	F	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	2	10	3	15	5	25	6	30	9	45	14	60	16	80	18	90
No tengo	18	80	17	85	15	75	14	70	11	55	6	40	4	20	2	10
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 27 Habilidad 7



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Se observa en primera instancia que son casi todos los estudiantes que tienen la dificultad de dar alternativas para el rechazo a provocaciones, y negociación en conflictos, presentándose muy pasivos o respondiendo de manera poca adecuada a situaciones negativas; lo cual fueron desarrollando con el aprendizaje de las técnicas asertivas, en este caso “técnica del acuerdo asertivo”, en donde al finalizar se observa que mucho más de la mitad de participantes han desarrollado esta habilidad. Además, se da la disminución en cuanto a los estudiantes que al inicio no tenían desarrollada esta habilidad.

HABILIDAD 8: Conductas no verbales: posturas, tono de voz, gestos y contacto visual.

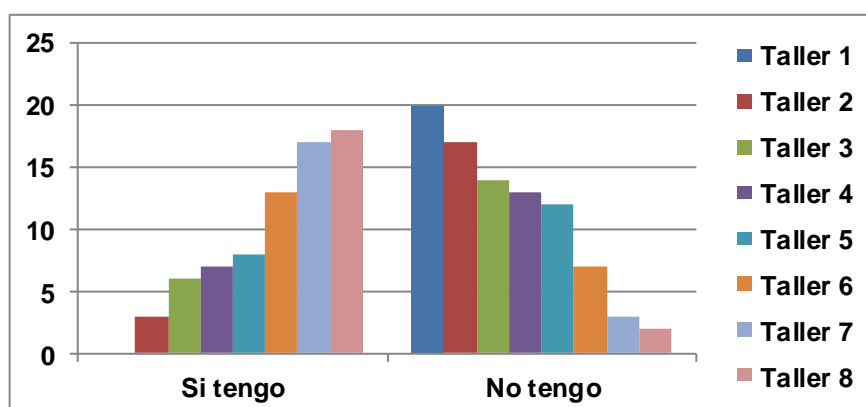
Tabla 30.- Frecuencia y porcentaje Habilidad 8

H 8	Taller 1		Taller 2		Taller 3		Taller 4		Taller 5		Taller 6		Taller 7		Taller 8	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Si tengo	0	0	3	15	6	30	7	35	8	40	13	65	17	85	18	90
No tengo	20	100	17	85	14	70	13	65	12	60	7	35	3	15	2	10
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Gráfico 28 Habilidad 8



Fuente: investigación hecha en Unidad Educativa Yahuarcocha

Elaborado por: Stefany Pinto

Al principio todos los estudiantes tuvieron la dificultad de manejar adecuadamente las conductas no verbales como: posturas, tono de voz, gestos y contacto visual; con el conocimiento del lenguaje no verbal además de la “técnica para procesar el cambio” fueron desarrollando éstas habilidades, por lo que en el último taller se pudo observar que casi todos los estudiantes pudieron desarrollar dicha habilidad. Lo que significa que hubo menos de la mitad de estudiantes que al final de los talleres tuvieron dificultad para desarrollar ésta habilidad.

CAPITULO V

5 Conclusiones y recomendaciones

5.1 Conclusiones:

1. En la Unidad Educativa Yahuarcocha, se evidenció a través de la investigación, que existe maltrato entre pares, específicamente en estudiantes que se encuentran en edades comprendidas de 12 a 16 años.
2. Se llegó a comprobar que los estudiantes que sufren maltrato por parte de sus compañeros, presentan problemas de autoestima en parámetros como: la auto-aceptación, la percepción que tienen de sí mismos, sentimientos de inferioridad que poseen, el auto-respeto casi nulo que se tienen, la valoración negativa que tienen de ellos, la satisfacción personal inadecuada que poseen, la actitud negativa, la escasa autonomía, y la auto-valía que hace que se sientan menos dignos que los demás.
3. Los estudiantes investigados tienen dificultades para resolver conflictos reaccionando con mucha pasividad o agresividad, por lo que las habilidades sociales para resolver conflictos son sumamente bajas, razón por la cual las relaciones interpersonales se han visto afectadas.
4. Por medio de la aplicación de las técnicas asertivas se puede demostrar que las habilidades sociales mejoran, y por ende, es posible corregir la forma de reaccionar de los estudiantes cuando se encuentran frente a una situación de violencia, ya que en gran mayoría se logró mitigar la pasividad que la mayoría de ellos presentaban, mejorando a su vez su autoestima.
5. Las técnicas asertivas son un recurso efectivo para desarrollar habilidades sociales y las relaciones sociales entre pares.

5.2 Recomendaciones:

- 1.** A la Institución Educativa: Continuar con proyectos sobre prevención de maltrato y con el desarrollo de los talleres de manera prolongada, con el objetivo de contrarrestar dicha problemática al aumentar las habilidades sociales en estudiantes que hayan sido víctimas del mismo, utilizando las técnicas asertivas como una alternativa más que puede ayudar, no solamente a estudiantes víctimas; sino también para aquellos que han agredido, para así lograr buenas relaciones interpersonales y puedan enfrentar situaciones que se presentan en el diario vivir.
- 2.** A la Universidad Técnica Del Norte que siga realizando proyectos de investigación que brinden apoyo a grupos de estudiantes que han sido víctimas de maltrato por sus compañeros, mejorando el trabajo de los departamentos de consejería estudiantil de las instituciones con el fin de generar más soluciones a dicha problemática, y de esta manera evitar problemas de autoestima, maltrato o conflictos mayores.
- 3.** A los maestros que intervengan más con sus alumnos, sensibilizándolos sobre lo que es una broma y lo que podría ser una ofensa; y a su vez trabajar con técnicas asertivas que son necesarias para hacer frente a cualquier situación del diario vivir, evitando la pasividad o agresividad en sus estudiantes.
- 4.** Para la sociedad, concientizar más sobre esta problemática desde los hogares, generando así en sus hijos una cultura de no maltrato hacia los demás, fomentando el respeto y la igualdad, para mantener las buenas relaciones interpersonales desde la infancia hasta la edad adulta.
- 5.** Al ser una nueva alternativa, la investigación podrá ser utilizada para crear espacios en donde se apliquen futuros talleres enfocados a un entrenamiento asertivo para estudiantes de otros establecimientos o de distintas edades; incluso con aquellos que no han sido víctimas, sino espectadores de dicha problemática; realizando nuevas investigaciones para indagar aún más acerca del maltrato entre pares que pueda estar existiendo, motivando a los estudiantes a hablar sobre dichas situaciones con las autoridades, con el fin de generar más soluciones a dicha problemática.

5.3 Respuestas a las interrogantes de investigación

1. ¿Cómo comprobar la existencia de maltrato psicológico en los estudiantes investigados?

Se realizó una encuesta con el fin de diagnosticar la presencia de maltrato entre estudiantes pares de la institución, la misma fue elaborada de manera personal con ayuda del tutor, con la finalidad de recabar información relevante a cerca de dicha problemática, la cual fue de gran importancia en la investigación, ya que se tomaron en cuenta aspectos precisos para obtener mejores resultados; en donde se obtuvo como resultado la existencia del mismo.

2. ¿Cómo evaluar el nivel de autoestima en aquellos estudiantes que han sido víctimas de maltrato?

Se aplicó la Escala de Autoestima de Rosenberg, instrumento de evaluación psicológica utilizado con el fin de indagar el nivel de autoestima de la persona, lo cual fue aplicada en la primera intervención.

3. ¿Cuál es la finalidad de indagar las formas de responder que tienen los estudiantes ante situaciones de violencia?

La finalidad que tuvo indagar las formas de responder a situaciones conflictivas o de violencia, por parte de los estudiantes fue por tener una pauta para que a partir de eso se realice la ficha de observación y se pueda determinar las habilidades sociales a desarrollarse en los talleres de técnicas asertivas impartidos. Esto se lo hizo mediante ejercicios que se presentan en el diario vivir como por ejemplo preguntar: ¿Qué harías tú si un compañero te quiere obligar a quitarle las cosas a otro compañero?

4. ¿Con qué finalidad se identifica la afectación de las relaciones sociales en las víctimas de maltrato?

Con la finalidad de comprobar cómo se deterioran las relaciones sociales en quienes atraviesan situaciones de violencia. Y a su vez con el desarrollo de habilidades sociales

mejorar esta problemática dando alternativas a los estudiantes, evitando el deterioro de la interacción social.

5. ¿Qué técnicas asertivas se trabajará en los talleres para desarrollar habilidades sociales?

Las técnicas asertivas son una herramienta necesaria a la hora de enfrentar situaciones que se presentan en el diario vivir, ya que gracias a la asertividad se puede interactuar de manera adecuada con la sociedad, por lo cual se trabajó con diferentes técnicas asertivas como son: Técnica los mensajes yo, técnica del disco rayado, técnica del banco de niebla, técnica del aplazamiento asertivo, técnica de ignorar, técnica del acuerdo asertivo, técnica para procesar el cambio.

CAPÍTULO VI

6. Propuesta de intervención

6.1 Título de la propuesta

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, MEDIANTE TÉCNICAS ASERTIVAS.

6.2 Justificación e importancia

La presente propuesta de intervención psicológica tiene gran importancia dentro de varios ámbitos, y se justifica en la medida en que tendrá beneficiarios directos e indirectos los mismos que a continuación se detalla y se explica:

Beneficiarios directos: estudiantes víctimas de maltrato por sus pares.

Es así que se trabaja con los beneficiarios directos ya que al ser protagonistas de la intervención, se favorecerán en aspectos como son las técnicas asertivas para el desarrollo de habilidades sociales, esperando que se mejoren las mismas, para que puedan actuar de manera adecuada frente a situaciones que interfieren en su estabilidad emocional y comportamental, lo que generará una mejor calidad de vida.

Beneficiarios indirectos: compañeros de clase, familiares, profesores, e institución.

La intervención a desarrollarse involucra a los beneficiarios mencionados anteriormente, puesto que al mejorar las habilidades sociales de dichos estudiantes, se podrá responder adecuadamente ante los acontecimientos negativos que se presentan en el diario vivir entre compañeros o iguales, incluso mejorará la relación interpersonal del estudiante hacia sus familiares ya que el modo de actuar tendrá un cambio positivo dentro de la dinámica familiar y sus relaciones se verán fortalecidas; de igual manera los profesores serán beneficiarios indirectos debido a que con la mejora en la solución de conflictos de sus estudiantes se generará un ambiente agradable dentro del aula en donde exista el respeto, y la institución será beneficiada porque al ser una nueva alternativa en cuanto al trabajo que se efectuará, la investigación podrá ser utilizada para instaurar futuros talleres enfocados a un entrenamiento asertivo para todos los estudiantes.

Es importante recalcar la importancia de este proceso, por la necesidad de mejora en dichos estudiantes en cuanto a sus habilidades sociales, con respecto a la pasividad o agresividad que pueden presentar al hecho de ser víctimas de maltrato.

6.3 Fundamentación

La ausencia de talleres o conferencias en los planteles educativos sobre habilidades sociales y disminución del índice de maltrato psicológico entre pares, ameritan la propuesta acerca del desarrollo de habilidades sociales en esta población. Además con esta propuesta, se pretende mejorar el ambiente escolar, fomentando los valores y respeto hacia el prójimo entre los adolescentes.

Al proporcionar habilidades sociales a los adolescentes, automáticamente el entorno en el cual se desenvuelven, se beneficia. Con esta propuesta, se pretende dar herramientas a los estudiantes, para que sean capaces de responder adecuadamente a cualquier tipo de mala actitud que un compañero pueda tener, brindando más seguridad y control de conductas en el grupo de trabajo.

La superación de los problemas de maltrato que presentan los estudiantes, en relación a las técnicas asertivas para desarrollar habilidades sociales, se fundamenta en el hecho de la gran importancia que tiene actuar con asertividad, este propuesto se apoya en los siguientes supuestos básicos:

-Solución de problemas.- Las habilidades sociales cumplen un rol muy importante al momento de resolver un problema o conflicto, ya que involucran la capacidad de identificar y entender el inconveniente. Para resolver una situación desfavorable, estresante, conflictiva o problemática, la persona o en este caso el estudiante deberá considerar varias opciones para enfrentar dicha situación; analizando las ventajas y desventajas para poder resolver de manera adecuada sucesos que se presentan en el diario vivir.

-Predecir las consecuencias.- Comprender y darse cuenta de las ventajas y desventajas y de varias opciones para las posibles soluciones, reconoce que los estudiantes puedan predecir las consecuencias de estas.

-Recordar lecciones aprendidas.- El proceso de pensamiento a través de la dificultad ayuda a los estudiantes a recordar problemas fundamentales y cómo estos se resolvieron a lo largo de la historia (Kristinne, 2014).

Desde el punto de vista psicológico las habilidades sociales las cuales son conductas de una persona en la interacción con otra; en dónde se expresan ideas, pensamientos, deseos, incluso sentimientos, etc.; son significativos y necesarias ya que somos seres sociales y nos relacionamos con nuestro entorno, pero éstas cobran mayor importancia al momento de que se las demuestre de manera asertiva; debido a que así se manifiesta el respeto hacia los demás y se generan vínculos satisfactorios con las personas; en este caso entre estudiantes, disminuyendo la posibilidad de que surjan situaciones conflictivas.

6.4 Objetivos

6.4.1 Objetivo General

Aplicar técnicas asertivas, para potenciar el desarrollo y adquisición de habilidades sociales en estudiantes víctimas de maltrato entre pares.

6.4.2 Objetivos Específicos

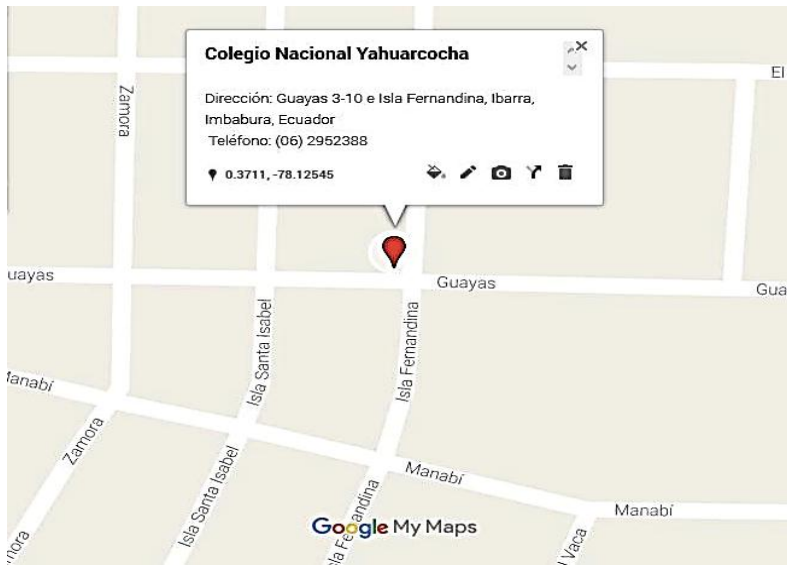
1. Establecer talleres de capacitación con técnicas asertivas para el desarrollo de habilidades sociales.
2. Desarrollar la responsabilidad a un cambio personal a través del uso de estas técnicas.
3. Difundir estas técnicas como una práctica para favorecer las relaciones interpersonales.

6.5 Ubicación sectorial y física

La propuesta a desarrollarse tiene una macro localización en la provincia de Imbabura y de manera específica en la ciudad de Ibarra. Desde el punto de vista de micro localización de la propuesta, esta se desarrolla en la Unidad Educativa Yahuarcocha, la misma que se encuentra en la dirección siguiente: Guayas 3-10 e Isla Fernandina, Ibarra, Imbabura, Ecuador.

Es una Institución de carácter fiscal, especializado en brindar el servicio de educación basada en valores y principios éticos; además de estar fundamentada en la formación de bachilleres técnicos en contabilidad e informática.

Mapa del sector



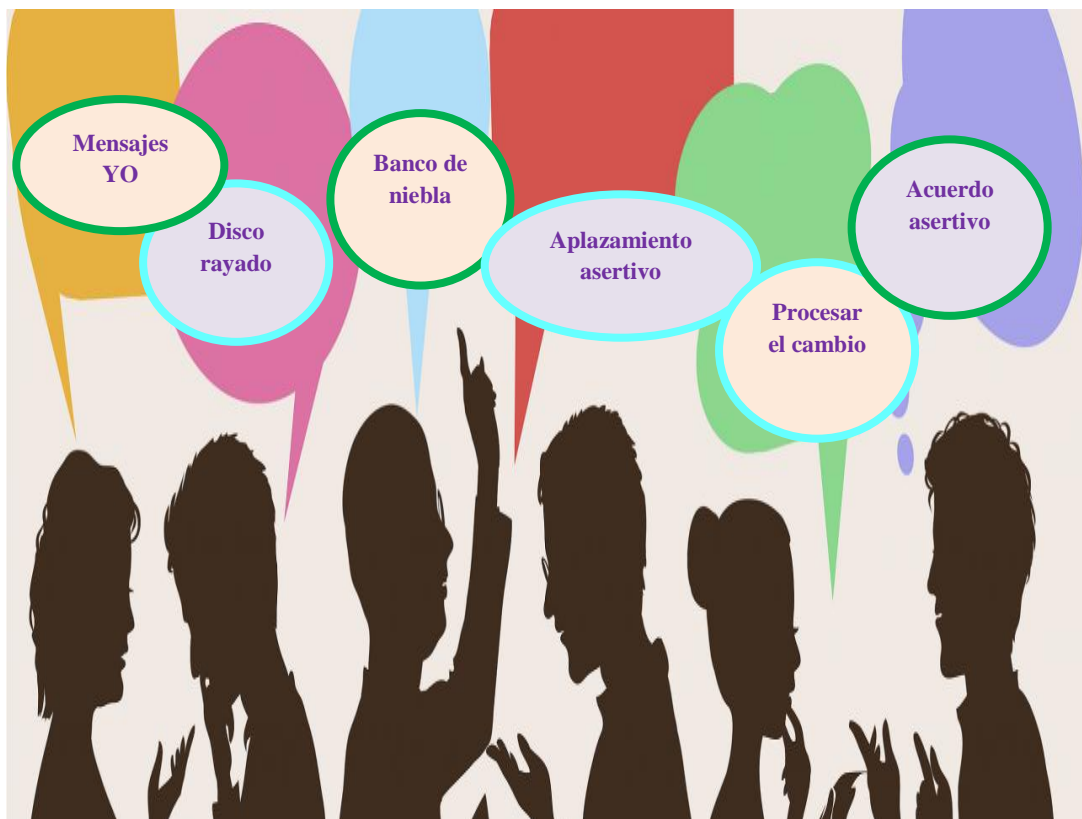
Fuente: Google Maps **Realizado por:** Stefany Pinto

6.6 Desarrollo de la propuesta

Los talleres presentados a continuación han sido propuestos por varios autores como son: Andrew Salter y Joseph Wolpe, en su guía "Asertividad"; estos talleres han sido adaptados de acuerdo a las necesidades particulares que el grupo de intervención ha presentado.

A continuación se presentan los talleres y las actividades que se utilizan en la intervención. La cuál cuenta con una estructura que pretende desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes que han sido víctimas de maltrato.

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, MEDIANTE TÉCNICAS ASERTIVAS



APLICACIÓN DE TÉCNICAS ASERTIVAS

TALLER N° 1

TEMA: Expresando lo que siento, pienso y quiero.

OBJETIVOS:

1. Brindar información sobre los motivos de los talleres a aplicarse.
2. Permitir la integración de los miembros del grupo.
3. Reconocer formas de responder de los estudiantes, ante situaciones desagradables.
4. Aplicar la primera técnica asertiva a utilizar

ACTIVIDADES:

1. Presentación personal y explicación de información.
2. Dinámica rompe hielo.
3. Aplicar situaciones del diario vivir.
4. Abordaje del tema, y aplicación de la técnica asertiva “Los mensajes Yo”

ACTIVIDAD 1

Presentación personal y explicación de información. (Tiempo: 5 min)

ACTIVIDAD 2

Dinámica yo soy yo	Recursos	Tiempo
Consiste en sentarse todos en círculo, mientras quien dirige la actividad se presenta y entrega un chocolate a cada estudiante; cada participante que va adquiriendo el dulce se levanta y durante 10 segundos el alumno que está de pie, le habla al resto del grupo, presentándose y nombrando sus cualidades positivas.	Chocolates	10 min.

Lugar: Salón de clases.

ACTIVIDAD 3

Para reconocer las formas de responder de los estudiantes, se encuentran preguntas que se las realizan a cada estudiante; las cuales se basan en situaciones del diario vivir que los mismos estudiantes pueden plantearlos; como por ejemplo:

Tiempo estimado: 10 min

¿Cómo reaccionarías si alguien coge tus cosas sin pedirte prestado?
¿Cómo actuarías si alguien quiere obligarte a pensar igual a él?
¿Qué harías tú si un compañero te quiere obligar a quitarle las cosas a otro compañero?
¿Cómo reaccionarías si alguien se burla por un error que cometiste?
¿Qué harías si alguien quiere pelear contigo por algo que no hiciste?
¿Qué haces cuando te sientes enojado?

ACTIVIDAD 4

Se realiza una introducción a la asertividad. En este punto se explica brevemente el significado de asertividad y conceptos básicos relacionados al tema; como son: autoestima, empatía, habilidades sociales, lenguaje corporal, y se da a conocer los derechos asertivos.

Recursos: Hojas, infocus.

Tiempo estimado: 40 min.

CONTENIDO:

Autoestima	Empatía	H. sociales	L. corporal
Conjunto de percepciones, pensamientos, sentimientos dirigidas hacia nosotros mismos	Tener la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, considerando sus opiniones y comprendiendo sentimientos.	Hábitos, conductas, pensamientos, emociones, que aumentan las posibilidades de mantener relaciones interpersonales satisfactorias.	Gestos o movimientos corporales que comunican sin necesidad de evocar palabras.

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS
Técnica Los mensajes YO	ASERTIVOS
<p>Trata sobre expresar pensamientos, sentimientos y ejecutar acciones. Es decir: Describir de manera breve la situación o comportamiento que te disgusta o molesta de la otra persona, sin juzgar, con un tono de voz adecuado que no ofenda a la otra persona, pero que tampoco sea muy pasivo o inseguro. Éste se lo hace siguiendo un proceso que es:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describo lo que hace el otro, por lo general empezando con la frase (cuando tú...) • Expreso lo que siento (yo me siento...) • Propongo lo que me gustaría (en cambio, me gustaría que...) <p>Ejemplos:</p> <p>-Levantas mucho la voz y no logro escuchar lo que dicen. Me siento molesto.</p> <p>-¿Cómo pudiste hacerme esto? -Me sabe realmente mal haberlo hecho.</p>	<p>-Algunas veces tenemos derecho a ser primero.</p> <p>-Derecho a cometer errores.</p> <p>-Derecho a tener nuestras propias opiniones.</p> <p>-Derecho a cambiar de idea.</p> <p>-Derecho a expresar lo que sentimos</p>

TALLER N° 2

TEMA: Manteniendo la persistencia y defendiendo derechos

OBJETIVOS:

Favorecer que los estudiantes sean persistentes en aquello que desean ante la insistencia de los demás.

ACTIVIDADES:

1. Dinámica que permita a los estudiantes conocer sobre comportamiento agresivo, pasivo, asertivo.
2. Refuerzo de técnicas, con ejemplos prácticos de casos reales para enfrentar situaciones cotidianas conflictivas.
3. Dramatización de los estudiantes

ACTIVIDAD 1

Dinámica “Estilos de conducta”	Recursos	Tiempo
Se trata de formar grupos de cuatro personas, a las cuales se les dará hojas que contienen información sobre la conducta (agresivo, pasivo, asertivo) y se procede a explicar dicha información. Seguido a esto se pone una situación: (un compañero de te da siempre sus deberes para que lo hagas, por lo que decides terminar con esta situación; cada miembro del grupo tomará un estilo de conducta mientras que uno se dedicará a observar. Al finalizar; la persona que observa sacará una conclusión.	Hojas	10 min
Lugar: Salón de clase		

PERSONA INHIBIDA	PERSONA AGRESIVA	PERSONA ASERTIVA
<ul style="list-style-type: none"> • La persona inhibida y sumisa no defiende sus propios derechos, respeta a los demás pero no se respeta a sí misma. • Sus ideas son del tipo: "Lo que yo piense o sienta no importa. Importe lo que tu sientas o pienses". • Sus sentimientos suelen ser de culpabilidad, baja autoestima, y temor. • Sus comportamientos son inseguros: vacilaciones, bloqueos y silencios. 	<ul style="list-style-type: none"> • La persona agresiva defiende sus derechos sin respetar a los demás y frecuentemente generando conflictos. Carece de habilidades para relacionarse con la debida "sensibilidad" o empatía. • Sus ideas son del tipo: "Si no soy fuerte los demás se aprovecharán de mí". • Sus sentimientos suelen ser de enfado, injusticia, soledad y abandono, baja autoestima, y falta de control. 	<ul style="list-style-type: none"> • La persona asertiva sabe respetar a los demás sin dejar de respetarse a sí misma. • No pretende entrar en el esquema de ganar o perder en la relación con los demás, sino en ¿cómo podemos llegar a un acuerdo favorable a ambos? • Sus sentimientos son más estables y controlados que los de las personas inhibidas o agresivas Su autoestima es elevado.

ACTIVIDAD 2

Reforzar la técnica aplicada en el anterior taller, mediante ejemplos prácticos de los cuales muchos de ellos pueden ser puestos por los mismos estudiantes. Para esto, deben formar parejas y pasar al frente del salón, en donde se les indica casos de la vida diaria y los estudiantes tienen que responder como si fuese su situación. Uno actuará como el agresor; y otro responderá de manera asertiva utilizando la técnica ya conocida; y viceversa.

Y dar a conocer los derechos asertivos.

Tiempo estimado: 10 min

- Tu compañero se burla por tu mala calificación...
- Han escondido tu celular y nadie te quiere avisar dónde está...
- Si recibes mensajes con agresiones y ofensas hacia ti...
- Cuando te obligan a darles haciendo deberes, tu...

ACTIVIDAD 3

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 40 min

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS ASERTIVOS
Técnica Disco rayado	
Consiste en repetir, ser persistentes o mantener la propia opinión; con el fin de no dejarse manipular por nadie y defender sus ideas o derechos, con tranquilidad, sin entrar en las provocaciones que pueda hacer el otro. Ejemplos: -Estamos pensando fugarnos del colegio, y... -No estoy interesado, gracias. -A ti te ayudamos a salir sin que nadie te mire. -No, gracias, no me interesa. -Sería una buena oportunidad para que seas nuestro amigo -No me interesa fugarme, gracias. -Persona 1: “Hazme este favor...” -Tú: “no puedo tengo que hacer esto que es más importante...” -Persona 1: “pero necesitaría que me hicieras esto...” -Tú: “lo comprendo, pero es que tengo esto que es más importante” -Persona 1: “es que necesito...” -Tú: “sería estupendo, pero es que tengo la otra tarea que me urge más...” y así sigues cambiando la frase y con tranquilidad insistiendo en que no lo harás y que tienes que hacer lo otro.	Derecho a protestar por una injusticia. Derecho a no estar de acuerdo con los demás Derecho a ser tratado con respeto y dignidad. Derecho a ser escuchado y tomado en serio. El derecho establecer mis prioridades

TALLER N° 3

TEMA: Diga NO sin culpa, diga SI sin miedo.

OBJETIVOS:

1. Desarrollar la capacidad de decir “NO” de manera asertiva, sin sentirse culpable.
2. Concientizar sobre el derecho a decir “no” ante situaciones poco agradables.

ACTIVIDADES:

1. Refuerzo
2. Proyección video.
3. Abordaje del tema.
4. Técnica asertiva.

ACTIVIDAD 1

Refuerzo de técnicas aprendidas en los anteriores talleres con casos expuestos sobre los mismos estudiantes; como por ejemplo: ¿Qué harías si te amenazan con golpearte si no les das haciendo un deber?...

Tiempo estimado: 10 min.

ACTIVIDAD 2

Presentación de un video, en donde es observable la comunicación asertiva. En donde mediante la asertividad se puede observar cómo se puede resolver conflictos.

Tiempo: 10 min

ACTIVIDAD 3

Para abordar más temas relacionados con la asertividad; se da a conocer más derechos asertivos, los cuales cada estudiante deberá realizar la opinión de cada derecho expuesto. Para esto se entrega una hoja detallando los derechos asertivos, en donde cada estudiante deberá dar su propia opinión frente al grupo, con respecto a un derecho y manifestar si lo aplica o no en su vida diaria.

Tiempo estimado: 10 min

ACTIVIDAD 4

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 30 min

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS ASERTIVOS
<p>Técnica del disco rayado</p> <p>Que consiste en repetir un pequeño argumento y el NO, una y otra vez, manteniendo la calma en todo momento. Tal vez se piensa que para negar a hacer algo se debe tener una excusa. Pero no se necesita ninguna excusa para negarse. Simplemente puedes negarte a hacer algo porque no deseas hacerlo o no te apetece. Practica cuando surja la ocasión y simplemente di algo como: "no me apetece", "prefiero no hacerlo", "eso no va conmigo", etc.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>-...</p> <p>-Te entiendo, pero yo no lo hago.</p> <p>-...</p> <p>-Te entiendo, pero yo no lo hago.</p>	<p>Tenemos derecho a estar solos, aunque los demás deseen nuestra compañía. Tenemos derecho a no justificarnos ante los demás.</p> <p>Derecho a decir NO</p> <p>Derecho a no estar de acuerdo con otros.</p>

TALLER N° 4

TEMA: Ejecutando cambios positivos.

OBJETIVOS:

1. Incentivar a valorar las propias virtudes para mejorar la autoestima.

ACTIVIDADES:

1. Dinámica de autoestima.
2. Proyección video.
3. Refuerzo
4. Técnica asertiva.

ACTIVIDAD 1

Dinámica de autoestima	Recursos	Tiempo
El instructor del juego pasará dejando cartulinas grandes a cada estudiante, los mismos que tendrán que hacer un dibujo que indique quienes son, sentados en círculo se irán comentando las características de cada uno, indicando la cartulina a todos, mostrando cualidades, tanto positivas como negativas.	Cartulinas	10 min

Lugar: Salón de clase

ACTIVIDAD 2

Presentación de un video motivacional y de autoestima: El circo de la mariposa. Es un cortometraje que nos propone una reflexión motivadora, de transformación humana. El cual consiste en aceptarse como son y esforzarse por cumplir sus deseos, teniendo en cuenta que todos pueden hacerlo. Un ejemplo de enseñanza para la liberación, para dejar de pensarnos incapaces. Tiempo: 15 min

ACTIVIDAD 3

Reforzamiento de las anteriores técnicas, con casos planteados por los mismos estudiantes; situaciones a la que enfrentan cada día.

Este reforzamiento se lo hace de igual manera, en parejas; en donde uno cumple el rol de agresivo, o pasivo, mientras que el otro cumple el rol de persona asertiva, y viceversa.

Por ejemplo:

- Un amigo/a te pide que jueguen cuando más cansado/a estas...
- Cuando un amigo/a coge prestado algo tuyo sin que tu sepas...

Tiempo estimado: 15 min

ACTIVIDAD 4

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 30 min

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS ASERTIVOS
<p>Técnica del banco de niebla</p> <p>La cual es muy eficaz cuando nos insultan o critican. Es como si las palabras entraran en una nube que te protege y no resuenan en tu interior haciéndote sentir culpable o desdichado.</p> <p>Se reconoce que puede ser verdad o probable lo que el otro dice, sin negarlo, sin contraatacar, pero sin ceder a sus presiones.</p> <p>Con esta técnica le das de cierta forma la razón a la otra persona y parece que aparentemente estamos cediendo; sin embargo siempre defendemos nuestro derecho. Debe utilizarse un tono de voz sereno y reflexivo.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>-Tú tienes la culpa de que... -Sí, es posible que tengas razón.</p> <p>-Claro, como siempre haces... -Pues sí, casi siempre.</p> <p>-Pues estoy hartos de que de que por tu culpa...</p> <p>- Veo que estás muy molesto conmigo.</p>	<p>Detenernos y pensar antes de actuar.</p> <p>Pedir lo que queremos.</p> <p>A hacer menos de lo que humanamente somos capaces de hacer.</p> <p>Ser independientes.</p>

TALLER N° 5

TEMA: Actuar con calma

OBJETIVOS:

1. Desarrollar la capacidad de mantener la calma ante situaciones conflictivas.

ACTIVIDADES:

1. Dinámica.
2. Refuerzo
3. Técnica asertiva.

ACTIVIDAD 1

Dinámica de distracción	Recursos	Tiempo
<p>Dinámica de distracción para mantener el buen clima dentro del grupo.</p> <p>La cual consiste en sentarse en círculo todos los participantes, nombrar a tres personas en donde cada uno sea: presidente, secretario, tesorero; y el estudiante que sigue debe empezar a enumerarse; el último número será denominado “tolo”.</p> <p>Para iniciar el juego, se debe aplaudir dos veces y aplaudir dos veces más en las piernas, coordinando de manera que mientras se aplaude con las manos se diga el cargo o número propio; y mientras se aplaude en las piernas se diga el cargo o número de otro participante, de esta manera:</p> <p>-(Aplauso, aplauso); presidente-presidente llamando a (aplauso, aplauso) cinco-cinco...</p> <p>El que no coordina el aplauso con el nombre; o se equivoca, va pasando al puesto del “tolo” que es el último número. Por lo que si eso pasa, el nombre y número de los demás miembros del grupo va cambiando.</p> <p>La finalidad es mantener la atención, para estar activos y poder quitarle el puesto al presidente, tesorero o secretario.</p> <p>Lugar: Salón de clase</p>	Sillas	10 min

ACTIVIDAD 2

Reforzamiento de las anteriores técnicas, con casos planteados por los mismos estudiantes; situaciones a la que enfrentan cada día. Este reforzamiento se lo hace de igual manera, en parejas; en donde uno cumple el rol de poco asertivo, mientras que el otro cumple el rol de persona asertiva, y viceversa. Ejemplos como:

- Tenemos una amiga que siempre se retrasa cuando quedamos en salir. Esto no nos gusta nada y en ocasiones ha ocasionado la pérdida de algún plan como ir al cine. El no comentar la situación hace que cada vez que quedemos, estemos tensos y estemos perdiendo las ganas de salir con ella.
- Tu hermana siempre está mirando lo que ella quiere en la televisión. Hoy llegó a la habitación mientras estabas mirando algo y cambió el canal sin preguntarte.

ACTIVIDAD 3

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales y éstos sepan cómo actuar

Tiempo estimado: 30 min

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS ASERTIVOS
Técnica: Aplazamiento asertivo	
Esta respuesta es muy útil para personas indecisas y que no tienen una rápida respuesta a mano o para momentos en que nos sentimos abrumados por la situación y no nos sentimos capaces de responder con claridad. Consiste en aplazar la respuesta que vayamos a dar a la persona que nos ha criticado, hasta que nos sintamos más tranquilos y capaces de responder correctamente. Por ejemplo decir: -Mira, éste es un tema problemático entre nosotros. Si te parece, lo tratamos en profundidad mañana.	No necesitar la aprobación de los demás. No comprender las expectativas ajenas. Tomar decisiones. Ser Imperfecto

TALLER N° 6

TEMA: Control de emociones.

OBJETIVOS:

1. Desarrollar la habilidad de controlar emociones.

ACTIVIDADES:

1. Dinámica.
2. Refuerzo
3. Técnica asertiva.

ACTIVIDAD 1

Ejercicios de respiración para relajarse y mantener la calma.

Ejercicios de respiración	Tiempo
<p>Ejercicio 1: respiración abdominal o diafragmática. Para realizarlo tumbate boca arriba, pon una mano en la parte superior del pecho y la otra en tu abdomen. Inspira lenta y profundamente, la mano en tu pecho debe permanecer tan quieta como sea posible y la de tu abdomen debe subir a la vez que coges aire. Retén la respiración contando hasta tres, luego suelta el aire teniendo en cuenta que la mano de tu pecho debe permanecer quieta y la de tu abdomen debe bajar a la vez que espiras.</p> <p>Ejercicio 2: Ahora tu atención debe centrarse en el tórax y en las costillas. Como en el ejercicio anterior, coloca una mano en la parte superior del pecho y otra en el abdomen. Inspira lenta y profundamente, la mano de tu pecho debe subir a la vez que coges aire y la de tu abdomen debe permanecer quieta. Debes apreciar como tu caja torácica se llena y se vacía y como tu abdomen permanece quieto mientras tanto.</p> <p>Lugar: Salón de clase</p>	10 min

ACTIVIDAD 2

Reforzamiento de las anteriores técnicas, con casos planteados por los mismos estudiantes; situaciones a la que enfrentan cada día.

Este reforzamiento se lo hace de igual manera, en parejas; en donde uno cumple el rol de poco asertivo, mientras que el otro cumple el rol de persona asertiva, y viceversa. Ejemplos como:

- Un compañero te culpa de haberle robado el monedero ¿tú que haces?
- Un compañero de clase te pone apodosos todo el tiempo, ¿cómo responderías ante eso?
- Tus amigas te rechazan por no vestir a la moda como ellas ¿cómo actuarías ante eso?

ACTIVIDAD 3

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 30 min

TECNICA ASERTIVA	
Técnica de ignorar	DERECHOS ASERTIVOS
<p>Esta técnica se suele recomendar cuando el interlocutor está muy nervioso, alterado o enfadado. Se trata de una técnica delicada porque el tono sosegado que se emplearía puede entenderse como una provocación. Se recomienda ser lo más empático posible.</p> <p>Ejemplo: – ¡Estoy harto de que seas un inútil! -Ahora estás de muy mal humor. Hablaré contigo en un momento más adecuado</p>	<p>Derecho a rechazar peticiones sin sentirse culpable o egoísta. Derecho a elegir entre responder o no hacerlo Derecho a hacer cualquier cosa mientras no se violen los derechos de otra persona. Derecho a sentir y expresar el dolor</p>

TALLER N° 7

TEMA: Responder a una provocación.

OBJETIVOS:

1. Distinguir entre formas de responder a provocaciones, para favorecer a los actos no violentos

ACTIVIDADES:

4. Dinámica.
5. Refuerzo
6. Técnica asertiva y lenguaje corporal

ACTIVIDAD 1

Dinámica	Recursos	Tiempo
<p>Se divide a los estudiantes en dos grupos y se lee en voz alta el comienzo de un cuento:” Va Anita caminando por el patio del colegio y se encuentra con Lucía que viene caminando con una mirada muy extraña, las dos saludan; sin embargo Lucía empieza a gritarle y reclamarle algo que Anita no hizo; entonces Anita...”</p> <p>Cada grupo deberá pensar y escribir como actuaría si fuera “Anita” al final cada grupo lee las respuestas dadas y se concluye indicando la manera de actuar asertiva.</p>	Hojas de papel bond	10 min

Lugar: Salón de clase

ACTIVIDAD 2

Reforzamiento de las anteriores técnicas, con casos planteados por los mismos estudiantes; situaciones a la que enfrentan cada día.

Este reforzamiento se lo hace de igual manera, en parejas; en donde uno cumple el rol de poco asertivo, mientras que el otro cumple el rol de persona asertiva, y viceversa. Ejemplos como:

- ¿Qué harías si alguien te ofende constantemente?
- Tus compañeros te excluyen a la hora de recreo por haber sacado mejor nota que ellos, ¿cómo actuarías asertivamente?

Tiempo estimado: 10 min.

ACTIVIDAD 3

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales como: y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 40 min

TECNICA ASERTIVA	LENGUAJE CORPORAL
Técnica del acuerdo asertivo	
<p>Consiste en responder a una crítica, admitiendo que has cometido un error (si es el caso), pero separándolo claramente del hecho de que seas una mala o buena persona.</p> <p>Esta técnica asertiva da la razón al interlocutor, es decir, se cede.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>-Tú eres el culpable de que...</p> <p>-Tienes razón, pero sabes que normalmente no lo hago.</p> <p>-“se me ha olvidado recoger el paquete, normalmente siempre me acuerdo, pero intentaré que no vuelva a suceder”.</p> <p>Esta técnica es útil cuando hemos cometido un error y nos están reprochando de forma violenta o agresiva.</p>	<p>Lenguaje corporal: Tu cuerpo dice mucho más que tus palabras. Si tus palabras dicen no pero tu cuerpo muestra una actitud débil y poco convincente, la otra persona seguirá insistiendo hasta que cedas. Por tanto, mantén una postura erguida, mira a los ojos directamente, muestra confianza y serenidad, habla con claridad, sin gritar pero con un tono de voz algo elevado. Ejemplo:</p> <p>Mantener la mirada, la tranquilidad, la sonrisa.</p> <p>Usar un volumen de voz adecuado y controlado.</p>

TALLER N° 8

TEMA: Ser enfático sin agredir

OBJETIVOS:

1. Desarrollar la capacidad de generar un cambio incluso con el lenguaje corporal, sin agredir.

ACTIVIDADES:

7. Dinámica.
8. Refuerzo
9. Técnica asertiva

ACTIVIDAD 1

Dinámica Leer los gestos	Recursos	Tiempo
Esta se trata de ponerse en parejas, cara a cara, intentaran decir frases sin ruido, se trata de leer los labios del otro. Irán cambiando los papeles y las parejas. Esta dinámica intenta demostrar que es posible comunicarse sin palabras, es decir la expresión o lenguaje corporal. Lugar: Salón de clase	Refrigerio	20 min

ACTIVIDAD 2

Este reforzamiento se lo hace de igual manera, en parejas; en donde uno cumple el rol de poco asertivo, mientras que el otro cumple el rol de persona asertiva, y viceversa. Ejemplos como:

- ¿Qué harías si un compañero te hace gestos de enojo y desprecio hacia ti?
- ¿Cómo responderías a un insulto?
- ¿cómo actuarías ante alguien que no respeta tu opinión?

ACTIVIDAD 3

El entrenamiento de ésta técnica se da de igual manera con ejercicios prácticos de la misma forma en la que se los hace los anteriores; es decir creando parejas o grupos de varios estudiantes, para poner casos reales como: y éstos sepan cómo actuar.

Tiempo estimado: 30 min

TECNICA ASERTIVA	DERECHOS ASERTIVOS
Técnica para procesar el cambio	
<p>Lo que hace esta técnica es desplazar el foco de atención hacia el análisis de lo que ocurre entre el que está hablándote y tú, dejando a un lado el tema principal de la discusión.</p> <p>La cual es muy útil, ya que no suscita agresividad en la otra persona ni incita a defenderse a nadie y ayuda tanto a la persona que la emite como a la que la recibe, es decir consiste en desplazar el foco de discusión hacia el análisis de lo que está ocurriendo entre las dos personas. Es como si nos saliéramos del contenido de lo que estamos hablando y nos viéramos “desde fuera”.</p> <p>Ejemplo ante una situación tensa:</p> <p>-“¿No te parece que nos estamos saliendo de la cuestión?</p> <p>-¿por qué crees que hemos llegado a este punto de enfrentamiento?</p> <p>-¿no te parece que estamos demasiado enfadados ahora?, etc.”</p>	<p>Derecho a ser tu propio juez</p> <p>Derecho a elegir si nos hacemos responsables de los problemas de los demás</p> <p>El derecho a elegir si queremos dar o no explicaciones</p> <p>Derecho a no necesitar la aprobación del otro</p> <p>Derecho a no comprender las expectativas ajenas</p> <p>Tener tus propias opiniones y creencias.</p> <p>Intentar cambiar lo que no te satisface</p> <p>Recibir el reconocimiento por un trabajo bien hecho</p> <p>Derecho a expresarte, pensar, y ser.</p>

6.7 Impactos

La aplicación de la propuesta planteada en los ítems anteriores generará una serie de huellas o impactos positivos en las diferentes áreas o ámbitos, los mismos que a continuación se detallan:

6.7.1 Impacto social

- En el ámbito social el impacto puede considerarse positivo, ya que el hecho de intervenir en dichos estudiantes que padecen la problemática anteriormente mencionada, con el fin de mejorar sus habilidades sociales y por ende la autoestima, de manera directa o indirecta es un gran aporte para la sociedad porque:
- Al momento de actuar van hacerlo asertivamente, generando así mayor respeto y conductas adecuadas y el buen trato con y para las demás personas.
- Generarán nuevas y saludables relaciones interpersonales debido a que sus habilidades sociales mejorarán o se verán mayormente fortalecidas, lo cual conlleva a relacionarse con los demás de manera sana, mejorando su calidad de vida.

6.7.2 Impacto familiar

Es indudable que la mejora de las habilidades sociales, mejora su autoestima y por ende la se generará un ambiente familiar positivo debido a que:

- Básicamente al mejorar las habilidades sociales y de la manera en como dichos estudiantes defienden sus puntos de vista sin dejarse maltratar; formarán así un clima sano en todas sus relaciones con el entorno y principalmente en su núcleo familiar.
- La mejora de autoestima gracias al desarrollo de habilidades sociales, generará más confianza en el estudiante y así desde el hogar se verá el cambio en donde se demostrará la expresión de afecto y respeto hacia el otro.

6.7.3 Impacto educativo

Desde el punto de vista educativo la propuesta planteada genera un impacto muy importante, en la medida en que:

- Puede ser utilizada como fuente de consulta para los docentes, estudiantes, investigadores.
- Además los datos obtenidos tanto en el diagnóstico como en el post-test pueden servir desde el punto de vista educativo y académico para la redacción de artículos científicos.

6.7.4 Impacto psicológico

Con seguridad el impacto más relevante o alto que se genere con la propuesta será el comportamental, es decir:

- El cambio del comportamiento del estudiante, fortaleciendo sus habilidades sociales, las mismas que conllevaran a que puedan tener relaciones interpersonales asertivas.
- Además las técnicas asertivas, facilitarán la mejora de su autoestima y por ende el reconocimiento del valor propio que tiene cada participante.

6.8 Difusión

La propuesta señalada previa a su aplicación o intervención, es necesaria socializarla al grupo objeto, por lo tanto a continuación se detalla el proceso de difusión a seguirse:

1. Reunión con los directivos de la institución.
2. Presentación del proyecto a los directivos.
3. Reunión con los estudiantes con el fin de exponer la propuesta.
4. Determinación de cronograma de trabajo.
5. Aplicación de técnicas asertivas.
6. Socialización de resultados a estudiantes, y directivos de la institución sobre la intervención realizada.

6.9 Referencia Bibliográfica

Avilés. (2012). La intimidación y el maltrato en los centros escolares en la Tesis doctoral no publicada. Valladolid: Universidad de Valladolid.

Balarezo, L. (2010). Psicoterapia. En Centro de Publicaciones de la Pontificia Universidad (págs. 150-154). Quito: Pontificia Universidad Católica Del Ecuador.

Bandura. (2014). mecanismo de auto - eficacia en la acción humana. Madrid: UNED.

Benítez. (2010). La ayuda de los padres en las situaciones de maltrato, una nueva vía de intervención. Buenos Aires: Santa María.

Caballo, V. (2014). Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta del siglo XXI. Madrid: Editorial Anglo Didactica.

Calahorrano Catellano , O. I. (2014). La influencia del clima laboral sobre la calidad de servicio que se brinda al cliente interno . Quito .

Castellano, I. C. (2010). La influencia del clima laboral sobre la calidad de servicio que se brinda al cliente interno y externo de la cooperativa de Ahorro y Credito La Nueva Jerusalem . Quito: Universidad Central .

Díaz, M. (2014). En Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión desde la adolescencia. (pág. 62). Madrid: MAFRE.

Emmons, A. (2005). Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. Perú: Ministerio de Salud MINSA.

Espelage, & Swearer. (2013). investigaciones sobre acoso escolar una victimización lo que hemos aprendido y ¿hacia dónde vamos desde aquí. Valencia: Univesidad de Valencia.

Fernandez Gallegos , M. I., & Guayasamin Morales, C. S. (2013). Estudio para mejorar la atencion al cliente en la cooperativa de ahorro y credito San Antonio Ltda. Ibarra.

Fernández, & Palomero. (2001). Para saber mas sobre la violencia escolar. Revista interuniversitaria de formación del profesional. Zaragoza: Universidad de Zaragoza.

Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), (25 de Agosto de 2012). Obtenido de Primera Encuesta Nacional de la Niñez y Adolescencia de la Sociedad Civil: <http://www.unicef.org>

García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. Huelva: Universidad de Huelva.

INGUS, C. (2011). Los Límites del Maltrato Verbal. Cabimas: Cabimas.

Klaus, Hersen, & Bellack. (2010). Encuesta de hábitos de citas de hombres y estudiantes universitarias : Un precursor necesario para la medición y modificación. New York: Journal of Clinical Psychology.

Mager, Eisler, & Fredreksen. (2015). Perfeccionando Habilidades Sociales. México: Nato ASI Subseries.

Martínez María, B. S. (2007). La Satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. Anuario de Psicología.

Olweus. (2013). ACOSO ESCOLAR, “BULLYING”, EN LAS ESCUELAS : HECHOS E INTERVENCIONES. Bergen: Universidad de Bergen.

Olweus, D. (2011). Intimidación en la escuela, lo que sabemos y lo que podemos hacer. Lima-Perú: El Comercio.

Ortega, & Mora. (2012). Violencia escolar. Mito o realidad. Sevilla: Alianza Editorial.

Papalia, & Olds, W. (2011). Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia. México: MC Graw-Hill.

Pata, & Mope. (2013). Manual para el tratamiento cognitivoconductual de los trastornos psicológicos. Madrid: España Editores.

Patterson, Baryshe, & Ramsey. (2012). una perspectiva de desarrollo en el comportamiento antisocial. New York: Gauvian M & Cole.

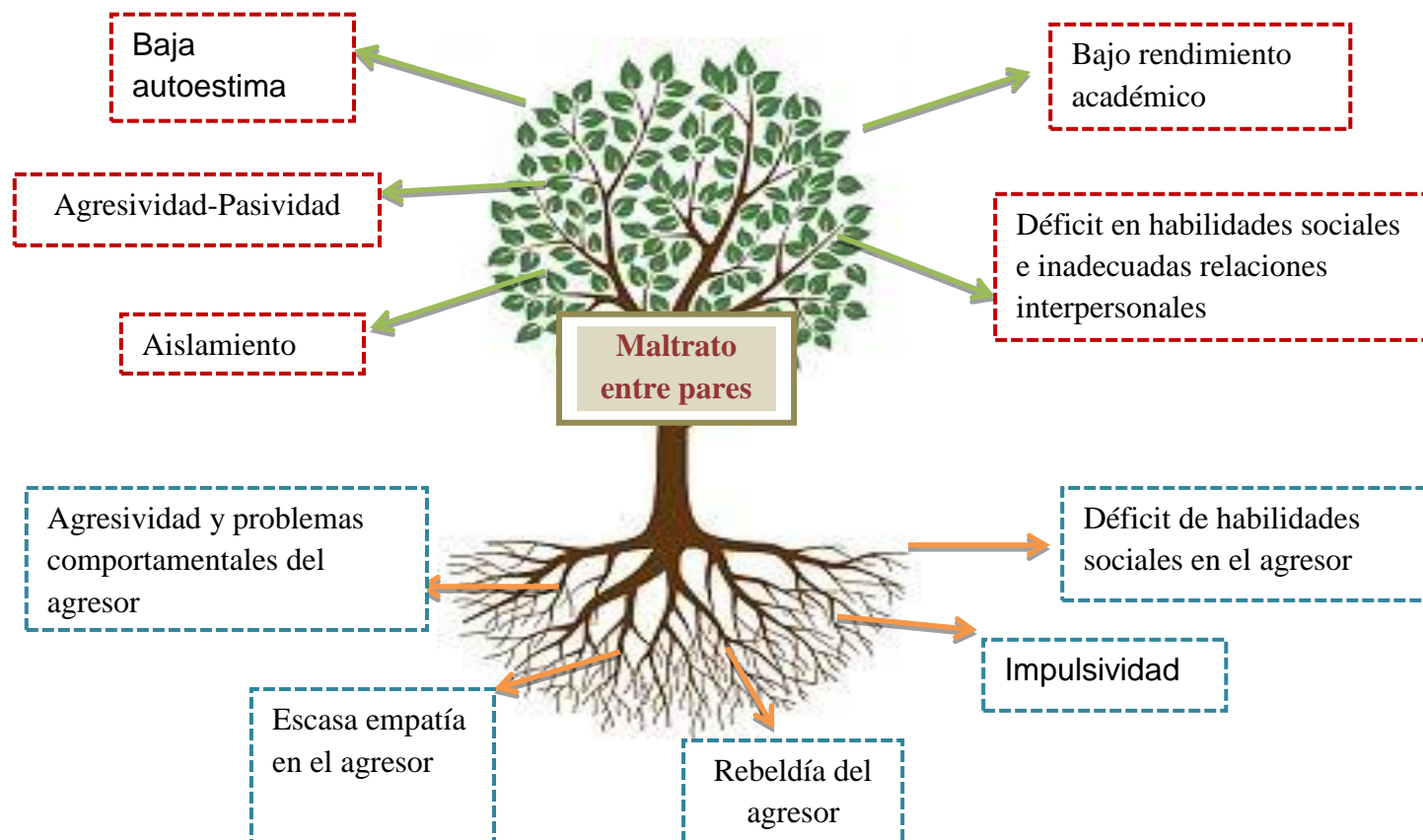
Peñañiel, & Serrano. (2010). Clasificación de las habilidades sociales. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires.

Peñañiel, E. &. (2010). Habilidades Sociales. Madrid: Editex pgs 21 – 33.

- Peñañiel, E., & Serrano, C. (2010). *Habilidades Sociales*. España: Editex.
- Piñuel, & Oñate. (2013). *Maltrato psicológico contra los niños*. Madrid: CEAC.
- Rodas, C. L., Segura, C. P., & Aguilar, H. P. (2014). El abuso verbal dentro de la violencia doméstica. *Scielo*, 10.
- Rodríguez, Lago, & Pedreira. (2012). aquel que se manifiesta en la propagación de rumores descalificadores y humillantes que pretenden la exclusión y aislamiento del grupo. Madrid: *Revista anales de pediatría*.
- Ronquillo, J. (2011). *Administración básica de la empresas familiar*. México: Panorama editorial.
- Sánchez, C. (2003). *Sintomas de falta de asertividad*. San Salvador: Editorial Océano.
- Sequeira, G. (2013). *Las más eficaces técnicas de estudio*. México: Imaginador.
- Valadez, A. (2012). Aplicación de técnicas cognitivo conductuales en un caso de problemas familiares: reestructuración cognitiva, asertividad y manejo de contingencias. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17.
- Van Der Hofstadt, C. (2012). *Competencias y habilidades profesionales para universitarios*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Velasco, María. (26 de Enero de 2014). El acoso escolar se torna más violento en las aulas de Ecuador. *El Universo*, pág. 7.
- Vera, W. E. (2007). *Servicio y Atención al Cliente*. Perú: Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú: 2007-02203.
- Vygotsky. (2015). *Teoría a la zona de desarrollo próximo*. Buenos Aires: Santa María.
- Wolpe. (2013). *Psicoterapia por inhibición recíproca*. México DF: Grijalbo.
- Zepeda, A. (22 de noviembre de 2010). *Gestiopolis*. Obtenido de <http://www.gestiopolis.com/identidad-adolescencia/>

ANEXOS

Anexo 1 Árbol de problemas



Anexo 2 Matriz de Coherencia

Formulación del Problema	Objetivo General
¿El maltrato entre estudiantes pares, deteriora las habilidades sociales?	Determinar el nivel de afectación de las relaciones sociales de los estudiantes víctimas de maltrato por sus pares en la Unidad Educativa Yahuarcocha.
Objetivos Específicos	Preguntas de investigación
<ul style="list-style-type: none"> • Confirmar la existencia de maltrato psicológico en los estudiantes investigados, a través de la aplicación de una encuesta. • Evaluar el nivel de la autoestima en los estudiantes que son víctimas de maltrato por medio de la escala de autoestima de Rosenberg. • Analizar las diferentes formas de reaccionar que tienen los estudiantes, ante situaciones de violencia. • Identificar la afectación de las relaciones sociales en las víctimas de maltrato. • Elaborar talleres con técnicas asertivas para desarrollar habilidades sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo comprobar la existencia de maltrato psicológico en los estudiantes investigados? • ¿Cómo evaluar el nivel de autoestima en aquellos estudiantes que han sido víctimas de maltrato? • ¿Cuál es la finalidad de indagar las formas de responder que tienen los estudiantes ante situaciones de violencia? • ¿Con qué finalidad se identifica la afectación de las relaciones sociales en las víctimas de maltrato? • ¿Qué técnicas asertivas se trabajará en los talleres para desarrollar habilidades sociales?

Anexo 3 Encuesta Maltrato



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA



PSICOLOGÍA GENERAL

ENCUESTA

Reciba un cordial saludo, solicito muy comedidamente contestar las siguientes preguntas con la mayor sinceridad posible, ya que esta investigación tendrá el fin de aportar a la comunidad. La información brindada será confidencial y conocida únicamente por la investigadora. A continuación marque con una “x” la opción que más se ajuste a su realidad.

De antemano, gracias por su colaboración.

Datos personales:

Nombre:

Edad:

Curso:

PREGUNTAS	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1. ¿Te has sentido rechazado en algún momento por tus compañeros?			
2. ¿Te sientes con temor de tus compañeros de curso?			
3. ¿Te has sentido amenazado por algún compañero?			
4. ¿Has sido víctima de insultos o apodos?			
5. ¿Se burlan de ti?			
6. ¿Te culpan de cosas que no has hecho?			
7. ¿Has sentido miedo de ir al colegio?			
8. ¿Te has sentido maltratado psicológicamente por tus compañeros?			
9. ¿Has recibido comentarios negativos por parte de tus compañeros?			
10. ¿Te has quedado callado cuando te han ofendido?			
11. ¿La gente que maltrata verbalmente a los demás se siente mal consigo misma?			
12. ¿Te han ignorado en alguna actividad o en recreo?			
13. ¿Te han escondido o roto alguna cosa?			
14. ¿Te han obligado hacer algo que no querías?			
15. ¿Te han discriminado por tu etnia?			
16. ¿Has sentido que te rechazan por tus buenas o malas calificaciones?			
17. ¿Has sido ridiculizado frente a un profesor?			
18. ¿Han ignorado tus opiniones dentro de un trabajo en grupo?			
19. ¿Has sido discriminado por tu aspecto físico?			
20. ¿Te han enviado mensajes con ofensas?			



Anexo 4 Instrumento de Aplicación



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA AY TECNOLOGÍA PSICOLOGÍA GENERAL

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG- RSES

Nombre:

Edad:

Fecha:

Instrucciones: En cada pregunta ha de elegir una sola respuesta. Intente responder el test de forma sincera, es a usted mismo a quien ayuda con su propia sinceridad.

COMIENZA EL TEST

- | | |
|--|---|
| 1. Siento que soy una persona digna, al menos tanto como los demás. | 6. Siento que no tengo mucho de que estar orgulloso/a |
| a. Muy de acuerdo | a. Muy de acuerdo |
| b. De acuerdo | b. De acuerdo |
| c. En desacuerdo | c. En desacuerdo |
| d. Muy en desacuerdo | d. Muy en desacuerdo |
| 2. Estoy convencido de que tengo buenas cualidades | 7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a |
| a. Muy de acuerdo | a. Muy de acuerdo |
| b. De acuerdo | b. De acuerdo |
| c. En desacuerdo | c. En desacuerdo |
| d. Muy en desacuerdo | d. Muy en desacuerdo |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de gente | 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo/a. |
| a. Muy de acuerdo | a. Muy de acuerdo |
| b. De acuerdo | b. De acuerdo |
| c. En desacuerdo | c. En desacuerdo |
| d. Muy en desacuerdo | d. Muy en desacuerdo |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a | 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil. |
| a. Muy de acuerdo | a. Muy de acuerdo |
| b. De acuerdo | b. De acuerdo |
| c. En desacuerdo | c. En desacuerdo |
| d. Muy en desacuerdo | d. Muy en desacuerdo |
| 5. En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a. | 10. A menudo creo que no soy una buena persona. |
| a. Muy de acuerdo | a. Muy de acuerdo |
| b. De acuerdo | b. De acuerdo |
| c. En desacuerdo | c. En desacuerdo |
| d. Muy en desacuerdo | d. Muy en desacuerdo |

Anexo 5 Ficha de Observación



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
PSICOLOGÍA GENERAL



FICHA DE OBSERVACIÓN

Objetivo: Observar el desarrollo de las habilidades sociales en cada estudiante investigado.

Técnica: Observación.

Instrumento: Ficha

Valoración: Se valora según su desenvolvimiento: (Si tengo) (No tengo)

Investigado	Expresa y defiende sentimientos, pensamientos	Realiza peticiones y defiende sus derechos	Da una negativa o sabe decir "no"	Responde adecuadamente a las ofensas de los demás	Habilidad de resolución de problemas	Controla emociones como: la ira, el enfado, la alegría, la tristeza, la vergüenza.	Da alternativas para el rechazo a provocaciones, negociación en conflictos.	Conductas no verbales: posturas, tono de voz, gestos y contacto visual.	Observaciones
Estudiante 1									
Estudiante 2									
Estudiante 3									
Estudiante 4									
Estudiante 5									
Estudiante 6									
Estudiante 7									
Estudiante 8									

Estudiante 9									
Estudiante 10									
Estudiante 11									
Estudiante 12									
Estudiante 13									
Estudiante 14									
Estudiante 15									
Estudiante 16									
Estudiante 17									
Estudiante 18									
Estudiante 19									
Estudiante 20									

Anexo 6 Formato de talleres



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
PSICOLOGÍA GENERAL
APLICACIÓN DE TÉCNICAS ASERTIVAS



TALLER N° 1

FECHA:

TEMA: Expresando lo que siento, pienso y quiero.

OBJETIVO	ACTIVIDADES	METODOLOGIA Y TÉCNICAS	EVALUACIÓN	RECURSOS	TIEMPO	CIERRE
						Compromiso del grupo:

Anexo 7 Registro fotográfico

Aplicación de Encuesta



Presentación y aplicación primer taller



Aplicación De la Escala De Autoestima de Rosenberg



Dinámica de Asertividad



Entrenamiento Asertivo







Trabajo de Autoestima



Dramatización con Técnicas Asertivas



Aplicación Post-test



Anexo 8 Certificado de aceptación institucional



Unidad Educativa **“YAHUARCOCHA”**

Calle Guayas 3-10 e Isla Fernandina Teléfono 06-2546 308 IBARRA-ECUADOR
Correo electrónico: uey10d01@gmail.com

CERTIFICADO

A petición de la Srta. Stefany Mariela Pinto Pozo, con cédula de identidad N° 100332208-6, estudiante de la Universidad Técnicas Del Norte, otorgamos el siguiente certificado indicando que aprobó la realización de la tesis de grado en nuestra institución con el tema: TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016.

La Srta. Stefany Pinto, demostró su trabajo diario realizando un desempeño excelente y mucho carisma para tratar con los estudiantes, bajo la supervisión de la Psicóloga Clínica Msc. Claudia Ramírez.

La interesada puede hacer uso del presente certificado como lo estime conveniente.

Atentamente,

Msc. Marcelo Mina
RECTOR UNIDAD EDUCATIVA YAHUARCOCHA



Anexo 9 Certificado de Veracidad de la Información



Unidad Educativa **“YAHUARCOCHA”**

Calle Guayas 3-10 e Isla Fernandina Teléfono 06-2546 308 IBARRA-ECUADOR
Correo electrónico: ueyl0d01@gmail.com

CERTIFICADO

A petición de la Srta. Stefany Mariela Pinto Pozo, con cédula de identidad N° 100332208-6, estudiante de la Universidad Técnicas Del Norte, otorgamos el siguiente certificado indicando que se sociabilizó el tema: TÉCNICAS ASERTIVAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES QUE HAN SIDO VÍCTIMAS DE MALTRATO POR SUS PARES, EN BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO NACIONAL YAHUARCOCHA, EN EL PERÍODO MARZO-JULIO 2016.

La Srta. Stefany Pinto, demostró su trabajo diario realizando un desempeño excelente y mucho carisma para tratar con los estudiantes, bajo la supervisión de la Psicóloga Clínica Msc. Claudia Ramírez.

La interesada puede hacer uso del presente certificado como lo estime conveniente.

Atentamente,

Msc. Marcelo Mina
RECTOR UNIDAD EDUCATIVA YAHUARCOCHA

