

**GOBIERNO DEL ESTADO DE VERACRUZ DE IGNACIO DE LA LLAVE
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**

UNIDAD REGIONAL 305 COATZACOALCOS

**OPCIÓN DE TITULACIÓN
TESINA**

**DENOMINADA
LA COMUNICACIÓN ASERTIVA PARA LA MEDIACIÓN DE
CONFLICTOS EN 5º Y 6º GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN**

**PRESENTA
*DAMARIS MARTINEZ CASTILLO***

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Coatzacoalcos, Ver., 15 de Julio 2021.

C. DAMARIS MARTINEZ CASTILLO

PRESENTE:

En mi calidad de presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado por la Comisión Revisora a su trabajo intitulado: **LA COMUNICACIÓN ASERTIVA PARA LA MEDIACIÓN DE CONFLICTOS EN 5º Y 6º GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**. Opción: **TESINA**, a propuesta de su asesor; **LIC. JOSE ALBERTO HERNANDEZ MENDEZ**, manifiesto a Usted que reúne los requisitos establecidos que en materia de titulación exige esta Universidad.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



LIC. SAMUEL PÉREZ GARCÍA.
PRESIDENTE DE LA H. COMISIÓN DE TITULACION
UNIDAD REGIONAL 305 UPN.



S.E.V.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL
UNIDAD REGIONAL
305
COATZACOALCOS, VER.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
--------------------	---

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	3
1.1 Identificación del Problema.....	3
1.2 Implicaciones de la Problemática en la Actualidad.....	8
1.3 Estudios Realizados en Función de la Problemática	9
1.4 Contextualización de la problemática	12
1.5 Conceptualización de Acoso Escolar.....	13

CAPÍTULO II

LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN EDUCACIÓN PRIMARIA	16
2.1 Los Aprendizajes Claves y la Educación Socioemocional.....	16
2.2 Dimensiones y Competencias Socioemocionales en los Alumnos y Docentes.....	19
2.3 La Formación del Docente en Educación Socioemocional	23

CAPÍTULO III

REFERENTES TEÓRICOS EN TORNO A LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	25
3.1 Algunos Referentes Sobre la Formación Personal de los Individuos	25
3.2 La Comunicación Asertiva como Medio Facilitador en la Resolución de Conflictos	28
3.3 La Asertividad en el Salón de Clases	30
3.4 Aportes Teóricos Sobre la Comunicación Asertiva.	31
3.5 Postura a Favor de la Comunicación Asertiva para Mediar Conflictos..	34
ALCANCES Y LIMITACIONES	37
CONCLUSIONES	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	

INTRODUCCIÓN

El presente ensayo tiene la finalidad poder rescatar el valor de la comunicación asertiva en el ambiente escolar, iniciando por una reflexión teórica a cerca de los conceptos planteados sobre el tema de investigación propuesto. La comunicación asertiva es una opción constructiva de las relaciones interpersonales, siendo un pilar esencial para el bienestar biopsicosocial del ser humano a nivel individual y colectivo.

Partiendo de esta definición y de otras que más adelante se mencionarán; se realizó la exploración de las características sobre la comunicación asertiva para trabajar la educación socioemocional que marca el programa de aprendizajes claves 2017. Además, para atender la problemática que se presentaba en el aula de 5º y 6º grado A, donde los alumnos presentaban conductas disruptivas que impedía el trabajo dentro del aula.

En el capítulo I, se presenta el problema y la importancia de atenderla, las implicaciones de la misma en el contexto donde se desenvuelven los alumnos.

Posteriormente, en el capítulo II, se aborda la relevancia del abordaje de la educación socioemocional, actualmente está representando un reto para el docente, ya que, al incorporar el área de desarrollo personal y social como un componente curricular, se pretende que el alumno complemente su formación desarrollando y reforzando otras habilidades que le permitan desenvolverse en cualquier espacio, principalmente que les permita aprender a ser y aprender a convivir con el otro.

En el capítulo III, menciono los referentes teóricos sobre la comunicación asertiva, incluye una comunicación verbal, no verbal y paraverbal, por lo que la persona que es asertiva al momento de expresarse es capaz de comunicar claramente lo que desea. También se explica la importancia de la comunicación asertiva para la mediación de conflictos escolares y de la vida cotidiana.

Finalmente, las conclusiones donde se expongo puntos a favor de la comunicación asertiva.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

En este apartado se menciona como inicio el abordaje de la problemática con el grupo de 5º y 6º grado A, turno matutino. Se llevó a cabo en este grupo porque externe mi preocupación en una junta de Consejo escolar, porque observe y registre una bitácora de incidencia, los problemas de conducta prevalecientes en el grupo que tenía asignado durante el ciclo escolar 2019-2020; de los problemas que mencionó se destacan agresividad, actitudes desafiantes, timidez y desmotivación que afectaban el aprendizaje de sus alumnos.

1.1 Identificación del Problema

De acuerdo con Castillo S. y Cabrerizo J. (2005) nos indica que “el proceso de elaboración de un diagnóstico tiene como finalidad descubrir y en su caso, explicar el comportamiento de una persona estudiando todos los factores intervinientes (personales, interactivos, contextuales)” (p.15.)

El objetivo de este diagnóstico es encontrar qué es lo que está afectando la conducta y en consecuencia el aprendizaje de los educandos de este grupo, su estructura incluye una descripción de la situación problemática, del espacio y tiempo, del contexto o entorno sociocultural y de los sujetos participantes en la investigación. Se lleva a cabo con la finalidad de aportar información relevante que permita intervenir en la realidad de la institución educativa en general y de manera particular en el grupo de 5º y 6º grado A, el cual estaba conformado por 14 mujeres y 16 niños, en total son 31.

Para abordar la conducta problemática de los niños en el contexto escolar y el papel de la familia en la sociedad es importante realizar un diagnóstico lo más preciso posible, profundizar y contrastar las causas de tales desórdenes. Coincido con Moreno (2000) cuando menciona que “estos factores constituyen un riesgo o

catalizador para el desarrollo de ciertas conductas que se alejan o desvían de los parámetros considerados normales”. (p. 28).

Es por ello, que se diseñaron instrumentos de recolección de información para conocer varios aspectos significativos en cuanto al desenvolvimiento de los docentes y la forma en la que llevan a cabo sus clases; también para conocer las conductas de los educandos y el contexto sociocultural en el que se desarrollan, se siguió un guion de observación para dar seguimiento al trabajo del grupo, se diseñaron y aplicaron:

- Entrevistas a docentes
- Entrevistas a padres de familia
- Encuestas a docentes
- Encuestas a los alumnos de 5º y 6º grado.

Estos instrumentos se utilizaron con la intención de recabar información del uso del juego para promover valores que pudieran incidir en la conducta de los niños y para adquirir elementos que incidieran en la forma en la que ha de abordarse el juego en clase.

La entrevista es una forma de comunicación interpersonal que tiene por objetivo proporcionar o recibir información, a partir de la cual se toman decisiones (Arias, 1987, p. 251).

Gracias a la aplicación de los instrumentos pude percatarme, que los alumnos, viven todos los días distintos tipos de conflictos que les restan posibilidades de armonía con su entorno y con los otros, estos conflictos los asumen como algo natural por el medio en el que se desenvuelven y en términos generales, reconocen el maltrato que adjudican a otros, su comportamiento competitivo y la violación de normas.

La poca formación vinculada con la apropiación de valores en el núcleo familiar, como el respeto, la solidaridad, el reconocimiento a la diversidad, etcétera,

genera conflictos en los espacios en los que los sujetos interactúan, por ejemplo, la escuela y provoca situaciones de violencia.

Es necesario, insistir en la formación de los alumnos y padres de familia con la finalidad de desarrollar en cada casa hábitos de convivencia y valores que posibiliten actitudes orientadas a la prevención y búsqueda de soluciones a los conflictos existentes.

En la educación primaria es fundamental que los educandos aprendan a socializar de forma positiva dentro y fuera de la escuela, siendo esta etapa uno de los periodos importantes para reconocer e identificar actitudes y valores; a partir de estos fundamentos los estudiantes de tercer grado reconozcan y respeten las reglas de convivencia establecidas en el reglamento de la escuela en relación con las actitudes sean capaces de:

- Trabajar en equipo
- Apoyarse entre ellos
- Resolver conflictos a través del diálogo.

En términos de los valores que acompañan a las actitudes, que practiquen:

- El respeto
- El reconocimiento a la diversidad
- La solidaridad.

En consecuencia, la pregunta que se requiere despejar es: ¿Qué aportes teórico-metodológicos relacionados con la mediación de conflicto deben aprender los alumnos 5º y 6º grado A de la escuela primaria Rafael Ramírez Castañeda, clave: 30DPB0170K, Localidad: Rafael Murillo Vidal, municipio; Las Choapas, ¿para contrarrestar los problemas de conducta y que repercuten en su aprendizaje y habilidades socioemocionales en la escuela?

Pueden introducirse de forma generalizada los valores, instrumentos y conocimientos que forman las bases del respeto hacia la paz, los derechos humanos y la democracia, porque la educación es un importante medio para eliminar la sospecha, la ignorancia, los estereotipos, las imágenes de enemigo; y al mismo tiempo promover los ideales de paz, tolerancia y no violencia, la apreciación mutua entre los individuos, los grupos y las naciones. (Syminides, Janusz; Singh, Kishore 1996, p. 20-30).

Es necesario, que el docente incorpore los programas que contribuye a lograr el perfil de egreso de educación básica. Se dice que uno de los objetivos de la educación para la paz es promover en la sociedad experiencias que hagan crecer a los sujetos tomando como guía los Derechos Humanos (DDHH), ello implica tener y mantener confianza en las personas.

Fernández (1997) define “la cultura escolar como el conjunto de valores morales, los hábitos, actitudes, comportamientos personales, relaciones sociales, etc., incluyendo los del propio individuo y los de la institución”. (p. 38). La cultura escolar es un tejido complejo de interacciones y en ésta se puede viabilizar una cultura de paz a través del tipo de relaciones sociales o interpersonales que se crean a partir de ella entre:

- Directivos-Docente
- Directivo-Administrativos
- Administrativos-Administrativos
- Administrativos-Docentes
- Docentes-Docentes
- Docentes-Padres De Familia
- Docentes-Educandos

La educación sin lugar a duda es uno de los procesos más importantes que puede vivenciar el ser humano, por los aprendizajes a nivel social, curricular, disciplinar e individual que allí suelen construirse. Pero dicho proceso educativo ésta permeado por una serie de factores y recursos que de una u otra manera deben

mediar los procesos de enseñanza y aprendizaje para aportar así, significativamente, al desarrollo integral de cada sujeto.

Los alumnos que atienden son receptivos al aprendizaje y a la aprehensión de conocimientos, actitudes, aptitudes y habilidades, es decir, se encuentran en una etapa de su desarrollo propicio para potenciar la comprensión de su entorno sociocultural.

Por esta razón, este trabajo pretende orientar a los alumnos de 5º y 6º grado grupo A, de la escuela primaria Rafael Ramírez Castañeda, clave: 30DPB0170K, a resolver las dificultades o incidencias en el contexto escolar y familiar, por medio de la comunicación asertiva para se creen estímulos positivos para lograr desvanecerlas o eliminarlas provocando el interés de los niños, por ejemplo, en el plano de la convivencia, la lectura; recuperando las emociones experimentadas y encauzándolo al campo lúdico.

Son muchos los factores que influyen en la disciplina escolar; entre éstos están los correspondientes a cada niño, es decir, los internos y externos estos se manifiestan a través de:

- Sentimientos
- Personalidad
- Interés
- Su proveniencia y repercusión se encuentra en el:
- Ambiente familiar
- Ambiente escolar

Alonso y Navazo (2002) señalan que “estos factores interactúan entre sí y afectan la disciplina positiva o negativamente, dependiendo de las situaciones comunicativas, la experiencia previa y la conducta en términos favorables o de tensión, presión, distorsión cognitiva, etc.” (p.45).

1.2 Implicaciones de la Problemática en la Actualidad

La violencia escolar es un tema que ha adquirido importancia debido a las consecuencias que presenta y a su frecuencia. Afecta la convivencia en el ámbito familiar, escolar y social ocasionando que quienes viven en un ambiente de violencia lo vean como algo natural e incluso aprendan a justificarla y a tolerarla. Tello (2005) advierte “que cuando la violencia se convierte en parte del medio ambiente, la posibilidad de reconocerla disminuye, por lo tanto, la viven como algo natural; para erradicarla” (p. 1170). Por tal motivo, es necesario que aumente para que los sujetos entren en crisis, sólo a partir de ésta se reconoce en su nueva expresión porque el resto ya es parte de lo dado.

En México la Comisión Nacional de los Derechos Humanos reportó en 2011 que 30% de los estudiantes de primaria declaraban sufrir algún tipo de violencia escolar. Para 2013, este porcentaje aumentó a 40%, es decir, 18 millones 781,875 alumnos y alumnas de primaria y secundaria, tanto en escuelas públicas como privadas, sufrieron acoso escolar; estas manifestaciones de agresividad pueden entenderse como un estado emocional consistente en sentimientos de odio, furia e ira que propicia deseos de dañar a otra persona, animal u objeto. (CNDH, 2014, p. 8).

El Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEE) destacó que los docentes que perciben mayor violencia fuera de la escuela, también la identifican al interior de la institución (Aguilera et al., 2007, p. 495). Esta correlación entre los índices de violencia lleva a concluir que el contexto social de la escuela tiene un lugar de primera importancia en la manifestación del fenómeno de la violencia.

Lamentablemente la violencia escolar es el reflejo de lo que se vive en los espacios en los que se desarrolla continuamente el educando; estas nociones confirman la importancia de trabajar conjuntamente padres de familia, institución educativa y comunidad escolar con la finalidad de crear entornos más saludables.

Por tal motivo, es preciso que como docente realicemos intervenciones efectivas; porque el proceso de aprendizaje en la etapa que se cursa la educación básica es complejo, existen muchos problemas que afectan directamente el rendimiento académico uno de ellos es la conducta, para alcanzar mejores niveles de aprendizaje se necesita una actitud favorable ante el conocimiento y comportamiento acorde con el estándar social. Además, que el aprendizaje significativo es producto de la interacción que fluye entre el docente y el estudiante permeados por emociones gratas, éstas representan junto a los procesos cognitivos un factor determinante en la adquisición del conocimiento, tomando en consideración que si la experiencia de aprendizaje es agradable lograrán aprendizajes significativos.

1.3 Estudios Realizados en Función de la Problemática

El programa nacional de convivencia escolar PNCE elaboró el Diagnóstico Ampliado (2015) a partir de la consulta de estudios de diferentes organismos nacionales e internacionales, abocados al estudio de la convivencia escolar los cuales se aportaron elementos de análisis que fueron considerados como referentes para la creación y fundamentación de este Programa. Del diagnóstico se desprende que existen investigaciones y programas que han planteado como premisa la mejora de la convivencia a través del desarrollo de habilidades sociales y emocionales. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia asegura que “la calidad de la educación se expresa en entornos de aprendizaje que respeten las diferencias sociales y sexuales, que sean saludables, seguros y protectores, y de esta manera permitan el desarrollo óptimo de las capacidades de niños, niñas y adolescentes”. (UNICEF, 2010, p. 56)

El mismo documento refiere una investigación realizada en escuelas públicas de nuestro país, el estudio reporta que 80.6% de las alumnas y los alumnos cuarto y quinto grados de primaria “se sienten bien en la escuela”; “El 64.9% de los niños y niñas de 6° grado entrevistados, dijeron que ambos participan por igual en el salón de clases, lo cual indica que se sienten cómodos para expresar sus puntos de vista

frente sus compañeros, lo que repercute en un buen clima comunicacional en el espacio escolar”.

Respecto de la relación de aprendizaje y convivencia, López, Blanco y Cohen (2009), concluyen que “la existencia de un buen clima afectivo y emocional en la escuela y en el aula es una condición fundamental para que los alumnos aprendan y participen plenamente en la clase” (p. 12). La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos plantea en un informe que las habilidades sociales y emocionales “han demostrado tener influencia sobre numerosas mediciones de logros sociales, incluyendo una mejor salud, un mejor bienestar subjetivo y menores posibilidades de tener problemas de conducta. [...] y dan a los niños la capacidad de tener éxito dentro y fuera de la escuela”. (OCDE, 2015, p. 51).

Se afirma que la educación para el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales durante la infancia y la adolescencia, es una “oportunidad para proporcionar los entornos de aprendizaje adecuados” (OCDE, 2015, p. 5). Romagnoli, Mena y Valdés (2009) exponen los hallazgos de cinco grupos de investigadores en Estados Unidos e Inglaterra, cuyo metaanálisis acerca del efecto del desarrollo de habilidades socioafectivas indica que este tipo de programas contribuye a la “mejora en la disposición del contexto escolar para el aprendizaje, el apego a la escuela y la consecuente actitud disciplinada, la actitud y habilidad para aprender, el rendimiento académico, la salud mental y autocuidado y naturalmente las habilidades socioemocionales y ciudadanas”. (p. 1)

En relación con los elementos comunes por considerar en las intervenciones, Romagnoli, Mena y Valdés (2009) citan a la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL, por sus siglas en inglés): ...la creación de un ambiente seguro y bien dirigido de aprendizaje y la instrucción secuenciada e intencionada en cinco áreas de competencias socio emocionales: conciencia de sí mismo (ej. reconocimiento de emociones, valores, intereses y habilidades personales); conciencia social (ej. habilidades de toma de perspectiva, empatía, búsqueda y uso de recursos para alcanzar sus metas); manejo de emociones y comportamientos (ej. expresión adecuada de emociones, manejo del estrés, control

de impulsos, perseverancia para alcanzar metas personales y académicas); habilidades relacionales (para establecer y mantener relaciones sociales positivas, resistir la presión social inapropiada, buscar y dar ayuda, comunicarse efectivamente, negociar, resolver problemas); y toma de decisiones responsable (ej. considerando estándares éticos, normas sociales, el respeto a otros, consecuencias derivadas del actuar). (p. 7),

Con base al análisis del programa nacional de convivencia escolar, puede señalarse que la intención de dicho programa es desarrollar una cultura de paz dentro de las escuelas, a continuación, presento unos datos que se relacionan ampliamente con la problemática de estudio.

I. Conflictos en la escuela. Las categorías más representativas fueron:

- Alumnos indisciplinados. Los docentes observaron 51.4%; los directores, 36.3%; y los supervisores, 45.6%.
- Agresiones, gritos o maltratos entre alumnos. Los docentes reportaron 34.5%; los directores, 23.8%; y los supervisores, 26.3%.
- Destrucción de objetos, mobiliario o material escolar por parte de los alumnos. Los docentes informaron 14.3%; los directores, 8.5%; y los supervisores, 9.7%.

II. Agresiones entre alumnos. Las categorías de mayor ponderación son:

- Insultos, apodos, gritos y burlas. Los docentes registraron 44.9%; directores, 29.8%; y supervisores, 29.4%.
- Golpes y empujones. Los docentes reportaron 34.4%; los directores, 20.2%; y supervisores, 22%.

III. Justificación que dan los alumnos para agredir:

- Porque él o ella empezó. Lo refirieron alumnos, 59.6%; directores, 46.5%; y supervisores, 46.8%.

- Por broma. Lo mencionaron alumnos, 53%; directores, 39.4%; y supervisores, 45%.
- Porque me provocan. Lo reportaron: 52.2% de los docentes; 38.2 de los directores y 43.5% de los supervisores.

1.4 Contextualización de la problemática

Los alumnos enfrentan la transformación de la convivencia familiar, los valores, las reglas y la percepción de autoridad, sin una guía emocional que los ayude a comprender los problemas que enfrentan.

- En el ambiente escolar en ocasiones se viven conflictos constantes. La convivencia entre alumnos en muchas ocasiones se da en un ambiente tenso.
- Existe conciencia de que el acoso escolar involucra a toda la comunidad educativa.
- Hay un limitado control del acoso escolar. Los docentes refieren que no todos los maestros están capacitados para atender las nuevas problemáticas de los alumnos.
- En muchos casos los docentes se sienten sin herramientas para corregir la conducta de los alumnos. Hace falta capacitación para guiar a los alumnos a entender y manejar sus emociones. Los docentes reconocen que antes del PACE no existía un programa específico que ayudara a mejorar el ambiente escolar y que los guiara.
- Se piensa que los medios de comunicación han contribuido a generar un estereotipo de la víctima y el acosador, lo que dificulta identificar el problema y los mecanismos para la solución, además de que esos medios no contribuyen a clarificar las consecuencias emocionales del acoso escolar.

- Los alumnos reconocen violencia en la comunidad, la familia y el aula.
- Destaca la preocupación de los maestros por mejorar el ambiente escolar. Temen que el acoso se acentúe, se torne más violento y termine por salirse de control.
- Existen cuatro visiones alrededor del acoso escolar: a) No es un problema grave. b) Es un problema focalizado en algunos estudiantes. c) Es un problema grave y cada vez más frecuente que no se ha atendido. d) Es un problema grave que se está atendiendo conjuntamente entre padres y maestros.

De acuerdo con los resultados de este estudio, es clara la influencia de las constantes y complejas transformaciones socioculturales en la manera en que se establecen las relaciones interpersonales dentro y fuera de la escuela, así como la necesidad de acompañar y de desarrollar habilidades en los alumnos, docentes y padres de familia para enfrentar adecuadamente esos cambios profundos.

1.5 Conceptualización de Acoso Escolar

Considero importante precisar que los problemas de conducta que observé, en los grupos que atendí están relacionado con el acoso escolar, el cual presenta las siguientes características:

- Abuso de poder: Se refiere a los comportamientos reiterados de: agresión física, intimidación, amenazas, por parte de una alumna o alumno, o bien un grupo de alumnas o alumnos para humillar, transgredir emocionalmente, con el propósito de someter a otro/u a otros/as en condiciones de desventaja.
- Repetición y sistematicidad: Es la actitud que persiste con el propósito de vulnerar la condición física y emocional que puede involucrar a una alumna o un alumno, o bien en grupo de alumnas o alumnos, al violar

las pautas de conducta y valores sociales establecidos dentro de la escuela.

Algunos comportamientos pueden ocurrir por única vez y alterar la convivencia escolar sana y pacífica, a las que se les llama conductas de riesgo, como los comportamientos desafiantes u hostiles que provocan la ruptura de organización de las actividades individuales y grupales dentro y fuera del salón de clases afectando las relaciones interpersonales y el desarrollo sano de las y los alumnos/as.

Se consideran tres tipos de acoso:

- Acoso verbal. Consiste en expresar de manera directa o indirecta entre las alumnas y/o entre los alumnos palabras desagradables o agresivas cuya intención sea humillar, amenazar o intimidar al otro. Se incluyen burlas, insultos, comentarios sexuales inapropiados, provocaciones.
- Acoso social. Consiste en lesionar emocionalmente las relaciones de una alumna o un alumno con otro u otros, aislarlo, no tomarlo en cuenta o marginarlo. Puede ser directo o indirecto, como divulgar rumores acerca de sus actividades personales y avergonzarlo en público.
- Acoso físico. La acción continúa de una alumna o un alumno o bien de alumnos para lastimar u ocasionar lesiones corporales a otro u otros, o deteriorar sus pertenencias. Incluye golpear, patear, pellizcar, escupir, hacer tropezar, empujar, tomar, romper o esconder sus cosas, hacer gestos desagradables o inadecuados con la cara o las manos.

En el grupo, se manifiestan los 3 tipos de acoso, al ubicarnos en una comunidad rural y pequeña en ocasiones esto posibilita que los alumnos observen lo que sucede en su contexto, esto produce adoptar usos y costumbres del mismo, pero en el contexto escolar encuentra el espacio para burlarse de sus compañeros, criticarlos, y durante los recreos ser muy bruscos al jugar.

El clima de convivencia en las escuelas es una de las variables que más influye en el aprendizaje de los alumnos (Treviño y otros, 2010). En este sentido, una convivencia inadecuada puede generar estrés y ansiedad en los alumnos (Fernández-Berrocal y otros, 2006), con un consecuente bajo aprovechamiento académico y actuar como factor de deserción escolar. El estrés en niñas, niños y adolescentes afecta su desempeño académico porque interfiere en su habilidad para regular sus emociones y pensamientos, perdiéndose el adecuado funcionamiento de las funciones ejecutivas del cerebro, debido a que la reacción de estrés en el cuerpo produce una serie de reacciones bioquímicas que disparan la hormona de estrés, llamada cortisol, como medida de protección y supervivencia. Mantener bajo control los estados de estrés mejora el aprovechamiento académico de los alumnos y su habilidad para relacionarse de manera pacífica, así como para regular sus emociones.

Por esta razón, es necesario atender buscar alternativas para dar solución al problema detectado. En un mundo tan diverso y en constantes y profundas transformaciones nos exigen comprender mejor al otro para el entendimiento mutuo y vivir armonía (Delors y otros, 1996) valorando la diversidad en sus múltiples manifestaciones.

CAPÍTULO II

LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN EDUCACIÓN PRIMARIA

En la actualidad, la introducción de nuevos paradigmas como el de “La Escuela Para Todos”, busca desarrollar una cultura de la diversidad, en donde indistintamente de la raza, el lenguaje, condición socioeconómica o las particularidades en cuanto al desarrollo cognitivo, motor o sensorial, todos los sujetos tengan acceso a la educación. Esto induce a que las prácticas educativas integren una serie de factores que antes no eran contemplados en términos de la persona, el proceso y el contexto, de manera que se busquen las estrategias necesarias para suplir las necesidades específicas y generales de la población diversa, respetando principalmente la particularidad y la individualidad de cada persona.

2.1 Los Aprendizajes Claves y la Educación Socioemocional

El nuevo modelo educativo en educación básica, precisa sus objetivos en lo que denomina Aprendizajes clave para la educación integral. “Un aprendizaje clave es un conjunto de conocimientos, prácticas, habilidades, actitudes y valores fundamentales que contribuyen sustancialmente al crecimiento integral del estudiante, los cuales se desarrollan específicamente en la escuela” (SEP, 2017, p. 107).

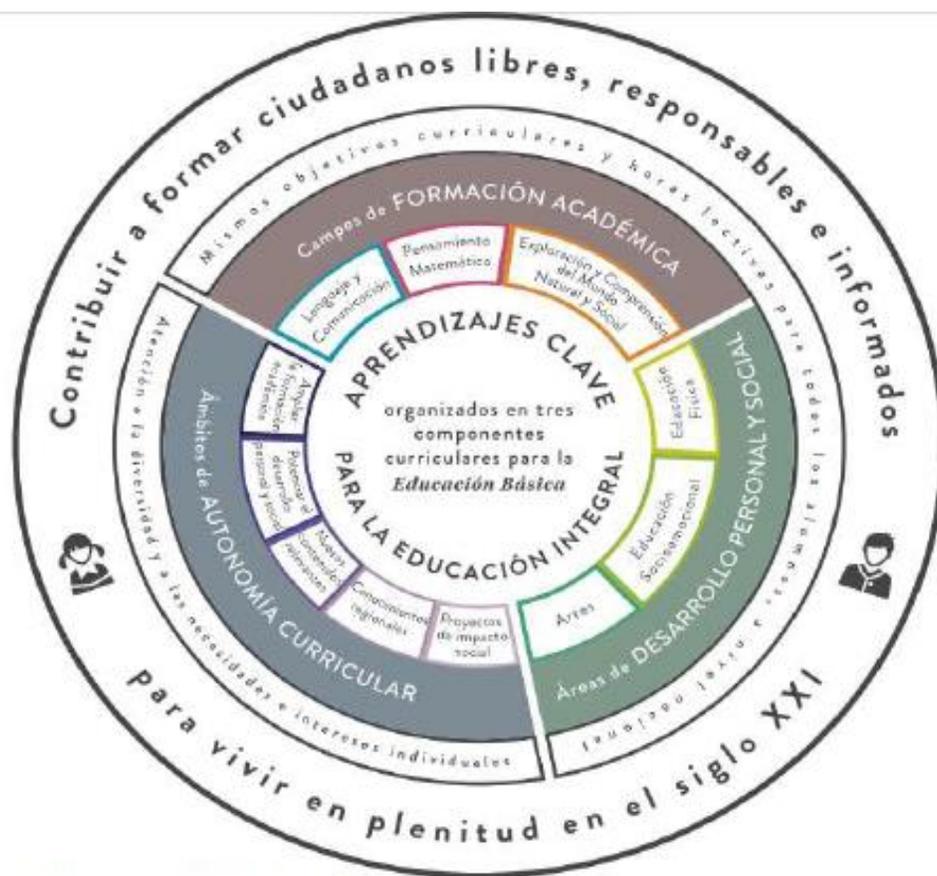
Los aprendizajes clave pretenden contribuir en el bienestar de las personas, se propone dentro de otros aspectos el desarrollo de competencias tanto cognitivas como socioemocionales, por lo cual está organizado en tres grandes componentes (ver figura 1), los cuales son el campo de formación académica, las áreas de desarrollo personal y social y los ámbitos de la autonomía curricular.

Dentro del área de desarrollo personal y social se encuentran las artes, la educación socioemocional y educación física en donde se busca:

Que el alumno de educación básica logre una formación integral, la formación académica debe complementarse con el desarrollo de otras capacidades humanas. La escuela debe brindar oportunidades para que los estudiantes desarrollen su creatividad, la apreciación y la expresión artísticas, ejerciten su cuerpo y lo mantengan saludable, y aprendan a reconocer y manejar sus emociones (SEP, 2017, p. 108).

Estos componentes pretenden que el alumno pueda expresarse a través del arte, fomentar la creatividad e imaginación, así como la reflexión y conocimiento sobre sí mismo y sobre los demás, crear ambientes de aprendizaje en donde participen y convivan, resuelvan conflictos de forma asertiva, resalte la empatía por encima de la indiferencia y principalmente lograr el desarrollo integral del alumno.

Figura 1. Aprendizajes clave para la educación integral



Fuente: SEP, 2017, p. 109.

La educación socioemocional, actualmente está representando un reto para el docente, ya que, al incorporar el área de desarrollo personal y social como un componente curricular, se pretende que el alumno complemente su formación desarrollando y reforzando otras habilidades que le permitan desenvolverse en cualquier espacio, principalmente que les permita aprender a ser y aprender a convivir con el otro.

Concebimos la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003, p. 27).

La educación socioemocional busca brindar a los alumnos una educación pertinente para su vida, que les permita desenvolverse en diferentes espacios de forma colectiva e individual.

El docente debe identificar de forma clara sus propias emociones, intereses, gustos, etc., para que pueda llevar esta educación al aula, de lo contrario se vuelve complicado pensar en estrategias para la educación socioemocional de los alumnos, ya que desconocen su identidad emocional.

En el programa de aprendizajes claves de la SEP (2017), establece que la educación socioemocional:

Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida. (p. 518)

En donde tanto el docente como el alumno deben trabajar en conjunto para optimizar al máximo sus competencias y habilidades necesarias para mejorar no sólo en las instituciones educativas sino también en nuestras relaciones familiares, de trabajo y en cualquier momento de nuestra vida.

Está formación va más allá de recibir una calificación, ya que las emociones son subjetivas, se espera que los alumnos y en general todos los seres humanos sean personas resilientes y fortalezcan los 4 pilares de la educación los cuales son, aprender a ser, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a aprender.

2.2 Dimensiones y Competencias Socioemocionales en los Alumnos y Docentes

La SEP (2017), propone 5 dimensiones que guían el enfoque pedagógico del área socioemocional tales como, autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración, estas se rigen por el desarrollo de diferentes habilidades que permiten de forma eficaz el logro de las dimensiones.

A continuación, se desglosarán de forma breve las diferentes dimensiones, así como las habilidades que las comprenden.

1. Autoconocimiento, es decir, conocernos y aceptarnos tal cual somos, admitir que tenemos virtudes y defectos y eso nos hace únicos, identificar claramente lo que nos gusta y lo que no, así como nuestras emociones. Habilidades asociadas: atención, conciencia de las propias emociones, autoestima, aprecio y gratitud y bienestar. [...]

2. Autorregulación, esta dimensión es una de las más complejas, implica más que un reconocimiento de nuestras emociones, consiste en apropiarse de las emociones, saber expresarlas y regularlas de forma asertiva. Habilidades asociadas: metacognición, expresión de las emociones, regulación de las emociones, autogeneración de emociones para el bienestar y perseverancia. [...]

3. Autonomía, es tener iniciativa o disposición para la realización de actividades tanto personales, académicas y familiares que benefician en la toma de decisiones y en la búsqueda de soluciones. Habilidades asociadas: iniciativa personal, identificación de necesidades y búsqueda de soluciones, liderazgo y apertura, toma de decisiones y compromisos y autoeficacia. [...]

4. Empatía, relacionarnos con otras personas de forma armónica y sensibilizarnos ante situaciones difíciles o de riesgo de los demás. Habilidades asociadas: bienestar y trato digno hacia otras personas, toma de perspectiva en situaciones de desacuerdo o conflicto, reconocimiento de prejuicios asociados a la diversidad, sensibilidad hacia personas y grupos que sufren exclusión o discriminación y cuidado de otros seres vivos y de la Naturaleza. [...]

5. Colaboración, esto implica comunicarnos en todo momento de forma clara, responsable y trabajar en conjunto para la resolución de conflictos. Habilidades asociadas: Comunicación asertiva, responsabilidad, inclusión, resolución de conflictos e interdependencia [...] (pág. 539-561).

Todas estas dimensiones y habilidades sirven para que el ser humano reflexione sobre su persona, del mundo que lo rodea y pueda expresar libremente sus sentimientos, estimulando la motivación, confianza y tolerancia de todas las personas, identificando nuestros intereses y aceptando las diferencias como oportunidades de crecer y aprender.

Un ser humano que se conoce y se acepta como es y sin necesidad de reprimir lo que siente sabe expresar y regular sus emociones de forma asertiva, se muestra participativo y se involucra de forma responsable en actividades que se presentan en su contexto social, se relaciona con los demás sensibilizándose ante situaciones difíciles y colabora con su comunidad para atender diversas situaciones, adquiere no solo su propio bienestar sino que también puede transmitir ese entusiasmo y esa forma de vivir a los demás.

Sin duda alguna lograr esta educación socioemocional dentro del aula es difícil, el primero en disponer de estas dimensiones y habilidades para su vida debe ser el docente. La educación socioemocional puede lograr cambios significativos en la sociedad mexicana, por eso se requiere que tanto en las instituciones educativas, como la familia y en otros espacios de convivencia que tenemos con amigos, se encuentre presente.

Por lo que es importante que para que los docentes lleven esta educación a su aula, deben compartir los ideales y perspectivas que se plantean e implementar esta educación en su vida diaria para facilitar su trabajo.

De igual forma, esta educación requiere del desarrollo de competencias socioemocionales, una competencia es “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra, 2003, p. 21), es decir es la capacidad que tiene un ser humano para responder con conocimiento, actitudes, habilidades, destrezas y valores a un problema determinado.

El desarrollo de estas competencias influirá de forma positiva en la vida de todo ser humano y permitirá junto a otros aspectos un bienestar social y personal del individuo, estas competencias según Bisquerra son:

Cuadro 1. Competencias emocionales

Competencias emocionales	
Conciencia emocional	Toma de conciencia de las propias emociones
	Dar nombre a las propias emociones
	Comprensión de las emociones de los demás
Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento

	Expresión emocional
	Capacidad para la regulación emocional
	Habilidades de afrontamiento
	Competencia para auto-generar emociones positivas
Autonomía personal	Autoestima
	Automotivación
	Actitud positiva
	Responsabilidad
	Análisis crítico de normas sociales
	Buscar ayuda y recursos
	Auto-eficacia emocional
Inteligencia interpersonal	Dominar las habilidades sociales básicas
	Respeto por los demás
	Comunicación receptiva
	Comunicación expresiva
	Compartir emociones
	Comportamiento pro-social y cooperación
	Asertividad
Habilidades de vida y bienestar	Identificación de problemas
	Fijar objetivos adaptativos
	Solución de conflictos
	Negociación
	Bienestar subjetivo
	Fluir

Fuente: Adaptación propia con base en Bisquerra, 2003, pp. 23-26.

La conciencia emocional, es la percepción que se tiene acerca de nuestras propias emociones, identificarlas y reflexionar sobre los múltiples estados de ánimo que experimentamos a diario, así como actuar empáticamente hacia las emociones de los demás.

En cuanto a la regulación emocional, esta implica generar un equilibrio entre lo que pensamos, lo que sentimos y cómo lo manifestamos a los demás y por supuesto con nosotros mismos, las emociones las expresamos a través de los comportamientos por lo que debe existir una autorregulación evitando responder mediante impulsos como la violencia, ira, etc.

La autonomía personal, es la capacidad que tienen las personas para respetarse y aceptarse como son, mantener una actitud positiva, tomar una postura ante problemáticas o situaciones de riesgo y resolverlos de la mejor manera y en caso de ser necesario buscar ayuda.

La inteligencia interpersonal, permite relacionarnos con otras personas, expresar y compartir opiniones, ser amables, respetuosos, asertivos e involucrarnos en conversaciones de forma receptiva.

Por último, las habilidades de vida y bienestar consisten en tener la capacidad para resolver problemas de forma apropiada en el medio en que nos desenvolvemos, identificar el problema y reflexionar acerca de las posibles soluciones de forma responsable generando un sentido de bienestar con nosotros mismos y con las personas que nos rodean. En conjunto, estas competencias y habilidades nos deben conducir hacia un desarrollo pleno tanto personal como social.

2.3 La Formación del Docente en Educación Socioemocional

La importancia que tiene la formación en educación socioemocional de los docentes de educación primaria y la relación que guarda con el desarrollo personal y social de los alumnos. Recientemente, con la reforma educativa a la educación básica en 2017, se habla acerca de que en las aulas se refuercen las habilidades socioemocionales tanto de los docentes como de los alumnos las cuales están presentes en todo momento de la vida del ser humano.

Según la Secretaría de Educación Pública, la educación socioemocional tiene por objetivo: que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y

aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida (SEP, 2017, pág. 518).

Es decir, la educación socioemocional permitirá que en las aulas además de ser un espacio de integración entre los alumnos y con el propio docente, adquieran habilidades y competencias que les sean de utilidad para su vida y aprendan a resolver y atender las situaciones que representan dificultad para cada ser humano.

Se busca que este objetivo no sea únicamente para los alumnos sino también para los docentes, los cuales “son modelos de conducta para sus estudiantes, por lo que han de ser vistos ejecutando los comportamientos que quieren impulsar en ellos, tanto frente a los estudiantes como al compartir las actividades con ellos” (SEP, 2017, p. 117).

Es por ello, que el primero que debe contar con estas habilidades es el docente y de ahí que exista la necesidad de desarrollar en el docente habilidades sociales, emocionales y personales que le permitan promoverlas y reforzarlas con sus alumnos, pueden verse reflejadas en acciones tales como: reconocer y manejar sus estados de ánimo, atender situaciones de frustración, enojo, miedo, alegría, etc., mostrar una actitud positiva y empática, esto impactará directamente en la convivencia pacífica, y en la resolución y manejo de conflictos dentro del aula.

Por esta razón, señalo que la relevancia de contar con docentes de educación primaria previamente formados en el área socioemocional, de forma que les permita emplear técnicas y estrategias que respondan a las necesidades de los alumnos y contribuir a que reciban una educación más humana.

CAPÍTULO III

REFERENTES TEÓRICOS EN TORNO A LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Antes de entrar a las instituciones educativas el niño adquiere, ya sea en su casa o en otros entornos de socialización formas de ser, actuar y atender las problemáticas que se le presentan. Generalmente toma actitudes que observa en casa o con familiares y amigos y aprende tanto valores como formas de comunicar sus sentimientos.

Al llegar al aula se pretende que los alumnos refuercen su formación personal promoviendo el desarrollo de habilidades y competencias que les permitan sentirse bien consigo mismos para poder estar bien con el mundo y enfrentar situaciones que representen dificultad, saber tomar decisiones y conducirse con autonomía y resiliencia, es decir, que a pesar de las adversidades sigan esforzándose por salir adelante y continuar con su vida.

3.1 Algunos Referentes Sobre la Formación Personal de los Individuos

Coincido con la afirmación de Casassus (2007), cuando menciona que “el mundo que vemos está fuertemente influenciado por el estado de ánimo en que nos encontramos” (p. 170), es decir que nuestro mundo emocional tiene un sin fin de representaciones y no está mal sentirse triste, feliz o enojado, lo que sí podría representar un problema sería como lo expresamos a las personas con las que convivimos, por ejemplo, no sería correcto expresar el enojo a través de la violencia, los gritos y los insultos o que la tristeza se transforme en depresión entre otros ejemplos.

Priorizar que los alumnos reconozcan ¿cómo se sienten?, ¿qué les causa enojo?, ¿qué los hace felices?, ¿qué les preocupa o angustia?, es hacerlos conscientes que tienen emociones y que, al ser seres sociales, que estamos en constante comunicación con el otro se debe regular la forma en que expresan sus sentimientos.

En pocas ocasiones se enseña de forma sólida a:

- Saber perdonar.
- Mantener la sencillez.
- Tener una sólida autoestima.
- Guiarnos por un optimismo inteligente.
- Gozar de la capacidad de admirar la vida.
- Tener un sentido profundo de agradecimiento.
- Saber escuchar.
- Decir las cosas sin ofender.
- Controlar nuestras emociones.
- Tener la mente abierta.
- Entender en verdad al sexo opuesto.
- Tener un sentido profundo de la caridad.
- Elegir los valores que llevan a un éxito personal real (Aguilar, 2007, p. 12).

Es decir, de alguna manera mediante la interacción con otras personas se adquiere una identidad que permite que el ser humano pueda desenvolverse en diferentes espacios, dependiendo del entorno son las actitudes y experiencias que toma para formarse personalmente. Es por ello que la escuela debe ser un espacio en donde se refuercen tanto conocimientos como actitudes que le permiten al alumno poder expresarse sin agredir a nadie, que tenga autoestima y sobre todo que se respete y respete a los demás. Cabe señalar que, también esta educación se puede establecer para prever o evitar la presencia de problemáticas dentro del

aula, promoviendo ambientes de sana convivencia, buena comunicación, e interacción entre el docente y el alumno.

En este sentido, la escuela de promover el respeto, reconocimiento a la diversidad y la solidaridad, a través de un trato asertivo, digno e igualitario.

Por respeto se aceptan aportaciones de Kohlberg (1997), este autor se refiere a “una actitud moral en la que se considera la libertad y la dignidad de las personas de acuerdo con sus intereses y opiniones, involucrando experiencias sociales y conocimientos orientados al entendimiento”. (p. 190).

En relación con el reconocimiento a la diversidad Arnaiz y De Haro (2004), manifiestan “que éste es un reto educativo tendiente al desarrollo de una interacción positiva entre los educandos para generar conocimientos, aceptación y valoración de los otros”. (p. 5.)

En este sentido, la solidaridad se concibe de como el desarrollo de una serie de dimensiones morales que sin duda se convierten en facilitadores de la autonomía, del espíritu crítico y el desarrollo de actitudes.

No se trata de querer formar personas perfectas, se trata de aprender de las cosas cotidianas, de la naturalidad de la vida, de mejorar día con día nuestra persona y ofrecer un mejor trato a las personas que nos rodean, es satisfactorio pensar que las aulas se pueden convertir en espacios en donde toda la comunidad educativa, docentes, alumnos, directivos y padres de familia se comprometen a crecer personal, social y emocionalmente.

Podría entenderse como un bien común, en donde cada uno toma decisiones considerando sus sentimientos, aspiraciones, metas y sueños, reconocen su potencial, pero también sus limitaciones y trabajan en ellas, mediante acciones que favorezcan a la resolución de problemas ya sea familiares, personales, académicos etc.

Reconocer la necesidad de aprender sobre nosotros mismos, es una tarea fundamental que dará apertura a mejorar por mucho las relaciones interpersonales, enriquecerá la calidad de vida de los seres humanos. “Las emociones son parte de la vida, de ahí que sea tan importante favorecerlas en el aula positivamente, para lograr una educación con calidad y calidez humana” (Ocampo, 2012, p. 76). Poder expresar lo que sentimos sin afectar a otros, reconocer nuestra valía y la de los demás, es un proceso que puede llevarse no únicamente en la familia, ahora también dentro del aula.

Las discusiones acerca del papel de la educación en las sociedades se han destacado en autores como Bruner, Vygotsky, Ausubel, y otros autores (1987) “que resaltan “el hecho de que la escuela tiene no sólo una función instructiva en términos de transmisión de contenidos, conocimientos propios del desarrollo cultural y tecnológico de cada sociedad; sino más importante aún, la escuela se convierte en el espacio de formación de sujetos ciudadanos críticos, reflexivos, capaces para desenvolverse dentro de su contexto y realizar procesos de transformación social” (p. 12). Dicho lo anterior, las escuelas deben repensarse, reestructurarse y para recibir aportes desde diferentes campos como la psicología, sociología, antropología, entre otras, para el desarrollo óptimo del saber pedagógico.

3.2 La Comunicación Asertiva como Medio Facilitador en la Resolución de Conflictos

En la mediación o resolución de conflictos, la comunicación es esencial, es necesaria para realizar las actividades que les corresponden dentro de la organización, para Madrigal (2008) la comunicación permite hacerles saber a los empleados cuales son los objetivos de la empresa, cuáles son los objetivos individuales y como a través de su labor se logran estos, permite la motivación del empleado al aclararle el nivel de desempeño que ha tenido dentro de la empresa, facilita la toma de decisiones cuando la información es compartida.

“La comunicación ayuda a que exista un control en la organización, (...) puesto que se realiza a través de jerarquías de

autoridad y guías formales, lo que implica la restricción de los canales y los contenidos de las comunicaciones” (Madrigal, 2008, p.58).

El proceso de comunicación dentro de la organización puede verse deteriorado cuando los integrantes presentan una baja autoestima, según García (2010) son inseguros o dan rodeos para expresar lo que desean y no logran dejar claro a las personas con quien interactúan el mensaje que desean transmitir; para que la comunicación sea fluida y efectiva es necesario que los integrantes y principalmente quienes dirigen la organización tengan las habilidades para lograr transmitir con eficacia lo que desean a otras personas, que sean capaces de transmitir los objetivos de la empresa, dejar claramente establecido que se espera de ellos mismos y de las personas que laboran junto con ellos, esto es su comunicación interpersonal. (p.68)

Podemos decir que “la comunicación interpersonal (...) es una parte esencial de la actividad humana y máxima representante de las relaciones que establecemos con otros”. García (2010) A través de nuestra comunicación interpersonal, damos a conocer a las demás personas que es lo que queremos, cuáles son nuestras intenciones, que deseamos, que no deseamos, es una competencia presente en todas las personas a niveles distintos acorde a nuestra personalidad, autoconocimiento, nivel de madurez personal y profesional. (p. 226)

Por otro lado, los líderes (directivos y docentes) requieren, conforme a Madrigal (2008), mostrar seguridad cuando se comunican con otros y para esto es necesario que confíen en sí mismos, lo que logran a través de su comunicación intrapersonal “mediante el autoconocimiento profundo y reflexivo y la formación de la autoimagen a través de la reflexión acerca de los sentimientos, los actos y los pensamientos personales” (Madrigal, 2008, p.59), esto implica la auto aceptación de las cualidades y limitaciones propias.

La asertividad no es una formula constante para cada situación que se presenta en donde se deben hacer valer nuestros derechos e imponer nuestra opinión, sino que el comportamiento asertivo se ajusta a la situación, al

entendimiento de la misma, a la relación que mantenemos con la persona que interactuamos, al lugar, al estado emocional en el que nos encontremos, la importancia y relevancia que tenga para nosotros hacer valer nuestros derechos asertivos en esa situación, la frecuencia con que se dé la situación, etcétera.

La persona asertiva distingue y evalúa todos los componentes relacionados con la situación y elige como será su respuesta, en una situación donde un derecho asertivo no es respetado por otra persona, el cual es muy importante y no tiene cabida la tolerancia a la violación de este derecho, la respuesta es enérgica en el momento, de tal manera que quede claro que no existe tolerancia, por otro lado si, por ejemplo, la otra persona le hace un comentario agresivo y la persona asertiva conoce que el otro (a) ha pasado recientemente por una situación con mucho estrés y le tiene un grado de estima, es posible que decida ignorar el comentario o postergue el expresar o hacer valer su derecho asertivo.

Así un líder, que podríamos llamar líder asertivo, además del estilo de liderazgo a utilizar en cada situación, elige el comportamiento asertivo. Esto conduce a prácticas efectivas en el aula, además que se apertura el trabajo colaborativo y una sana convivencia en el aula y escolar.

3.3 La Asertividad en el Salón de Clases

La asertividad es una habilidad de comunicación interpersonal, Castanyer considera que está ligada al cariño y respeto por uno mismo, una persona que tiene una autoestima alta y tiene esta habilidad de ser asertivo, es capaz de relacionarse sanamente con otras personas, se expresa de manera clara, con mayor libertad y seguridad en las diferentes situaciones en las que se pueda encontrar, defiende sus derechos y respeta los derechos de los demás. “Ser asertivo quiere decir ser capaz de expresarse con seguridad sin tener que recurrir a comportamientos pasivos, agresivos o manipuladores” (Bishop, 2000, p.9)

Existen más definiciones de lo que significa asertividad, puede considerarse como “una acción interpersonal en la cual siento y expreso de manera directa,

honesto y adecuada (...), quedándome satisfecho". (Parra, 2016, p.6). El ser asertivo es como tener una comunicación balanceada, es un proceso dual de comunicación que incluye el propio yo y el yo del otro.

3.4 Aportes Teóricos Sobre la Comunicación Asertiva.

Algunos autores la mencionan como el respeto de los derechos propios y el respeto de los derechos de los demás, algunos otros como saber decir no cuando no se desea realmente hacer algo que están solicitando, otros como una conducta que denota seguridad personal.

Es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar, gracias al estado interior de autoconfianza, en vez de la emocionalidad limitante de la ansiedad, la culpa o la rabia. (Bejarle, 2012, p.14)

Las personas asertivas según lo expuesto por Bishop (2000) son más hábiles en las relaciones interpersonales, tienen una comunicación más eficiente, tienen mayor control sobre sus emociones en situaciones comprometidas o problemáticas y son capaces de expresar sus opiniones, necesidades y sentimientos sin sentirse expuestos. (p. 18)

Las personas que no son asertivas por el contrario, muestran dificultad para relacionarse adecuadamente en determinadas situaciones, no defienden sus derechos o no respetan los de los demás presentando comportamientos pasivos o agresivos, y tienden a tener una autoestima más baja. Dicho lo anterior, puedo asegurar que la problemática surge a partir de la baja autoestima de los alumnos o que en ocasiones no se les enseña, la educación socioemocional.

Egúsqiza, (2014) explica que una persona asertiva, tiene respeto por sí mismo y por los demás, puede identificar claramente sus prioridades, su comunicación es abierta, franca y adecuada, sabe lo que quiere y se dedica a

lograrlo, tiene un manejo adecuado de sus emociones (p. 20). También habla de cómo es la comunicación no verbal en las personas asertivas, tienen la capacidad de mirar directamente a las personas sin sentirse ansiosa, su postura corporal indica atención hacia la persona con quien dialoga o escucha, su comunicación corporal es congruente con sus emociones y con lo que expresa oralmente, es decir si su rostro muestra enfado es capaz de decir que está molesto explicando la razón.

“Un comportamiento asertivo facilita que la persona se sienta más satisfecha consigo misma y con los demás” (Naranjo, 2008, p.2), respeta sus propias necesidades y respeta a la persona con quien interactúa; la persona asertiva es capaz de expresar lo que piensa, lo que siente o lo que desea de la manera adecuada en el contexto en que se encuentra, se considera al mismo nivel que las demás personas, no se considera inferior o superior, considera a los demás como iguales. Bejarle (2012) menciona que el comportamiento asertivo es la afirmación de la propia personalidad al demostrar autoconfianza y autoestima a través de una comunicación segura y eficiente. (p. 45)

La comunicación asertiva incluye una comunicación verbal, no verbal y paraverbal, por lo que la persona que es asertiva al momento de expresarse es capaz de comunicar claramente lo que desea. Bishop (2000) menciona que “no es solamente encontrar las palabras adecuadas para decir lo que se quiere decir, también incluye una comunicación adecuada en el tono y volumen de voz, las expresiones faciales, el contacto visual y el lenguaje corporal; cuando una persona que no es asertiva aun cuando logre encontrar las palabras adecuadas para decir lo que desea, si su comunicación no verbal y paraverbal no es asertiva, su mensaje será confuso y no logrará la intención de expresar claramente lo que desea, al ser incongruente con lo que dice”. (p. 20.)

Los comportamientos no asertivos se aprenden desde que se es niño y se siguen presentando durante la vida adulta, todos tenemos comportamientos asertivos y no asertivos acorde a la situación que se presente y el comportamiento que aprendimos era el adecuado en dada situación. “En nuestra infancia fuimos condicionados por las personas y las circunstancias que nos rodeaban, (...) nos

acostumbramos a obedecer a nuestros padres y otros adultos responsables de nuestro entrenamiento social” (Bishop, 2000, p. 29), aprendimos que ante determinada situación era mejor quedarse callado, obedecer, ceder, evadir, reclamar o pelear; aprendimos lo que se debía hacer y lo que no se debía hacer, o por decirlo de otra manera, aprendimos lo que era bueno y lo que era malo. Estoy de acuerdo con los autores, muchas veces como docentes repetimos patrones de comportamiento y conducta que nos transmitieron nuestros padres. Por eso, es importante romper esos paradigmas o tabúes para dar paso a esta forma de comunicación.

Smith (2013) expone que los comportamientos asertivos, pasivos y agresivos los desarrollamos a partir de las situaciones en las que se nos acondicionó a hacer lo que nuestros padres u otras personas de autoridad a nuestro alrededor nos decían era lo correcto, y que son además parte de una herencia de muchas generaciones millones de años atrás, desde que el ser humano tenía que pelear o correr por su vida, estos mecanismos de defensa ante un peligro; ya no se utiliza como hace millones de años, más todavía utilizamos estos recursos para enfrentar las situaciones que nos generan conflicto, parece que olvidamos que contamos con la capacidad de comunicación para solucionar estos conflictos; “contamos con tres principales modos de comportamiento para la supervivencia y la relación con los demás: la lucha, la huida y la capacidad verbal para resolver problemas” (p.25), es en esta capacidad verbal que se puede ser asertivo en lugar de tener comportamientos pasivos o agresivos en el huir o luchar.

Estos mecanismos de defensa nos han servido para subsistir como especie humana, según Bejarle (2012) “huir y pelear nos ha ayudado a sobrevivir y prevalecer, mientras que otras especies se han extinguido. Somos el resultado de la evolución de antepasados que vivieron en condiciones donde era necesario utilizar estas reacciones de defensa para mantenerse con vida. Aun cuando ya son necesarios estos mecanismos de defensa de la misma manera que lo fue para nuestros antepasados, los seguimos utilizando como modos de comportamiento para sobrevivir y relacionarnos con otras personas”. (p. 32.)

El mismo autor explica que luchar o atacar es equivalente a la agresividad que utilizamos en nuestra comunicación interpersonal, así como la huida o escapar corresponde a la pasividad, Bejarle (2012) menciona “que razonar, sentir y expresarse corresponde a una conquista progresiva de los seres humanos que tiene como resultado el comportamiento asertivo en donde la persona es capaz de defenderse sin necesidad de tener comportamientos agresivos o pasivos en donde no respetemos los derechos de los demás o permitamos que no se respeten los propios”. (p. 42)

Nuestros padres u otros adultos nos adiestraron para sentirnos culpables y ansiosos, cuando nuestro comportamiento no era el que ellos esperaban y/o nos decían era el que teníamos que tener, Smith (2013) menciona que esta reacción de sentirnos ansiosos o culpables, continua en la edad adulta, y que nuestros padres, familiares u otras personas son capaces de hacernos sentir de esta manera cuando quieren algo de nosotros. (p. 35.) De esta manera en la infancia, aunado a la herencia en los comportamientos, que aprendemos a ser pasivos o agresivos, en la edad adulta “llegamos a tener un comportamiento adaptado para conseguir nuestros propósitos, mantener la paz, o atender las necesidades de otros, muchas veces a costa de nuestro propio bienestar” (Bishop, 2000, p.12).

3.5 Postura a Favor de la Comunicación Asertiva para Mediar Conflictos

La escuela juega un papel predominante en la vida de los seres humanos, adquieren capacidades de diferente orden, hacen amistades, desarrollan talentos, ponen en práctica sus valores, etc., por lo que debe ser un espacio que genere confianza en los alumnos para que puedan desenvolverse y adquirir las competencias necesarias para una educación de calidad, tales como: conocimientos, habilidades, actitudes y valores.

Para lograr los objetivos del sistema educativo, es necesario que dentro del aula exista una interacción entre el docente y el alumno, es decir, desde años atrás se ha dejado de lado la idea de la educación tradicional, en donde el alumno era

receptor del conocimiento, ahora se concibe como un alumno activo y participe de su proceso de aprendizaje.

Es fundamental que los maestros dialoguen con los niños, que se interesen por lo que sienten, piensan y opinan; que favorezcan la confianza y la seguridad; que los niños sientan que hay un adulto que los escucha, entiende y apoya. También es importante lograr que los niños verbalicen sus experiencias y que expresen lo que hacen, cómo lo hacen, por qué y con qué finalidad (SEP, 2017, p. 67).

Como hemos mencionado las habilidades de comunicación asertiva se pueden aprender practicando y asimilando los comportamientos asertivos a través de diferentes técnicas y enfoques para lograr conocerse mejor a sí mismo, identificar claramente las prioridades, intenciones, objetivos y necesidades y hacerlos valer, autorregular las emociones y/o expresarlas con seguridad, ser empáticos, saber escuchar, hacer que los derechos propios sean respetados al mismo tiempo que se respetan los derechos de los demás; por lo que se puede decir que:

Ser asertivo (...) supone un mayor autoconocimiento, conocerse y estar de acuerdo consigo mismo, tener el control del propio yo real. Requiere saber escuchar y responder a las necesidades de otros sin descuidar nuestros intereses propios o comprometer nuestros principios. (Bishop, 2000, p.9)

Para lograr un cambio Smith (2013) expone una serie de técnicas que están enfocadas a modificar el comportamiento y las respuestas para lograr ser más asertivos, algunas de estas técnicas son: “el Banco de Niebla, el disco rayado, el aplazamiento asertivo, la pregunta asertiva, a manera de ejemplo la técnica del disco rayado permite a la persona mantenerse firme en su decisión ante los intentos de manipulación de otras personas, repitiendo una y otra vez su afirmación hasta que su interlocutor termina por acceder y llegar a un acuerdo, utilizando un tono de voz firme sin agredir a la otra persona” (p. 58).

En estos espacios se requiere que el docente se interese además de cumplir con los planes y programas de estudio, en identificar las necesidades educativas de

cada uno de sus alumnos e implementar técnicas y estrategias para la mejora del aprendizaje. “Se ha de crear un espacio donde sea posible comunicar las emociones, opiniones y reflexiones, y buscar las soluciones más pertinentes” (Carpena, 2003, p. 88).

Cualquier momento es oportuno para expresar los pensamientos y emociones tanto del docente como del alumno y es necesario ser conscientes de la forma en que comunicamos lo que sentimos, para no agredir a otros y favorecer entornos en donde predomine el respeto y cuidado de los que conforman la comunidad educativa.

ALCANCES Y LIMITACIONES

Desde la Educación Básica se pretende contribuir al proceso de desarrollo moral de los alumnos estimulando el examen crítico de los principios y valores en la organización social y la manera en que se asumen en la actuación cotidiana. El desarrollo de la personalidad moral puede favorecerse con las experiencias escolares y mediante la reflexión sobre asuntos de la vida cotidiana, como los que se incluyen en los contenidos de la asignatura.

En este sentido, se busca generar actitudes de participación responsable en un ambiente de respeto y valoración de las diferencias, donde la democracia, los derechos humanos, la diversidad y la conservación del ambiente forman parte de una sociedad en construcción. La construcción de valores dentro de un ambiente de aprendizaje basado en la comunicación y el diálogo.

Se asume que el papel de la escuela es impulsar en los alumnos su desarrollo como personas, por medio de la reflexión de las circunstancias que se les presentan día a día y les plantean conflictos de valores. Un ambiente favorable para dialogar y comunicar ideas contribuirá a fortalecer la capacidad para analizar, deliberar, tomar decisiones y asumir compromisos de manera responsable, sin presión alguna.

El marco ético, inspirado en los derechos humanos y la democracia, constituye una referencia importante en la conformación de una perspectiva propia en la que se ponderen valores culturales propios del contexto en que se desenvuelven los alumnos. El fortalecimiento de una cultura de la prevención. Se proponen recursos para el manejo de situaciones en que pueden estar en riesgo los alumnos que demandan anticipar consecuencias para su vida personal y social.

El trabajo en clase de situaciones hipotéticas contribuye a la reflexión sobre sus características, aspiraciones individuales y a la facultad para elegir un estilo de vida sano, pleno y responsable basado en la confianza en sus potencialidades y en el apego a la legalidad.

Dicho, lo anterior, se busca que a través de la formación cívica se logre la formación de personas, capaces para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formular proyectos de vida que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral, así como para asumir compromisos con las acciones que contribuyen al mejoramiento del bienestar social, cultural, económico y político de la comunidad, del país y del mundo.

Además, se busca que los alumnos que cursan la Educación Básica aprendan a conocerse y a valorarse, a adquirir conciencia de sus intereses y sentimientos, a disfrutar de las diferentes etapas de su vida, a regular su comportamiento, a cuidar su cuerpo y su integridad personal, a tomar decisiones y a encarar de manera adecuada los problemas que se les presenten.

Existen dos dimensiones en la formación de los estudiantes: la personal y la social. La dimensión personal pone en el centro del proceso educativo al niño y al adolescente con la finalidad de facilitar el desarrollo, la formación de todas las potencialidades que contribuyen al conocimiento y la valoración de sí mismo que le permiten enfrentar –conforme a principios éticos– los problemas de la vida cotidiana, optar por un sano desarrollo de su persona y tomar conciencia de sus intereses y sentimientos.

De este modo, el alumno podrá orientarse, de manera racional y autónoma, en la construcción de su proyecto de vida y de autorrealización. La dimensión social atiende un conjunto de necesidades colectivas básicas para el desarrollo de facultades de los individuos que les permite enfrentar los retos que plantean sociedades complejas, heterogéneas y desiguales como la nuestra; tal es el caso de la convivencia social y la protección y defensa de los derechos humanos en una sociedad democrática. Esta dimensión contribuye al reconocimiento de los alumnos como sujetos de derechos y deberes.

CONCLUSIONES

Este trabajo me permitió entender con mayor profundidad la asertividad como una habilidad necesaria para todas las personas dentro y fuera de las ámbito escolar, si entiendo como líder a cualquier persona que logra tener una influencia sobre las personas que tiene a su alrededor para lograr un objetivo en específico, entonces todos somos líderes, todos tenemos objetivos personales, objetivos a lograr en nuestros trabajos y requerimos de otros para lograrlos, por lo que la comunicación asertiva es necesaria en todos los ámbitos de la vida de una persona. Además del beneficio de emplear la asertividad en la mediación de conflictos escolares.

Sería ideal que la comunicación asertiva se promueva dentro de las instituciones educativas como eje rector para normar la sana convivencia en las aulas, porque aporta un ambiente áulico armónico y se fomenta la actividad dialógica entre los actores del proceso educativo.

La conducta asertiva se puede definir como “la expresión apropiada de las emociones en las relaciones, sin que se produzca ansiedad o agresividad” (Güell y Muñoz, 2000, citado por Naranjo 2008).¹ Por lo tanto, una persona con dicha conducta podrá expresar adecuadamente sus intereses, sin agredir o violentar al otro.

Una persona es asertiva cuando tiene la capacidad de ejercer o defender sus derechos personales; por ejemplo, decir “no”, expresar opiniones contrarias o desacuerdos sin permitir que la manipulen, como lo hace la persona sumisa, ni violar los derechos de otras personas, como lo hace la agresiva.

Como ha quedado establecido; la habilidad para transmitir y comunicarnos como docentes ante el grupo está en relación directa con el saber decir, con el control emocional y el lenguaje corporal del maestro. Saber comunicar es el manejo responsable de lo que decimos, de nuestros mensajes. Esto permite darle sentido a lo que hacemos cotidianamente.

Recordemos también que pensar asertivamente va estrechamente relacionado con las metas y fines que nos proponemos en el ámbito personal y profesional, esto es, para dirigir los esfuerzos aun objetivo y cuidar el autoconcepto, es necesario que el docente conozca su área de fortaleza y oportunidad, aprender a aceptar sus limitaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bejarle, N. (2012). ***Asertividad Práctica***. México: Editorial Lectorum
- Bishop, S. (2000). ***Desarrolle su asertividad***. Madrid, España: Editorial Gedisa
- Castanyer, O. (2014) ***Aplicaciones de la asertividad***. (ebook). Bilbao, España: Editorial, Desclée Brouwer
- Castanyer, O., & Ortega, E. (2013). ***Asertividad en el trabajo***. (ebook) Barcelona, España: Editorial Penguin Random House Grupo Editorial.
- Castanyer, O. (1996). ***La asertividad: expresión de una sana autoestima***. (ebook) Bilbao: Editorial Descleé de Brouwer.
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos México. (2014). ***Recomendación general no. 21 sobre la prevención, atención y sanción de casos de violencia sexual en contra de las niñas y los niños en centros educativos***. México: CNDH
- Delors J. (coord.) (1996). ***La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI***. Compendio. París: Ediciones Unesco.
- Egúsqüiza Pereda, O. (2014). ***LA ASERTIVIDAD: Modelo de Comunicación en las Organizaciones***. Quipukamayoc, [S.I.], v. 7, n. 14, p. 119-129, mar. 2014. ISSN1609-8196. Recuperado de: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/view/5704>
- Fernández, A. (1997). ***Educando para la paz: Nuevas propuestas***. Granada: Seminario de Estudios sobre la Paz y los Conflictos de la Universidad de Granada. Erikson
- Fierro, C. y otros (2013). ***“Convivencia Escolar. Un tema emergente de investigación en México”***, en A. Furlan y T. Spitzer (coords.) (2013),

Convivencia, disciplina y violencia en las escuelas 2002-2011. México: COMIE.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, Unicef México (2010). **Los derechos de la infancia y la adolescencia en México una agenda para el presente.** Fecha de consulta: 11-11-2016. Recuperado de: http://unicef.org/mexico/spanish/UNICEF_SITAN_final_baja.pdf.

Madrigal Torres, B. (2008). **Habilidades directivas.** México: McGraw-Hill

Secretaría de Educación Pública. (2009). **Informe Nacional sobre Violencia de Género en la Educación Básica en México.** México: SEP-UNICEF.

Secretaría de Educación Pública. (2016). **Programa Nacional de Convivencia Escolar.** (Primera edición). México: CONALITEG

Secretaría de Educación Pública. (2017). **Aprendizajes clave.** Recuperado de: <https://www.aprendizajesclave.sep.gob.mx>

Smith, M. (2013). **Cuando digo no, me siento culpable.** México: Debolsillo Clave.

Tello, N. (2005). **La socialización de la violencia en las escuelas secundarias. Proceso funcional a la descomposición social.** Revista Mexicana de Investigación Educativa, vol. 10, núm. 27, pp. 1165-1181.