

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
ESCUELA DE POSTGRADO



PROGRAMA DE CINE FORUM PARA MEJORAR LA ASERTIVIDAD
EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
CHOTA – PERÚ

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRO EN EDUCACIÓN: ANTROPOLOGÍA, FAMILIA Y GESTIÓN

AUTORES

LENEYDA DIAZ CAMPOS
LUZMILA IRIGOIN CARUAJULCA
ALICIA ROJAS ROJAS

ASESOR

MARIA FLOR CHIRINOS SANCHEZ
<https://orcid.org/0000-0003-1079-3713>

Chiclayo, 2020

**PROGRAMA DE CINE FORUM PARA MEJORAR LA ASERTIVIDAD
EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
CHOTA – PERÚ**

PRESENTADA POR:

**LENEYDA DIAZ CAMPOS
LUZMILA IRIGOIN CARUAJULCA
ALICIA ROJAS ROJAS**

A la Escuela de Posgrado de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el grado académico de

**MAESTRO EN EDUCACIÓN: ANTROPOLOGÍA, FAMILIA Y
GESTIÓN**

APROBADA POR:

Nancy Emilia Estela Salazar

PRESIDENTE

Miguel Angel Torres Rubio
SECRETARIO

Maria Flor Chirinos Sanchez
VOCAL

DEDICATORIA

Con el mayor cariño y gratitud a nuestra familia por sus consejos y su apoyo incondicional para hacer realidad nuestros objetivos; mejorar nuestra formación profesional para servir a la educación peruana.

Las autoras

AGRADECIMIENTO

Nuestro agradecimiento a los estudiantes de la I.E. “Experimental Agropecuario Almirante Miguel Grau”, representada por su director Juan Antonio Tarrillo Cigueñas, por permitirnos realizar el trabajo de campo de la investigación.

Las autoras

ÍNDICE

Pág.

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN..... 11

I. MARCO TEÓRICO 15

1.1. Marco filosófico-antropológico 15

1.2. Antecedentes de estudio 16

1.3. Base teórica conceptual..... 19

1.3.1. Asertividad 19

1.3.1.1. ¿Qué es la asertividad?..... 19

1.3.1.2. Dimensiones de la asertividad 20

A) Asertividad positiva..... 20

B) Asertividad negativa..... 23

C) Autonegación 24

2.3.1.3.¿Cómo medir la asertividad?..... 25

2.3.1.4.Educación de la asertividad..... 27

2.3.2.Cine foro..... 28

2.3.2.1.El cine fórum..... 28

2.3.2.2.Objetivo del cine fórum..... 29

2.3.2.3.Fases del cine fórum..... 30

2.3.2.4.Didáctica del cine fórum 31

2.3.2.5.El cine fórum como medio de aprendizaje en el proceso educativo 33

1.4. Definición de términos básicos 35

II.HIPÓTESIS	37
III. METODOLOGÍA	39
3.1. Tipo y nivel de investigación	39
3.2. Diseño de la investigación	39
3.3. Población, muestra y muestreo	40
3.4. Criterios de selección	41
3.5. Operacionalización de variables	42
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	43
3.7. Procedimientos	45
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	46
3.9. Matriz de consistencia.....	47
3.10.Consideraciones éticas	48
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	49
4.1. Asertividad de los estudiantes antes de la aplicación del programa	49
4.2. Asertividad de los estudiantes después de la aplicación del programa.....	51
4.3. Comparación de resultados de la asertividad del pre y post test.....	53
V. CONCLUSIONES	56
VI. RECOMENDACIONES	57
VII. LISTA DE REFERENCIAS	58
VIII. ANEXOS	62

LISTA DE TABLAS

Tabla 1: Nivel de influencia del programa del cine fórum en la asertividad de los estudiantes de la I.E Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau”	37
Tabla 2: Estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota.	40
Tabla 3: Estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota.	41
Tabla 4: Escalas de puntuación para medir la asertividad	43
Tabla 5: Estadístico de confiabilidad	44
Tabla 6: Asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014 antes de la aplicación del programa	50
Tabla 7: La asertividad en los estudiantes de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014 después de la aplicación del programa.....	52
Tabla 8: Nivel de asertividad según resultados del pre test y post test en los estudiantes del quinto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014	53

LISTA DE FIGURA

Figura 1: Nivel de asertividad según resultados del pre test y post test en los estudiantes del quinto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.....	54
---	----

RESUMEN

La asertividad es la capacidad de comunicarse de manera adecuada en las diferentes situaciones de la vida cotidiana; es decir, expresar de manera clara los pensamientos, sentimientos y emociones. Sin embargo en la experiencia docente se observa que los estudiantes son poco asertivos, mostrando actitudes tales como: poca confianza en sí mismo, baja autoestima, imprudencia, comunicación insegura y deficiente, no sabe defender sus derechos ni de los demás. Esta problemática motivó la investigación, y tuvo como objetivo general determinar la influencia de la aplicación de un programa de Cine Fórum para la asertividad en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria de una Institución Educativa de Chota.

El trabajo de investigación fue de tipo descriptivo y nivel cuantitativo, con diseño preexperimental, porque se trató de medir la asertividad en una muestra de 28 estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria, quienes respondieron el pre y post test. Los resultados en el pre test muestran que ningún estudiante es asertivo, pues se observa que el 64% su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo; 36% necesitan trabajar considerablemente su asertividad. No obstante, los resultados en el pos test indican que el 61% de los estudiantes son seguros y asertivos, 32% son asertivos pero necesitan mejorar, y solo el 7% tienen un comportamiento que carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo. En este sentido, concluimos que el programa de cine fórum ha servido para mejorar la asertividad en la mayoría de estudiantes.

Palabras claves: Cine fórum, educación, asertividad.

ABSTRACT

Assertiveness is the ability to communicate adequately in different situations of daily life. That is, it implies being able to express ones thoughts, feelings and emotions clearly. However, the teaching experience shows that students are not very assertive, showing attitudes such as: low self-confidence, low self-esteem, recklessness, insecure and deficient communication, can not defend their rights or others. This problematic motivated the investigation, and had like general objective to determine the influence of the application of a program of Cinema Fórum for the assertiveness in the students of the fifth degree of Secondary Education of an Educational Institution of Chota. The research work was descriptive and quantitative level, with preexperimental design, because it tried to measure the assertiveness in a sample of 28 students of the fifth grade of Secondary Education, who answered the pre and post test. The results in the pretest show that no student is assertive, since it is observed that 64% of their assertive behavior lacks consistency and should work to improve it; 36% need to work hard on their assertiveness. However, the results in the post test indicate that 61% of students are safe and assertive, 32% are assertive but need improvement, and only 7% have a behavior that lacks consistency and should work to improve it. In this sense, we conclude that the film forum program has served to improve assertiveness in the majority of students.

Keywords: Film forum, education, assertiveness.

INTRODUCCIÓN

La persona debe desarrollar habilidades para interactuar acertadamente con los demás, aprendiendo a comunicarse de la manera más adecuada, sin caer en extremismos de pasividad o agresividad. Pues nadie nace pasivo o agresivo, éstas son conductas que se aprende en el entorno social y que influye en todo el proceso de desarrollo y perfeccionamiento del ser humano.

En las instituciones educativas, se observa actitudes de agresividad y pasividad. Esta es una problemática, que se presenta a nivel mundial y de modo más evidente en los niveles de la educación primaria y secundaria. En un estudio realizado en México sobre las conductas agresivas en escolares, se afirma que las acciones violentas dentro de las instituciones educativas son una realidad que preocupa a docentes, padres de familia y en general, a toda la sociedad. Asimismo, en este estudio se hace referencia a unos datos estadísticos que publicó el Ministerio de Educación de México sobre conductas agresivas o violentas en las escuelas, contabilizándose 83.800 casos de violencia estudiantil, cuya gran mayoría se reportó en la escuela primaria. Según estas estadísticas, los episodios agresivos se dan en cualquier lugar donde exista una interrelación entre los escolares, tanto dentro como fuera del centro escolar (Moreno, 2012).

En Latinoamérica y el Caribe (LAC) Calle (2011) afirma que “es una de las regiones más violentas del mundo y son los adolescentes y jóvenes quienes sufren desproporcionadamente esta violencia” (p.2), amenazando su salud y bienestar físico y emocional. Por lo tanto nuestro País no está exento de este problema.

En un estudio realizado en el Perú (Oliveros y otros, 2008) se determinó que: La incidencia de violencia o agresividad ha sido de 47% en promedio, situación que nos llamó la atención. Y la incidencia fue similar en varones y mujeres. Asimismo, se observó que en un 34% de los escolares agredidos, los que no comunican a nadie el drama que estaba viviendo. A un similar porcentaje de compañeros no les interesa defender o protestar por el maltrato que están observando, y alrededor del 25% de maestros y padres de familia no reaccionan ni “protegen” a las víctimas, permitiendo que este proceso se perpetúe. Siendo la forma de agresión más frecuente la física y a continuación la verbal, la que se caracterizó por llamar a los compañeros con apodos. Al estudiar en detalle los tipos de agresión, la verbal fue mucho más frecuente, siguiéndole la física y en tercer lugar la discriminación.

De estos estudios citados se puede deducir dos tipos de actitudes en los estudiantes encuestados: actitudes agresivas o violentas en un grupo y actitudes pasivas en otro. Esta misma problemática, se evidencia en las Instituciones Educativas de nuestra Región y en especial en el distrito de Chota, en la Institución Educativa “Experimental Agropecuario” se encontraron conductas agresivas dentro y fuera del aula, evidenciándose en el maltrato físico (golpes, empujones) y psicológico (burlas, insultos, apodos, amenazas) entre sus pares.

De lo anterior se deduce, la existencia de una inadecuada formación de la asertividad. De ahí, la necesidad de una intervención educativa urgente para ayudar a los niños y adolescentes por medio de un programa de cine forum para desarrollar habilidades que les permitan relacionarse con los demás sin asumir conductas de pasividad ni de agresividad, brindándoles la oportunidad de expresar sus opiniones, respetando a los demás, ya que nadie tiene derecho a aprovecharse del otro.

Por lo descrito anteriormente, formulamos el siguiente problema: ¿Cómo influye la aplicación de un programa de cine fórum para mejorar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014?

Para dar solución al problema encontrado y descrito anteriormente y verificar la hipótesis, el trabajo de investigación tuvo por objetivo general: Determinar la influencia de un Programa de Cine Fórum para educar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

Para dar cumplimiento al propósito de la investigación se describieron los siguientes objetivos específicos:

- Medir la asertividad de los estudiantes del quinto grado, antes de la aplicación del programa, de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

- Diseñar y aplicar un Programa de Cine Fórum para mejorar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

- Medir la asertividad de los estudiantes, después de la aplicación del estímulo, de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

- Comparar los resultados obtenidos en el pre y post test aplicado a los estudiantes que conformaron la población de estudio para demostrar la efectividad del programa diseñado y aplicado.

La investigación se desarrolló, porque en la actualidad las habilidades sociales y la conducta asertiva se han venido manifestando negativamente desde hace ya varias décadas en los estudiantes de educación secundaria.

Una de las partes más importantes de nuestra vida son las relaciones sociales, manifestándose en cada una de las cosas que hacemos cotidianamente estamos relacionándonos con los demás, y la manera en que lo hacemos permite que estas relaciones se fortalezcan o se entorpezcan.

Raramente en la vida, los individuos van a poder escapar de los efectos de las relaciones sociales, ya sea en su lugar de trabajo, de estudios, con los amigos e incluso dentro de la propia familia, lo cual hace necesario que desarrollen habilidades sociales.

Entendiéndose éstas, como aquellos repertorios conductuales en el individuo que le posibilitan una interacción con una alta probabilidad de reforzamiento en una amplia variedad de circunstancias.

Al respecto, Caballo (1987) menciona que:

La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. (p 3-4)

Este programa ha beneficiado a todos los agentes de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau”, a los padres de familia para que eduquen a los adolescentes en el correcto ejercicio de su asertividad, a los profesores y autoridades educativas, a quienes se les ha proporcionado recursos didácticos y de contenido específico relacionados con la educación de la asertividad y sobre todo a los adolescentes, quienes se encuentran en proceso de formación de su asertividad, quienes han participado activamente en este proceso para desarrollar esta habilidad social tan necesaria para el desarrollo integral de su personalidad, logrando, de esta manera, el fin de la educación: desarrollo bio- psico-social-espiritual de la persona.

Por lo tanto, el trabajo de investigación se realizó para mejorar el comportamiento asertivo de los estudiantes y puedan expresar sus sentimientos, necesidades y opiniones, respetando los derechos de los demás, sin humillar ni infravalorar al otro, aunque no comparta su criterio. También se ejecutó el estudio para mejorar la conducta no verbal, tales como la mirada, la expresión facial, la postura corporal, el tono de voz, acompañando a la expresión verbal. En definitiva, esta investigación fue importante porque ayudó a los estudiantes a mejorar su asertividad como una conducta social necesaria para el desarrollo personal y social de los seres humanos.

I. MARCO TEÓRICO

El marco teórico de nuestra investigación tal como lo sugiere Bernal (2010) inicia con un marco filosófico-antropológico, donde se precisa la concepción de persona que tenemos en el estudio. Asimismo, damos a conocer los antecedentes de estudio y las bases teóricas-científicas que sirve de base para la discusión de los resultados.

1.1. Marco filosófico-antropológico

La concepción de persona que guía nuestro estudio de investigación, desde una postura clásica y tomada por la filosofía escolástica, es la sustancia individual de naturaleza racional (García, 2014). Es decir, se define a la persona como aquella que subsiste en los respectivos cambios, pues no deja de ser persona aunque cambien sus accidentes o aspectos físicos, incluso si actúa bien o mal; se le considera como única e irrepetible, distinta de otros, con capacidades y habilidades diferentes; y además con naturaleza racional, que se especifica en su facultad intelectual y volitiva que lo hace superior a cualquier especie de la biodiversidad.

Estas características hace ver su dignidad, su singularidad y libertad. Dignidad porque vale más que todo, es muy importante, pues nada puede estar por encima de ella, solo Dios; singularidad, porque es incomparable e irrepetible, única y distinta de sus semejantes; libre, por sus facultades superiores: inteligencia y voluntad, para poder elegir lo mejor que le conviene a su perfeccionamiento.

Actualmente, los personalistas a partir de la concepción clásica añaden que la persona es también apertura a los demás (medio, las personas y Dios). Es decir, la persona, según lo dice Burgos (2010):

No es un ser encerrado en sí mismo, sino abierto, que necesita trascender y salir de sí para desarrollarse con plenitud. Todos los hombres necesitan salir de sí y hacerse don para los otros, si quieren realizarse, y lo hacen fundamentalmente a través de sus capacidades y facultades más elevadas y espirituales: afectividad, la inteligencia y la libertad. (p. 17)

Del mismo modo, Yepes y Aranguren (2001) señala que la persona “es apertura al tú y a los otros. Las relaciones interpersonales constituyen el verdadero escenario de la existencia humana”. Es decir, lo autores hacen énfasis que la persona es don para los otros, es fundamentalmente diálogo; es un yo que se abre a un tú, no puede vivir solo. Por eso que, se ha dicho desde la experiencia y la teoría que persona que se aísla y no sabe comunicarse con los demás, aunque tenga todas sus características que lo distinguen como alguien semejante a Dios y los demás, no logra planificarse o desarrollarse.

Por lo tanto, en este trabajo de investigación desde una concepción clásica, escolástica y personalista, definimos a la persona o estudiantes como alguien con dignidad, singularidad, libertad y fundamentalmente como apertura, que se expresa en el diálogo libre, donativo, entregándolo todo por amor y para seguir amando.

1.2. Antecedentes de estudio

Existen algunos estudios previos sobre la medición de la asertividad en adolescentes y jóvenes. Estos trabajos de investigación han servido para observar el estado del arte de la variable dependiente y su relación con nuestro estudio. Los antecedentes son principales tesis de grado y pos grado y artículos científicos.

Arévalo y Tanguila (2018) en su tesis denominada *Asertividad y manejo de conflictos en los estudiantes de la Unidad Educativa "Fernando Daquilema"*. Riobamba. Octubre 2017 – marzo 2018 tuvo como propósito determinar la asertividad y su relación con el manejo de conflictos tiene por finalidad determinar la asertividad y su relación con el manejo de conflictos, obteniendo como conclusión que la asertividad indirecta es la que más predomina en los estudiantes, pues los estudiantes tienen una conducta adecuada para resolver sus conflictos de manera directa aunque en algunas ocasiones pasan por encima de sus compañeros para hacer valer solo sus opiniones; y las estrategias de afrontamiento que se observa es el esfuerzo y búsqueda del éxito, orientados a alcanzar un solo objetivo y si existe conflictos buscan solucionar sin dañar a nadie con tranquilidad y armonía. Y finalmente el autor señala que no hay una relación significativa entre asertividad y manejo de conflicto ya que en la etapa de la adolescencia existen muchos cambios donde no orientan adecuadamente la asertividad y por ende no pueden solucionar los conflictos que presentan en los contextos donde se desenvuelve.

Este estudio diagnóstico, se relaciona con nuestro trabajo de investigación. Pues permitió saber la situación problemática de los estudiantes en relación al desarrollo de la asertividad y el manejo de conflictos, de modo que nos sirvió para identificar la situación problemática y discusión de resultados.

Zuñiga (2016) en su tesis titulada *Asertividad y consumo de alcohol en adolescentes de 15 a 16 años del Colegio Nacional Mariano Benítez del Cantón San Pedro de Pelileo*, está de acuerdo con otros estudios que el desarrollo de la asertividad previene el consumo de drogas, pues ayuda al diálogo de pensamientos, ideas, emociones, solución de problemas y defensa de los derechos de sus semejantes. No obstante, sostiene que el consumo de alcohol en adolescentes está

relacionado con la falta de la conducta asertiva, bien sea porque no se practica en familia, de manera personal o no se ha resuelto los conflictos.

Este estudio está relacionado con nuestro trabajo de investigación, ya que también el autor ha realizado un diagnóstico buscando la relación entre consumo de drogas y falta de asertividad, identificando la problemática sobre la ausencia de esta habilidad social. En este sentido, el estudio permitió identificar la problemática de nuestro estudio y discutir los resultados del primer objetivo específico de nuestro estudio.

Coromac (2014) en su tesis denominada *estrategias de asertividad como herramienta para la transformación del conflicto en el aula*, obtuvo como resultado que los “docentes conocen y utilizan estrategias de asertividad ante situaciones de conflicto; éstas se multiplican a los estudiantes, quienes podrán mediar conflictos entre pares y en otros ámbitos, utilizándolas como base y propiciando la convivencia pacífica y transformación de conflictos” (p. 9). Y además recomienda fortalecer la asertividad continuamente utilizando su guía propuesta; ya que considera que se puede aprender y desarrollar.

El trabajo de investigación se relaciona con nuestro estudio, porque sirvió de base para poder diseñar y aplicar un programa educativo con estrategias adecuadas para formar y promover el desarrollo de la asertividad. Por lo tanto, este antecedente resultó ser de gran utilidad para la implementación del programa.

Trujillo (2014) en su tesis denominada *La técnica del clown para mejorar la asertividad de las estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de educación inicial de la universidad privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo* realizó un estudio de diseño cuasiexperimental con una muestra de 60 estudiantes para grupo control y experimental. Este trabajo tuvo por objetivo general “determinar si la aplicación de un taller de clown mejora de manera significativa la asertividad de las estudiantes del II ciclo de la Carrera Profesional de Educación Inicial” (p. 4). Los resultados son alentadores ya que la gran mayoría de estudiantes del grupo experimental (70%) utilizando la técnica llegó a tener un nivel asertivo, diferenciándose del grupo control que alcanzó un 26,7%. Estas conclusiones nos demuestran que la aplicación de estrategias se logra educar la asertividad de los estudiantes.

Este trabajo de investigación se relacionó con nuestro estudio, ya que también nosotros hemos utilizado el pre y pos test para medir la incidencia de la aplicación de un programa. Por lo tanto, este estudio nos ha servido para la discusión de los resultados.

Cabrera (2013) en su tesis titulada *Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil* señala que los participantes de la muestra tienen en su mayoría un nivel bajo de asertividad, sin embargo, se encontró con un número significativo de ellos que posee un nivel aceptable; de manera que, es importante destacar que este grupo de adolescentes, no manifiestan siempre conductas desadaptativas, sino que existen momentos de interrelación social en donde pueden dirigir su comportamiento asertivamente, lo cual depende enteramente de la motivación que sientan en sus diferentes entornos.

Este estudio se relaciona con nuestro trabajo de investigación en el sentido que también hemos realizado un diagnóstico a través del pre test para poder medir el nivel de asertividad que tienen los adolescentes antes de aplicación de programa. De modo que, el trabajo nos sirvió para poder discutir resultados encontrados en relación al primer objetivo específico de nuestro estudio.

Cardozo, Dubini, Fantino, Ardiles (2009) en su artículo titulado *Conducta asertiva en jóvenes: Una estrategia en promoción de la salud* presenta “una propuesta de promoción de la asertividad en adolescentes, desde el enfoque de Habilidades para la Vida, en el ámbito escolar” (p. 268). Estos investigadores prepararon 10 talleres de 80 minutos por semana, trabajando con 65 estudiantes entre varones y mujeres del tercer grado de una institución pública. Los propósitos de la investigación fueron identificar los estilos de comunicación pasivo, agresivo y asertivo en las diferentes interacciones verbales y no verbales, y fortalecer a los estudiantes en habilidades para negarse asertivamente a propuestas o pedidos en que ellos no están de acuerdo. Los resultados muestran que los estudiantes que están envueltos en ambientes de presión y situaciones de comunicación interactiva de modalidad agresiva, que algunas veces se da de manera natural. En este contexto, los autores proponen el fomento de la asertividad como estrategia para que los alumnos desarrollen competencias para afrontar situaciones problemáticas en que se enfrentan.

El estudio es muy importante ya que guarda una relación estrecha con nuestro trabajo de investigación. Es decir, nos ha servido para poder diseñar y aplicar un programa educativo en la búsqueda de la promoción de la asertividad y también en la discusión de resultados.

Ayala, M., Castillo, N. y Hernández, E. (2008) en su tesis denominada *Intervención psicoeducativa: una propuesta para fomentar la asertividad en adolescentes de 1er. Grado de Secundaria* diseñaron y aplicaron un programa de intervención psicoeducativa de asertividad de 15 sesiones para promover la asertividad de los estudiantes, cuyos temas impartidos fueron:

concepto, característica, relaciones y soluciones asertivas y comunicación. Los resultados demuestran la efectividad del programa en el incremento del nivel de asertividad y en el aprendizaje colaborativo, “pues los adolescentes presentaron mayor seguridad al participar, se condujeron con respeto y cooperaron de forma significativa” (p. 4).

Este antecedente de estudio fue muy relevante para nuestro trabajo de investigación. Es decir, nos ha servido para poder diseñar y aplicar un programa educativo para poder promover y educar la asertividad de los estudiantes adolescentes del quinto grado de secundaria.

1.3. Base teórica conceptual

1.3.1. Asertividad

1.3.1.1. ¿Qué es la asertividad?

La palabra asertividad viene del latín *asserere* o *assertum*, significando afirmar o defender. En este sentido, algunos autores lo han definido como una capacidad de autoafirmación de la personalidad, confiando en sí mismo, con autoestima, prudencia, comunicación segura y eficiente para manifestar los pensamientos de modo amable abierto, sincero adecuado y directo, consiguiendo afirmar lo que se quiere si ir en contra de los demás, demostrando un respeto en sí mismo y sus semejantes (Rodríguez & Serralde, 1990, Cañizares, 2017, Higuera, 2013, citado en Arévalo y Tanguila, 2018).

Llacuna y Pujol (2004) definen la asertividad “como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás” (p.1). Es decir, es una manera de dialogar adecuadamente en cualquier situación o contexto siendo directos, expresivos y honestos.

Por su parte, Castanyer (2013) señala que la asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. Pues el autor hace énfasis en lo que ya vienen diciendo muchos autores que es una forma de comunicarse con los demás de manera segura y directa sin faltar el respeto a los demás.

La asertividad es “la capacidad para expresar comunicaciones, sentimientos y creencias en una manera directa, honesta y que no viole los derechos de las otras personas. Este tipo de comportamiento se diferencia del agresivo ya que en éste último se violan los derechos del otro y se distingue del pasivo pues, en este caso, se permite la violación de los derechos propios” (Lange y Jakubowski 1980, citado en Vásquez, 2005, p. 6).

También Anguiano (2004) define la asertividad como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva.

En consecuencia, la asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. Por eso, se considera un ámbito de las habilidades sociales y personales (Hidalgo y Abarca, 1990), que nos permite expresar nuestros sentimientos, deseos, opiniones y pensamientos, en el momento propicio, de la forma correcta y sin negar ni ofender los derechos de los demás.

En este sentido, ser asertivo implica tener un control de las emociones, ante diversas situaciones. La asertividad por tanto juega un papel fundamental en el manejo de sus habilidades sociales en contextos y situaciones donde se tiene que exponer opiniones, sentimientos, formas de pensar y de relacionarse.

1.3.1.2. Dimensiones de la asertividad

La asertividad, según lo dice, Caballo (s/f) citando a Galassi, Delo, Galassi y Bastien (1974) tiene tres dimensiones: asertividad positiva, asertividad negativa y autonegación. No obstante, según el autor, no existen un solo grupo de dimensiones que se hayan establecido de manera definitiva para medir la asertividad.

A) Asertividad positiva

“Consiste en la expresión de sentimientos de amor, afecto, admiración, aprobación y estar de acuerdo” (Galassi, Delo, Galassi y Bastien, 1974 citados en Caballo, s/f, p.56). Esta conducta se observa en una persona con conducta asertiva, que es nivel deseable al que deben llegar cualquier persona con una adecuada formación.

Esta dimensión, se expresa en una conducta asertiva o socialmente hábil, que según Morera y Pujol (2004) “implica firmeza para utilizar los derechos, expresar los pensamientos, sentimientos y creencias de un modo directo, honesto y apropiado sin violar los derechos de los demás” (p.1). Del mismo modo, Arévalo y Tanguila (2018) citando a Flores y Díaz, 2002, señala que “la conducta asertiva es cuando una persona posee la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones de una manera honesta, oportuna y respetuosa” (p.7). Y Castanyer (2013) dice que “las personas asertivas conocen sus propios

derechos y los defienden, respetando a los demás, es decir, no van a "ganar", sino a "llegar a un acuerdo" (p. 18). Esto involucra dialogar respetando los propios derechos y de los demás.

Por lo dicho anteriormente, la asertividad positiva es la que se debe fomentar en los centros educativos, de esta manera podremos tener personas firmes que se comunican adecuadamente, con prudencia, respeto, honestidad, libertad, defendiendo su propios derechos sin ir por encima de los derechos de los demás. No obstante, jamás tendremos la persona que reúna todas las características de la asertividad, porque no somos perfectos, pero podemos acercarnos a un nivel máximo posible.

a) Características de una persona asertiva

Castanyer (1997) citando en Ayala, Catillo y Hernández (2008) sostiene que una persona asertiva con escucha activa presenta las siguientes características: en cuanto a su comportamiento externo, hablan directamente con seguridad, sin bloqueos o muletillas, expresa sentimientos positivos y negativos, sus gustos e intereses, se defiende sin agresión, es honesto, sabe decir no y acepta sus errores. Asimismo, desde sus patrones de pensamiento, sabe sus derechos y de los demás, y sus convicciones son racionales. Y en relación a su afectividad, tienen buena autoestima, se respetan y siente que controlan sus sentimientos.

Para Colina (2011) citado en Zuñiga (2016), las personas asertivas tiene las siguientes características: expresan adecuadamente su pensamiento y sentimiento en el momento y lugar preciso, es consciente de sus necesidades, prioriza y ordena sus expectativas sin vulnera a los demás; es autónomos y autosuficiente, capaz de comunicar algo en primera persona, permitiendo el diálogo de los otros y no impone sus ideas respetando el de las demás; se plantea objetivos realistas y realizables; evalúa sus erros responsabilizándose de los mismo; y sabe pedir, servir y acepta disculpas. En otras palabras "es aquella conducta que permite a la persona expresar adecuadamente oposición y afecto de acuerdo a sus intereses y objetivos, respetando el derecho de los otros e intentando alcanzar la meta propuesta" (Riso, 2002, p, 22).

Cómo se puede observar, las características en los autores descritos son similares. Por eso podemos decir en este apartado que la conducta asertiva se observa en expresarse y escuchar adecuadamente, piensa en positivo y trata de evitar sentimientos negativos, se respeta y respeta los derechos de los demás, sabe aceptar sus errores, pide y acepta disculpas.

b) Derechos de la persona asertiva

La persona por el mismo hecho de serlo tiene derecho a expresar sus ideas y emociones de modo firme, directo, sincero, libre, etc. Es decir, de manera asertiva, asegurando una

convivencia pacífica y solucionando sus conflictos de modo adecuado. En este sentido, la persona tiene derechos de asertividad fundamentales que le dan buenos resultados al momento de interactuar con los demás. Estos derechos son señalados por Castanyer (2011) citado en Arévalo y Tanguila (2018):

El derecho a ser tratado con respeto y dignidad. El derecho a expresar los propios sentimientos y opiniones. El derecho a ser tomado en serio y escuchado. El derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones. El derecho a decir NO sin sentir culpa. El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta de que también mi interlocutor tiene derecho a decir NO. El derecho a cambiar mis pensamientos y sentimientos. El derecho a cometer errores. El derecho a pedir información y ser informado. El derecho a obtener aquello por lo que pagué. El derecho a decidir no ser asertivo. El derecho a ser independiente. El derecho a decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc., mientras no se violen los derechos de otras personas. El derecho a tener éxito. El derecho a gozar y disfrutar. El derecho a mi descanso y aislamiento, siendo asertivo. El derecho a superarme, aun superando a los demás. (p. 9)

c) Estrategias para ser asertivo

La persona no nace asertiva, sino que va aprendiendo a lo largo de su vida. Según Castanyer (2013) existen unas técnicas para ser más asertivo: interna (automensajes, disminución de ansiedad, reestructuración cognitiva) y las externas (conductas de afrontamiento asertivo). Entre las principales tenemos.

Respuestas asertivas: Elemental: Expresión simple de los propios intereses y derechos. Positiva: Expresión adecuada de lo bueno y valioso de las otras personas. Empática: Planteamiento inicial que transmite el reconocimiento a la otra persona y posterior sobre nuestros derechos e intereses.

Técnicas para discutir: Técnica del disco roto: Consiste en repetir el propio punto de vista una y otra vez, con tranquilidad, sin entrar en discusiones. Banco de niebla: Consiste en dar la razón a la persona en lo que se considere puede haber cierto en sus críticas, pero negándose a la vez. Aplazamiento asertivo: Es útil para personas indecisas y que no tienen una respuesta rápida, que consiste en aplazar la respuesta que vayamos a dar a la persona que nos ha criticado. Técnica para procesar el cambio: No suscita agresividad en la otra persona ni incita a nadie a defenderse, consiste en desplazar la discusión hacia el análisis

de lo que está ocurriendo. Técnica de la pregunta asertiva: Consiste en darle vuelta a la crítica que nos están haciendo y tomar como algo útil de lo que podemos aprender sin importar que haya sido emitida con buena o mala intención. (Arévalo, y Tanguila, 2018, p. 10)

B) Asertividad negativa

“Incluye las expresiones de sentimientos justificados de ira, desacuerdos, insatisfacción y aburrimiento” (Galassi, Delo, Galassi y Bastien, 1974 citados en Caballo, s/f, p.56). Es decir, estas conductas se observan en una persona con un estilo de conducta agresivo. Este tipo de conducta según Arévalo y Tanguila (2018) citando a Cruz (2014) “Se caracteriza por defender los propios sentimientos por encima del resto de las personas, la finalidad de este estilo es la de conseguir los propios objetivos aterrizando a los otros” (p.6). Es decir, se trata de una persona que no puede enfrentarse directamente a sus semejantes para expresar sus necesidades, sentimientos u opiniones; por el contrario manifiesta su hostilidad hacia los derechos de los demás mediante pensamientos, creencias y sentimientos, de manera permanente, inadecuada y deshonestas.

Las personas con conducta agresiva, como se puede observar defienden “en exceso los derechos e intereses personales, sin tener en cuenta los de los demás: a veces, no los tiene realmente en cuenta, otras, carece de habilidades para afrontar ciertas situaciones” (Castanyer, 2013, p. 13). Es decir, las personas con este estilo buscan la “defensa de los derechos personales y expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de una manera inapropiada e impositiva y que transgrede los derechos de las otras personas (Llacuna y Pujol, 2004, p. 2).

La conducta agresiva, no es un nivel deseable para una persona. Estas conductas que son verbales y no verbales, y que pisotean los derechos de los demás impiden las sanas interrelaciones entre pares de estudiantes. En este sentido, es una oportunidad para que los centros educativos utilizando las distintas estrategias educativas puedan superarlo y llegar hacia un nivel asertivo.

a) Características de una persona negativa o agresiva

La conducta de una persona agresiva presenta las siguientes características: expresa sus sentimientos, deseos, pensamientos y necesidades por encima de los demás, sin considerar que los está hiriendo; defiende a toda costa sus derechos, no le importa el de los demás, siempre quiere dominar y por eso humilla sobre todo a las personas pasivas.

Marín y Hernández (2017) citando a Vinyamata (2011) y Caballo (2000) sostiene que la conducta agresiva se observa, en la ambición, en la mentira, en la interpretación errónea de las palabras, insolidaridad, en los insultos verbales (forma directa), burlándose de los demás o hablando desfavorablemente de alguien (forma indirecta), agrediendo para obtener victoria y humillando a los demás.

Las personas agresivas nunca caen bien a los demás, lleva a que estas se distancien, se disgusten y eviten su presencia; lo que va generando frustración, baja autoestima, amargura y soledad. De ahí la necesidad ir promoviendo una conducta asertiva.

C) Autonegación

“Incluye un excesivo disculparse, excesiva ansiedad interpersonal y exagerado interés por los sentimientos de los otros” (Galassi, Delo, Galassi y Bastien, 1974 citados en Caballo, s/f, p.56). Es decir, este tipo de comunicación se expresa en una persona no asertiva o pasiva. Estas no son capaces de defender sus intereses o derechos, respetan, pero no a sí mismos (Castanyer, 2013). Este mismo autor sostiene que la persona pasiva presenta baja autoestima, hace sentir culpables o superiores a los demás, tienen problemas de salud física, inesperadas descargas de agresividad no controlados, inseguridad para saber qué hacer, sienten que deben agradarle a todo el mundo, piensan que son personas sacrificadas, sensación de ser incomprendidos, entre otras actitudes.

La auto negación se evidencia en el estilo de conducta pasiva, que según Zuñiga (2016) citando a Llacuna y Pujol (2004):

Se basa principalmente en actitudes que permiten o dan paso a la transgresión de los Derechos propios sea esto por incapacidad comunicativa, por una ineficiente expresión de sus pensamientos y sentimientos de una manera abierta. Generalmente estas personas pocas veces se sentirán satisfechas en lo referente a sus necesidades por lo que experimenta altos niveles de frustración. Estos sujetos que se ubican con este tipo de conducta suelen ser contruidos a partir de una imagen pobre y baja autoestima (p. 20).

Por lo tanto, evidenciándose la problemática en torno a este tipo de conducta no deseado ni querida en las personas se hace evidente proponer, diseñar y aplicar medios de solución educativa para superar el problema. Es decir, es tarea de los educadores empezando por la familia propiciar los medios idóneos para que la persona pueda expresar y actuar de acuerdo a lo que es, persona valiosa, hijo(a) de Dios, con capacidades y habilidades únicas que los hace irrepetible, incomparable e importante.

a) Características de una persona pasiva

Villagrán (2014) sostiene que la persona no asertiva o pasiva presenta las siguientes características: en cuanto a su comportamiento externo, son personas que hablan bajo y poco fluido, son nerviosas y tartamudean, mirada baja y se quejan a terceros, se mantienen siempre en silencio; en cuanto a sus patrones de pensamiento, piensan que las emociones de los demás son más importantes, que son incomprendidos, manipulados; en cuanto a sus sentimientos y emociones sienten impotencia para expresar aquello que les produce malestar, invierten mucho tiempo para pensar en cómo hacer que los demás no noten sus emociones, sufren sentimientos de culpabilidad, autoestima baja, ansiedad y frustración.

Asimismo, este tipo de conducta implica como dice Caballo (2000) citado en Marín y Hernández (2017):

La violación de los propios derechos y la no expresión de los mismos, así como de los sentimientos, pensamientos y opiniones propias. El objetivo de las personas que muestran esta conducta suele ser la evasión de conflictos. Además, se autoevalúan negativamente, suelen tener miedo y les resulta difícil decir “no”. En definitiva, son personas pasivas. (p. 621)

Las personas que presentan estas características no se desarrollan plenamente, no son vivos modelos para los demás, son siempre vulneradas y atropellados sus derechos, son incapaces de expresar sus sentimientos y emociones, llevan consigo una bomba de tiempo que explotará en algún momento trayendo dolor y sufrimiento en sí y en los demás.

1.3.1.3. ¿Cómo medir la asertividad?

Existen diversas etapas para medir la conducta asertiva, donde se puede identificar diversos factores que sirven como medios para calcular la asertividad. Parafraseando a Mendoza (2008) existen tres subescalas para evaluar la variable dependiente de nuestro estudio de investigación. Estas escalas son presentadas por Flores y Díaz (1995) citado en Mendoza (2008).

A) Escala pasiva o indirecta

En este factor, la persona que obtenga puntuaciones arriba del promedio significa que no es hábil para comunicarse abiertamente. Es decir, le es muy difícil expresarse abiertamente con gente distinta. No obstante, como se ve en la necesidad de expresar sus ideas, sentimientos, intereses, peticiones, busca medios indirectos, como las cartas, celular, redes sociales. Pero, de

acuerdo a los autores estudiados “si los individuos obtuvieran puntuaciones por debajo de la media se señala que son capaces de expresarse, por lo que no necesitan hacerlo de manera indirecta” (Flores y Díaz, 1995 citado en Mendoza, 2008).

B) Escala no asertiva

En esta escala están las personas no asertivas, porque obtienen promedios por encima de la media, pues son incapaces para manifestar sus opiniones, deseos, pensamientos, sentimientos, deseos, anhelos, etc. Pero si obtuvieran “puntuaciones por debajo de la media indican que son personas que carecen de este tipo de problema en sus relaciones interpersonales (Flores y Díaz, 1995 citado en Mendoza, 2008).

C) Escala de la asertividad

En esta escala se ubican las personas asertivas, porque obtienen puntuaciones por encima del promedio. En este sentido, se afirma que son capaces de expresar directamente sin temor, con toda libertad, honestidad, responsabilidad, sus pensamientos, sentimientos, limitaciones, intereses, pedidos, con respeto de sí mismo y de los demás. No obstante “sí obtuviera puntuaciones por debajo de la media indicaría que tiene problemas para poder expresarse durante sus relaciones interpersonales” (Flores y Díaz, 1995 citado en Mendoza, 2008). En definitiva en esta escala se ubican las personas hábiles socialmente.

En base a lo afirmado por estos autores, Núñez (2010) ha propuesto unas escalas de puntuación para medir la asertividad de cualquier muestra de estudio. Tal como lo presentamos a continuación.

Cuadro 1: Escalas de puntuación para medir la asertividad

Escala de puntuación	Nivel de asertividad
20-25	Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.
26-35	Si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más.
36-50	Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.
51-80	Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.

Fuente: Núñez (2010). La asertividad, p.159.

1.3.1.4. Educación de la asertividad

A) Ámbitos educativos para fomentar la asertividad

Según lo propone Mendoza (2008) existen tres contextos educativos donde se tiene que iniciar el desarrollo de la asertividad como habilidad social que permita a la persona expresarse con autoafirmación. El primero es la familia, como primer maestro de sociedad, sin ella la persona queda inhabilitada socialmente. El segundo agente educativo es el contexto escolar, jugando un rol importante los maestros con su director, quienes proponen y aplican las mejores estrategias para fomentar el desarrollo de habilidades sociales con la asertividad, pues es de notar que en la escuela el mundo social del estudiantes se amplía. Y por último tenemos el grupo de pares, nos referimos a los amigos, compañeros, instituciones y los otros medios donde se desenvuelve el alumno, pues en este contexto estos, aprenden normas y etiquetas sociales positivas o negativas, comportamientos correctos e incorrectos.

Por todo lo dicho anteriormente, la familia, los docentes y ambiente donde se desenvuelve el estudiante, juegan un papel fundamental para fomentar la asertividad de los estudiantes. No obstante, la Institución educativa juega un rol fundamental para promover las habilidades sociales de los estudiantes.

B) Asertividad escolar

La asertividad como cualquier habilidad es capaz de ser aprendida, mejorada y practicada. Y puede entrenarse en el trabajo de aula y el ambiente institucional que viven los que conforman la comunidad educativa.

Los diferentes estudiantes que conviven en la institución educativa presentan los tres estilos de conducta, que hemos ido describiendo en las dimensiones de la asertividad. Están los alumnos con conducta pasiva no asertivo, que se caracteriza por una escasa expresión en el aula y puede ser un obstáculo para aprender procesos cognitivos y lograr el aprendizaje; asimismo observamos el de conducta agresivo, que se caracteriza por imponerse y atropellar el autoconcepto y derechos de los demás; y el estilo asertivo, que se caracteriza por ser expresivo de modo adecuado, directo, con respeto en sí mismo y los demás, inclusión, humildad, etc. (Mendoza, 2008).

Por las consecuencias positivas de la conducta asertiva se puede deducir que es un aspecto básico dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje. En este sentido, toda institución educativa debe responder a las necesidades formativas que inciden positivamente en el comportamiento escolar y contextual de los estudiantes; una de ellas, es la de ser asertivos, pues cuando esta conducta no se desarrolla a una escala adecuada, da origen a sentimientos de fracaso e insatisfacción, de ahí, la necesidad de incentivar en el ámbito escolar habilidades sociales y personales para poder interactuar idóneamente con los otros sin ver vulnerados sus derechos (Ballenato, 2006 citado en Mendoza, 2008).

1.3.2. Cine fórum

1.3.2.1.El cine fórum

A lo largo de la historia, el ser humano ha sentido la inquietud de dejar testimonio de su existencia; de atesorar en imágenes personas y momentos lo que percibe, siente y ha formado en su interior, en fin, siempre ha existido esa imperiosa necesidad por dejar huella.

Así lo sostiene Bravo (2010)

Actividad pedagógica de grupo que, apoyándose en el cine como eje, persigue, a partir del establecimiento de una dinámica interactiva de los participantes, descubrir, vivenciar y reflexionar sobre las realidades y valores que persisten en el grupo o en la sociedad (p.2).

Para Gonzáles (1980, citado por Calopiña, 2007, p.82) también manifiesta que el cine fórum es:

Una actividad grupal en la que a partir del lenguaje cinematográfico o el cine, y a través de una dinámica interactiva o de comunicación entre sus participantes, se pretende llegar al descubrimiento, la interiorización y la vivencia de unas realidades y actitudes latentes en el grupo o proyectadas en la sociedad.

Por ello Bravo (2010) manifiesta que “al cine-fórum se debe considerar como una experiencia educativa muy atractiva que, con una planificación y estructuración pedagógica adecuadas, puede colaborar de manera eficaz a la consecución de una enseñanza más activa y dinámica” (p.11).

1.3.2.2. Objetivo del cine fórum

Con respecto al objetivo del cine fórum el Centro Psicológico (2019, p.1) manifiesta que:

-Es completar esta experiencia individual mediante el diálogo enriquecedor, estimulando la expresión de las emociones suscitadas y las ideas sugeridas.

-Enseña a ver las películas como algo más que un mero producto de ocio y consumo; es decir, generar hábitos de observación, reflexión, análisis, comprensión, síntesis, relación e interpretación.

-El cine fórum complementa y profundiza en temas de profundo calado humano. -Anima a la discusión y ayuda a la comprensión de los contenidos.

-Contribuye a la formación general mediante la obtención de valores, habilidades, actitudes (...) y conocimientos. (...)

-Ayuda a observar los asuntos desde diferentes perspectivas y descubre la riqueza de las culturas diferentes a la propia. (...)

Continuando con los objetivos del cine fórum, según edualter.org (2019) dentro de los objetivos se encuentran los siguientes:

Potenciar la capacidad de reflexión y de análisis de lo que se ve. Fomentar la empatía. Favorecer la comunicación a través del diálogo y el debate. Reflexionar sobre los estereotipos relacionados con los roles de género. Proporcionar modelos alternativos a la masculinidad tradicional asociada al uso y ostentación del poder y la violencia, y a la feminidad tradicional asociada a la sumisión al mundo masculino y la debilidad. (p.1)

1.3.2.3. Fases del cine fórum

Dentro de las diversas fases del Cine fórum, indicaremos algunos autores, tales como:

Alonso y Pereira, (2000, citado por Napola, s.f.) mencionan etapas como:

-Etapa de planificación, ver el tema de interés.

-Etapa de ambientación: se prepara un cuestionario para ver los conocimientos previos de los estudiantes sobre la película. Esta parte motivará a los alumnos y de este modo se podrá dirigir el film.

-Etapa de visualización de la película: El docente revisa algún cuestionario que dará a los estudiantes para mantener su atención y adquirir información de interés.

-Etapa de profundización y síntesis: El docente solicita la opinión de los estudiantes, para que a través de un debate trabajado en grupo, expresen en comunidad lo que respondieron en el cuestionario que se brindó durante la proyección del film.

-Etapa de evaluación: Se ve la importancia o valor que manifiesta el grupo a través de un cuestionario o conversatorio de discusión con la finalidad de mejorar la actividad desarrollada.

Para muchos autores dentro de las fases del desarrollo del cine fórum está la planificación didáctica, luego está la implementación del cine fórum, cuyos pasos son:

1- La selección del films el cual debe guardar relación con los objetivos que se propone. Debe contar con la disponibilidad, es decir que sea actual y accesible. Debe tener un idioma fácil de entender.

2- Formato de película: tener una buena producción con buena imagen y buen sonido.

3- Relación de la película con los objetivos docentes: el film debe estar acorde con el contenido y objetivos.

4-Métodos de visualización: Debe ser íntegra y colectiva, es decir si se quiere algunas partes específicas del film, deberá seleccionarse con anticipación

5. Elaboración de material didáctico: Se utilizará con la finalidad de recoger lo que ha planificado el docente y para ello se propone: a-Encuestas en relación a los objetivos del cine fórum. b- Fichas técnicas de la película que contenga los datos más resaltantes de la misma, es decir la Sinopsis. c. Ficha didáctica para el docente,

se hace una estructura pedagógica. d. Actividades a desarrollar con los alumnos. Se propone un trabajo individual a través de una guía de reflexión. Tener en cuenta los objetivos didácticos de la película. Luego se discute en grupo, a partir reflexiones por parte de los alumnos.

6. Fases del cine-fórum:

a. Apertura: se presenta experiencias previas, los objetivos del docente, la ficha técnica de la película. Luego una sinopsis.

b. Encuesta de conocimiento referente a los objetivos.

c. Proyección de la película.

d. Trabajo de los alumnos: se ve el planteamiento y desarrollo de la guía de reflexión de la película. (Padilla, Collados y Alcaraz, 2006, p. 2-3)

Asimismo, Bravo (2010) da a conocer las siguientes fases:

-Apertura. El cine fórum comenzará con una presentación general, para seguidamente preguntar al alumno sobre sus intereses en relación a la película mediante la encuesta (...)

-Exposición. (...) explicar una serie de normas necesarias con las que se intenta conseguir el buen funcionamiento y desarrollo del resto de actividades.

-Proyección del film. (...) condiciones ambientales adecuadas.

-Trabajo del alumnado, se inicia con el planteamiento y puesta en práctica de las tareas de carácter más individual planteadas en la guía de análisis de la película.

-Discusión grupal. Tendrá lugar siguiendo el modelo de la ficha didáctica del profesorado basado en preguntas para la reflexión a partir de secuencias del film.

-Evaluación. (...) llevar a cabo un análisis de todo el proceso. (...). (p. 1-10)

1.3.2.4. Didáctica del cine fórum

La didáctica como dicen Muñoz y Morales (2014):

Sugiere una serie de normas, encaminadas a un comportamiento didáctico reflexivo, en donde el estudiante es quien aprende, a través de la orientación y pautas que le da el docente, para que el estudiante alcance ciertas metas o logros en su proceso de formación. (p.61)

Destacando la importancia del cine en la didáctica, Morduchowicz (2002, citado por Muñoz y Morales, 2014) dicen que “el cine en particular, tienen en la sociedad actual un gran poder de comunicación y de influencia que va más allá de lo que podamos imaginar” (p.63).

Hernández (2000, citado por Muñoz y Morales, 2014) considera que el cine “nos ofrece el mundo real a través de la ficción (...) es un potente transmisor de valores y modelos de todo tipo (...) además su capacidad de generar procesos de identificación nos hace permeables a su intencionalidad” (p.63).

Para De la Torre (1996, citado por Muñoz y Morales, 2014):

Las películas son como un mosaico de comportamientos humanos, (...) una exposición de mensajes que cada uno trata de interpretar en función de lo que conoce o quiere encontrar. El cine nos habla de conocimientos y de emociones, de sentimientos y pasiones, de ilusiones y valores; pero sobre todo nos hace recapacitar y sentir, observar e imaginar, compartir y soñar. (p.63)

De ahí que Collis y Morcillo (2006, citado por Muñoz y Morales, 2014) “el cine forma parte de nuestro itinerario sentimental y de nuestra formación intelectual por su naturaleza artística y su trascendencia socio-cultural, y es sorprendente que aún mantenga su condición de invitado ocasional en el entorno educativo” (p.63-64).

Por otro lado Chaparro (2011 citado por Muñoz y Morales, 2014), “defiende el carácter formativo del cine, ya que (...) generan un ambiente o entorno de enseñanza y aprendizaje que nace de las metodologías participativas y activas dentro (...) de un trabajo colaborativo con una perspectiva global e interdisciplinar” (p.64).

Como dirían Buitrago y Camacho (2008) utilizar al cine como medio en el proceso educativo, es necesario contar con diversas didácticas teniendo en cuenta los fines y el propósito que desea, el cual permite desarrollarse de un modo más eficaz.

El autor Martínez-Salanova (citado por Buitrago y Camacho, 2008) “el cine da la posibilidad de ser utilizado en las aulas de dos maneras fundamentales: como instrumento técnico de trabajo, y como sustento conceptual, ideológico y cultural” (p.32).

Y por ello Muñoz y Morales (2014) sostienen:

El cine puede ser soporte de una nueva metodología de trabajo con los alumnos y alumnas, menos expositiva y más indagadora,... este tipo de actividades sirven para

cortar el ritmo de la clase y motivar a estos a que realicen actividades que se salgan de la rutina diaria (...) Las teorías didácticas están diseñadas para describir y explicar la configuración o existencia de las prácticas pedagógicas, (...)es una fuente de conocimiento reservada para apoyar la tarea del profesor y ayudarlo a tomar decisiones en su práctica docente con grupos específicos de estudiantes,(...)apoyan al docente en actividades formativas, tendientes a orientar al estudiante hacia unos esquemas de pensamiento, crítica y acción, (...)relacionada con aspectos sociales y educativos, teniendo en cuenta las concepciones de las culturas. (p.64- 65)

Lo reafirman Buitrago y Camacho (2008) “el cine como elemento interdisciplinar en el proceso de enseñanza, permite la actuación integrada de todas las disciplinas o materias posibles, de forma que al finalizar un proceso cada estudiante adquiere un aprendizaje globalizado” (p.33).

Martínez (s.f., citado por Buitrago y Camacho, 2008) expresa:

El cine entra a jugar un rol fundamental. Esto no significa que el cine entre a suplir el contenido temático de una escuela, más bien llega a ser un soporte en la enseñanza y es aquí donde empezamos a hablar de una didáctica del cine. (p.33)

Por eso Buitrago y Camacho (2008) manifiestan que:

El trabajo con el cine convierte las actividades del aula en algo significativo, tangible y experimental. La razón didáctica de todo esto es la motivación, ya que esta es el elemento primordial del aprendizaje, puesto que está conformada por la propia estructura biológica, social, histórica y psicológica del que aprende. (33)

1.3.2.5.. El cine fórum como medio de aprendizaje en el proceso educativo

El cine fórum es un medio muy interesante en el sector educativo, algunos autores lo expresan así:

Buitrago y Camacho (2008) el cine fórum como medio es:

Un instrumento para registrar el mundo real, y de esta forma adquiere una responsabilidad social que a través de su realidad, busca mostrar las preocupaciones de la época, pero desde una perspectiva imaginaria, ofreciendo así una mirada más completa de la misma (p. 30-31).

Así lo afirma Bravo (2010) “el cine es un recurso para aprender, pues comunica una experiencia y reflexión sobre ella, por lo que la narración cinematográfica resulta un instrumento docente muy adecuado para la enseñanza” (p.1).

De ahí que Buitrago y Camacho (2008) sostienen que:

Para la integración del cine en la educación es necesario tener en cuenta la forma en que nuestra percepción está enmarcada y limitada por nuestro nivel sensorial; la relación existente entre percepción, imaginación y memoria, es la que hace posible la implementación de diversas estrategias didácticas, como por ejemplo: el cine en el acto educativo, ya que la percepción es la base de todo el proceso formativo humano, puesto que lo real es percibido gracias a nuestros sentidos; luego interviene la imaginación, la cual es necesaria para hacer la interpretación de lo que fue percibido y por último la memoria, la cual es indispensable para realizar el análisis y comprensión, es decir, de esta depende interiorizar y entender dicha realidad, ya que todo lo que llega a la memoria pasa a ser parte de la conciencia, y como el hombre disfruta de una increíble plasticidad natural, esto lo convierte en un ser de continuos y múltiples aprendizajes.(p.31)

Como dirían Muñoz y Morales (2014) aludiendo al:

Proverbio Chino “Una imagen vale más que mil palabras” se aplica perfectamente al cine y a las implicaciones que conlleva en el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que es la imagen la que viene a formar parte del proceso educativo, a razón de que los estudiantes ven reflejadas en las películas, formas de percibir la realidad circundante, modos de ser y de comportarse en diferentes culturas, sociedades y maneras de vivir, sin el cine sería en muchos casos imposible de ver estas realidades, ya que es el cine el medio que nos acerca a culturas antiquísimas o que sencillamente dada su ubicación geográfica se nos hacen imposibles de conocer.

Por lo tanto el cine fórum se convierte en una estrategia didáctica que invita tanto al docente cómo a los estudiantes a desarrollar las actividades académicas con dinamismo, creatividad e innovación. (p.50)

Por eso Bravo (2010) hace hincapié que el cine “es un medio de comunicación que integra lo verbal y lo no verbal ofreciendo una amplia variedad de posibilidades informativas, (...) nos aproxima a todo tipo de historias del presente, pasado y futuro, mostrando diferentes culturas con sus valores” (p.1).

Y siguiendo con Buitrago y Camacho (2008) una aportación importante es que existe:

Otro de los motivos por los cuales el lenguaje audiovisual cinematográfico se convierte en un método práctico para desarrollar procesos de aprendizaje es por su carácter informal, es decir, porque no es una institución educadora, sino que puede verse o aprovecharse de ella para estos fines. Es por esto que existe la necesidad de formar juicios críticos que nos ayuden a apropiarnos de los aspectos positivos de este lenguaje para que pueda ser utilizado en el aula. (p. 31).

Por ende Grimaldi (2000, citado por Buitrago y Camacho, 2008, p.32) indica:

Que el aprendizaje para la vida se lleva a cabo no solo a través del conocimiento sino sobre todo a través de la experiencia, y que esta puede realizarse, además de manera vicaria, es decir por medio del arte y la literatura, y no únicamente a través de la vida real (...) Esto significa que también abastece con todo tipo de conductas, comportamientos y actitudes para el actuar humano, y por tanto, puede decirse (...) que muestra y enseña experiencias de la vida, es decir, ejemplifica la realidad.

1.4. Definición de términos básicos

- **Educación**

Es un proceso permanente de interacción entre docentes y estudiantes. Los que educan (padres de familia y docente) son los que fomentan, acompañan, guían el aprendizaje de los estudiantes, utilizando estrategias educativas idóneas para que los que se forman saquen lo mejor que tienen (sus capacidades) para poder enfrentarse a los desafíos de la vida. Asimismo, los estudiantes motivados se dejan acompañar, ponen su esfuerzo, constancia, orden y alegría para ser educados en aquello que les sirve y tiene implicancia en sus vidas. En este sentido, la razón de la educación son los docentes y estudiantes, ambos interactúan con asertividad aprendiendo uno de otros.

- **Asertividad**

Es una habilidad social, que se observa en las personas que saben expresarse de manera directa, firme, clara, autónoma, respetándose a sí misma y los derechos de los demás. Es decir, saber interactuar con sus pares, comunicando pensamientos, sentimientos, intereses, pedidos de una manera expresivamente clara, sin ir por encima, ni debajo de los demás, actuando coherentemente de acuerdo con los valores y principios morales.

- **Cine Fórum**

El cine fórum es una actividad educativa que mediante una dinámica interactiva, los estudiantes van descubriendo, vivenciando, y reflexionando la realidad y logrando los resultados de aprendizaje. Es decir, es una estrategia muy activa compartida entre varias personas que a partir de la ficción lleva a reflexionar o recapacitar las vivencias de las diferentes historias manifestadas en la sociedad.

II. HIPÓTESIS

2.1. Formulación de la hipótesis

La hipótesis “son proposiciones generalizadas o afirmaciones comprobables que se formulan como posibles soluciones al problema planteado: su función es ofrecer una explicación posible o provisional que tiene en cuenta los factores, sucesos o condiciones que el investigador procura comprender” (Sabariego, 2004 citado en Cejudo, 2015, p. 288). En este sentido, fundamentándonos en los antecedentes de estudio y marco teórico sobre el cine fórum para fomentar la asertividad, hemos formulado la siguiente hipótesis:

La aplicación de un programa de cine fórum ejerce una influencia significativa en la educación de la asertividad de los adolescentes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

2.2. Prueba de hipótesis

La demostración de la variable independiente y su influencia sobre la variable dependiente se realizó mediante la prueba de hipótesis en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota.

La prueba de hipótesis se realizó a partir de los resultados de pre y pos test; la cual nos permitió evidenciar la influencia significativa del programa educativo. Los resultados lo presentamos a continuación.

Tabla 1: Nivel de influencia del programa del cine fórum en la asertividad de los estudiantes de la I.E Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau”

Prueba de muestras relacionadas								
	Diferencias relacionadas				tc	gl	Sig.	(bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Pre test – post test	21,500	8,834	1,669	24,925	18,075	12,879	27	,000

Fuente: Pre test y post test aplicado al grupo muestral.

Los resultados establecidos en la tabla 1 indican que la diferencia de los promedios del pre test y pos test es de 21,500 puntos, en la desviación típica 8,834 puntos, siendo el error típico de la media 1,669 puntos, teniendo en cuenta el intervalo de confianza para la diferencia inferior se tiene 24,925 puntos y la superior 18,075 puntos, siendo la t calculada (t_c) de 12,879 con 27 grados de libertad y la significancia bilateral de 0.00 es decir inferior al 5% (0,05). Por tanto, estos resultados determinan que el uso del programa de Cine Fórum contribuyó en el mejoramiento del nivel de asertividad de los estudiantes de la muestra estudiada.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y nivel de investigación

El trabajo de investigación es de tipo descriptivo porque “se reseñan las características o rasgos de la situación o fenómeno objeto de estudio” (Salkind, 1998 citado en Bernal, 2016, p. 143). Es decir, se describe las características del nivel de asertividad de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria según los resultados obtenidos en el pre test y pos test.

Asimismo, debemos mencionar que nuestro estudio es de nivel cuantitativo, ya que se “usa la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 10). Es decir, se quiso medir la influencia del diseño y aplicación de un programa de cine fórum en el fomento de la asertividad de los estudiantes de Educación secundaria, en base a la obtención de resultados en pre prueba y post prueba. En este sentido Martínez y Céspedes (2008) “enfoca los aspectos objetivos y susceptibles de cuantificación de los fenómenos sociales” (p.30).

3.2. Diseño de la investigación

El diseño de nuestra investigación pertenece al diseño pre experimental, porque se trató de demostrar la eficacia de un programa de cine fórum para el desarrollo de la asertividad de los estudiantes utilizando un solo grupo a quien se le aplicó el pre test y pos test. Es por eso que, se afirma que “estos diseños son útiles cuando se quiere someter a experimentación un nuevo programa para investigar los efectos de un tratamiento en una situación determinada” (Martínez y Céspedes, 2008, p.97).

El diagrama del diseño es el siguiente:

GE 01 X 02

Dónde:

GE: Grupo experimental, estudiantes que recibieron el estímulo.

X: Estímulo que se aplicó al grupo experimental, que consistió en un programa de cine fórum para la asertividad.

01: Aplicación de Pre test al grupo experimental para medir la asertividad.

02: Aplicación de post test al grupo experimental para medir la asertividad después de la aplicación del programa.

3.3.Población, muestra y muestreo

3.3.1. Población

La población de nuestro estudio estuvo constituido por los estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau”. Ya que se trató de “la totalidad de elementos o individuos que tienen ciertas características similares y sobre las cuales se desea hacer inferencia” (Jany, 1994, p. 48 citado en Bernal, 2016, p. 210).

Tabla 2: Estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota.

Sección	Sexo		N°	%
	Varones	Mujeres		
A	13	15	28	53,8
B	15	9	24	46,2
TOTAL			52	100

Fuente: Nómina de matrícula 2014

La población se caracteriza, en su mayoría, por lo siguiente: Sus edades oscilan entre 15 a 17 años, su condición socioeconómica es baja, profesan la religión católica y evangélica, sus padres de familia tienen trabajos eventuales o se dedican fundamentalmente al comercio menor.

3.3.2. Muestra de estudio

La muestra según Hernández y otros (2010) “es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población (...), se pretende que este subconjunto sea un reflejo fiel del conjunto de la población” (p.175). O dicho de otro modo “es la parte de la población que se selecciona, de la cual se obtiene la información para el desarrollo del estudio y sobre la cual se efectuará la medición y la observación de las variables objeto de estudio” (Bernal, 2010, p. 161). En este sentido, la muestra quedó conformada por los estudiantes del quinto grado “A” de educación secundaria, quienes contestaron el pre y pos test y a quienes se aplicó el programa educativo.

Tabla 3: Estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota.

Sección	Sexo		N°	%
	Varones	Mujeres		
A	13	15	28	100
TOTAL			28	100

Fuente: Nómina de matrícula 2014

3.3.3. Técnica de muestreo

La técnica de muestreo utilizada ha sido el no probabilístico por conveniencia, ya que la selección de los sujetos depende de la característica de la investigación o del investigador. Es decir, “el procedimiento no es mecánico ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de un investigador o de un grupo de investigadores” (Hernández y Otros, 2010, p. 176). En este sentido, se seleccionó como muestra de estudio al quinto grado de educación secundaria de la sección “A”, cuyo grupo ya estaba conformado y respondía a la finalidad de la investigación.

3.4. Criterios de selección

La población y muestra representativa estuvo compuesta por 28 estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria de la I. E. Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” – Chota. Asimismo, debemos mencionar que sus edades oscilan entre 15 a 17 años, su condición socioeconómica es baja, profesan la religión católica y evangélica, sus padres de familia tienen trabajos eventuales o se dedican fundamentalmente al comercio menor.

Se eligió esta población, porque a través de la práctica educativa y los antecedentes de estudio verificados, se observó que la gran mayoría de alumnos tienen problemas en relación a la variable estudiada: la asertividad. Y además, porque estamos convencidos que si a los estudiantes se les va formando en habilidades sociales, y logran un nivel alto de asertividad esta incide directamente en su aprendizaje y en el mantenimiento de un clima escolar adecuado.

3.5. Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMES
Variable dependiente: La asertividad	Asertividad positiva	Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones	1. En una reunión difícil, cuando la tensión está muy alta, soy capaz de exponer mi punto de vista con seguridad en mí mismo. 2. Si me siento inseguro de algo, pido ayuda sin ningún problema. 3. Si alguien me trata de forma injusta y agresiva, sé controlar la situación con seguridad en mí mismo. 4. Cuando alguien está siendo sarcástico a mis expensas o a expensas de los demás, me siento capaz de exponer mi opinión sin alterarme.
	Asertividad negativa	Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.	5. Si me tratan con desprecio o condescendencia me defiendo con franqueza sin recurrir a la agresividad. 6. Si tengo motivos para creer que están abusando de mí lo hago notar sin poner cara larga ni disgustarme. 7. Cuando alguien me pide permiso para hacer algo que prefiero que no haga, como por ejemplo fumar, digo que no sin sentirme culpable. 8. Si alguien pide mi opinión sobre algo, me siento lo bastante tranquilo para darla, aun cuando sé que mi opinión no va ser bien recibida.
	Autonegación	Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.	9. Trato con mis superiores con facilidad y de forma efectiva. 10. Si me venden un producto defectuoso o de mala calidad en una tienda o en un restaurante, reclamo mis derechos sin atacar a la otra persona. 11. Cuando tengo en perspectiva una oportunidad importante hablo por mí mismo. 12. Cuando veo que un asunto no marcha bien, actué con atención antes de que se convierta en un desastre potencial. 13. Cuando tengo que dar una mala noticia, lo hago sin ponerme nervioso ni preocuparme en exceso. 14. Si necesito algo, lo pido con franqueza y sin rodeos. 15. Cuando alguien no escucha lo que tengo que decir, le hago ver mi punto de vista sin ser estridente ni compadecerme de mí mismo. 16. Cuando alguien me mal interpreta, se lo hago notar sin sentirme culpable y sin que la otra persona se sienta humillada. 17. Cuando no comparto la opinión de la mayoría, expongo mi punto de vista sin pedir disculpas ni ser autoritario. 18. Acepto las críticas de buen humor 19. Sé hacer un cumplido sin sentirme violento o que suene o “hacer la pelota” 20. Cuando me enfado, soy capaz de expresar mi punto de vista sin sentar juicio ni sentirme defraudado conmigo mismo.
Variable independiente: El cine fórum	Apertura	Muestra interés en relación a la película.	
	Proyección del film	Observa con detenimiento la película.	
	Trabajo grupal	Analiza y reflexiona el contenido de la película.	
	Conclusiones	Emite sus propias conclusiones a partir de lo observado.	

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Teniendo en cuenta el diseño de la investigación así como los objetivos de la misma se consideran como técnicas para la recolección de datos, las siguientes:

3.6.1. Técnicas de campo

3.6.1.1. Encuesta: Cuestionario

Para la recolección de datos del pre y pos test se ha utilizado un cuestionario. El cuestionario “es un conjunto de preguntas para generar los datos necesarios para alcanzar los objetivos del proyecto de investigación (...) permite estandarizar y uniformar el proceso de recolección de datos” (Bernal, 2016, p. 245).

El instrumento de investigación ha sido tomado de Núñez (2010), quien ha elaborado una encuesta para medir la asertividad (anexo 1). El cuestionario consistió en un conjunto de 20 ítems, con situaciones concretas y respuestas varias para que el estudiante marque la respuesta con la se identificó mejor. La escala del cuestionario fue de tipo Likert con cuatro categorías: a menudo, a veces, rara vez, nunca. A cada categoría le correspondió un puntaje variando del 1 al 4. Y mide tres dimensiones de la variable dependiente: asertividad positiva, asertividad negativa y autonegación.

Para medir el nivel de asertividad, el autor ha construido unas escalas de puntuación para poder categorizar a los estudiantes de acuerdo al puntaje que saquen en el llenado de la encuesta. Las escalas, lo presentamos en la siguiente tabla.

Tabla 4: Escalas de puntuación para medir la asertividad

Escala de puntuación	Nivel de asertividad
20-25	Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.
26-35	Si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más.
36-50	Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.
51-80	Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.

Fuente: Tomado de Núñez (2010). La asertividad, p.159.

Esto significa que si un estudiante obtuvo al contestar la encuesta un puntaje entre 20-25 se puede afirmar que necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad. Asimismo, si obtuvo un puntaje entre 26-35 se puede decir que si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más. Si se observa que obtuvo un puntaje entre 36-50 se manifiesta que su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo. Y por último, si obtiene un puntaje entre 51-80 se afirma que es una persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.

La confiabilidad del instrumento de investigación se determinó mediante el alfa de Cronbach, obteniendo una notoria fiabilidad, por tanto es aplicable para medir el nivel de asertividad. Los resultados se presentan en la siguiente tabla.

Tabla 5: Estadístico de confiabilidad

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,788	28

Fuente: Resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario.

Los resultados del coeficiente de alfa de Cronbach obtenidos del pos test del grupo experimental (28 estudiantes), proyectó un puntaje de 0,788, lo cual indica que el instrumento es confiable. Es decir, según distintos autores un instrumento es confiable si logra puntuaciones mayores e iguales a 0.70 (Sánchez, Gonzales y Bkieva, 2014). En este sentido, el cuestionario es confiable para evaluar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria.

3.6.1.2. Técnica de Gabinete

Estas técnicas nos permitieron sistematizar el fundamento teórico de la investigación, para lo cual se utilizaron los siguientes instrumentos:

A) Fichas bibliográficas

Esta técnica nos permitió anotar las fuentes de información utilizadas en el proceso de investigación y posteriormente elaborar la bibliografía. Pues, este tipo de fichas contienen información importante sobre los datos de las fuentes consultadas, tales como: artículo, libro o capítulo bien sea virtual o en físico (Alazraki, 2007).

B) Fichas de resumen

Según Robledo (2010):

La ficha de resumen contiene información proveniente de una fuente bibliográfica fundamentalmente, ya que se puede hacer un resumen de una entrevista, una conferencia, etc. y se distingue porque su contenido es un extracto de los conceptos más importantes o centrales de la exposición del autor. El resumen se puede hacer utilizando las mismas palabras del autor o con el vocabulario del investigador, o también con una combinación de ambos, sin alterar el contenido de las ideas del autor. (p.8)

En este sentido, estas fichas nos sirvieron para hacer una síntesis de las ideas e información de interés para la redacción de tesis, de modo que ayudó a sistematizar el marco teórico y para realizar las apreciaciones críticas.

C) Fichas textuales

“Es aquella que contiene información conforme el texto original, es decir de forma literal, sin ninguna alteración de forma y contenido. Se caracteriza porque el concepto o párrafo de que se trate se coloca en comillas” (Robledo, 2010, p.8). En este sentido, esta técnica nos sirvió para transcribir ideas o conceptos más importantes de los textos utilizados en este trabajo de investigación.

D) Fichas paráfrasis

Según Robledo (2010):

La paráfrasis significa traducir de una forma de lenguaje a otra, de tal manera que el investigador traslada la información a sus fichas de trabajo, utilizando su propio lenguaje pero sin cambiar las ideas del autor, es decir, cambia la forma de expresión, pero permanece el contenido. (p.9)

En este sentido, la ficha de paráfrasis, nos ha servido para aclarar algunas ideas de los textos extraídos, de modo que sea más claro al momento de exponer los conceptos de las variables estudiadas.

3.7. Procedimientos

En primer lugar, se contactó con el director de la Institución Educativa para que nos brinde el permiso respectivo, para poder aplicar el pre test y el programa de cine fórum.

Luego, se pidió el permiso del docente encargado de aula para poner en marcha el proyecto de investigación. Es decir, aplicar el pre test, el programa y pos test con previo consentimiento informado a los estudiantes.

De acuerdo al cronograma especificado en el proyecto de investigación, se realizó el estudio en la Institución Educativa, obteniendo los resultados antes y después de la aplicación del programa de cine fórum.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Los datos fueron tabulados y procesados mediante el programa SPSS para elaborar tablas y gráficos estadísticos a nivel de porcentajes, que evidenciaron los resultados del estudio de manera objetiva y sintética.

En base a los datos procesados se obtuvieron las medidas de tendencia central y medidas de variabilidad. Las medidas de tendencia central, según Martínez y Céspedes (2008) “son aquellas que nos proporcionan un número o cifra que refleja un puntaje promedio para todo un conjunto de observaciones. Este puntaje siempre está ubicado en un punto en la escala de distribución de todos los puntajes” (p.171). Las medidas de tendencia central y variabilidad son:

- La media aritmética, que sirvió para determinar el puntaje promedio de la medición de la asertividad en los estudiantes que conformaron la muestra de estudio.
- La moda, que fue el puntaje que más se repitió en el grupo de calificativos obtenidos en la medición de la asertividad de los estudiantes.
- La mediana, que es el punto de una escala numérica por arriba y por abajo del cual se encuentra el 50 % de los casos.
- Rango o intervalo, varianza y desviación estándar que determinó el grado de homogeneidad o heterogeneidad del grupo que fue objeto de evaluación.

3.9. Matriz de consistencia

TEMA	PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Programa de cine fórum para mejorar la asertividad en los estudiantes de una Institución Educativa de Chota – Perú	¿Cómo influye la aplicación de un programa de cine fórum para mejorar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014?	Determinar la influencia de un Programa de Cine Fórum para educar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.	<ul style="list-style-type: none"> • Medir la asertividad de los estudiantes del quinto grado, antes de la aplicación del programa, de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.
			<ul style="list-style-type: none"> • Diseñar y aplicar un Programa de Cine Fórum para mejorar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.
			<ul style="list-style-type: none"> • Medir la asertividad de los estudiantes, después de la aplicación del estímulo, de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.
			<ul style="list-style-type: none"> • Comparar los resultados obtenidos en el pre y post test aplicado a los estudiantes que conformaron la población de estudio para demostrar la efectividad del programa diseñado y aplicado.

:

3.10. Consideraciones éticas

El estudio de investigación por su naturaleza ha tenido en cuenta las siguientes consideraciones éticas:

- Se aplicó el instrumento de investigación a los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria, quienes conformaron la muestra de estudio, previo consentimiento informado.

- Los resultados se publicaron de manera objetiva y se dieron a conocer a aquellas personas pertinentes (director y docentes) quienes según los medios e interés en el tema podrán tomar medidas educativas pertinentes.

- Se ha respetado la información que se propone en el trabajo de investigación, citando a todos los autores, cuya evidencia se observa en las referencias bibliográficas.

- No se ha manipulado los datos de manera deliberada. Así que los resultados presentados en este informe es objetivo.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La asertividad es una habilidad social que consiste en mantenerse firme o hacer valer los derechos de modo directo, claro, honesto, preciso, responsable, libre, inclusivo, respetándose a sí mismo y a los demás. En este sentido, se ha dicho que “es la capacidad de actuar teniendo en cuenta los intereses propios, pudiendo defenderlos, y poder expresar sentimientos de una manera espontánea sin cometer injusticias con los demás” (Aebli, 2001 citado en Solis y Pezzia, 2018, p. 31). No obstante, la preocupación actual de muchos centros educativos son los conflictos sociales, promovido por una conducta agresiva o pasiva, incidiendo en su aprendizaje. Es decir, los docentes y directivos frente a una situación de violencia escolar, bien sea física o verbal no conocen la estrategias adecuadas que les ayude a promover una comunicación asertiva.

En este contexto, la promoción de las competencias ciudadanas como la asertividad con estrategias pedagógicas desde la escuela se convierte en uno de los caminos más promisorios para suplir tal necesidad (Velásquez, 2005). Por tal razón, nuestro trabajo de investigación ha tenido por finalidad determinar la influencia de un Programa de Cine Fórum para educar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014.

El trabajo de investigación con diseño preexperimental evaluó la variable dependiente “la asertividad” a un solo grupo de estudiantes de una sección del quinto grado de Educación Secundaria, a quienes se les aplicó el pre test y pos test. El propósito fue medir el nivel de asertividad antes y después de aplicar un programa de cine fórum y de esta manera observar el grado de influencia de la propuesta para promover el desarrollo de la asertividad.

4.1. Asertividad de los estudiantes antes de la aplicación del programa

Los estilos de comunicación en la escuela promovido por la conducta agresiva, pasiva y asertiva desde un enfoque cuantitativo se puede medir (Velásquez, 2005, Flores y Díaz, 1995). En este sentido, antes de aplicar el programa de cine fórum se midió la asertividad de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria, para poder verificar con datos estadísticos la existencia del problema de investigación.

A continuación se presentan los resultados de la aplicación del pre test, y se observó la problemática en torno a la asertividad. Los datos se presentan a través de tablas y figuras estadísticas.

Tabla 3: Asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014 antes de la aplicación del programa

Criterio de puntuación	Pre test			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
20-25 Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.	0	0,00	0	0
26-35 Si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más.	0	0,00	0	0
36-50 Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.	18	63,51	64,29	64,29
51-80 Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.	10	35,71	35,71	100,00
Total	28	100,00		

Fuente: Pre test aplicado a los estudiantes de colegio experimental agropecuario “Almirante Miguel Grau” 2014.

Los resultados establecidos en la tabla 6 indican que el nivel de asertividad en el pre test fue de 0%. La mayoría de los estudiantes (64%) en el pre test su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo, y el 35,71% de los estudiantes necesitan trabajar considerablemente para mejorar su asertividad. Esto significa que los estudiantes tienen problemas para poder comunicarse y relacionarse asertivamente con los demás. Es decir, no tienen la capacidad para comunicarse de manera firme, segura, directa sus pensamientos, sentimientos, intereses, etc; tienen baja autoestima, no se respetan a sí mismos, son agresivos, siempre quieren ir por encima de los demás para alcanzar sus propósitos. Por lo general este bajo nivel de asertividad se observa en las agresiones verbales y físicas (Arévalo y Tanguila, 2018, Llacuna y Pujol, 2004, Castanyer, 2013, Vásquez, 2005, Anguiano, 2004)

Estos resultados se relacionan con el estudio realizado por Cabrera (2013) en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal. En su diagnóstico, señala que los adolescentes en su mayoría presentan un nivel bajo de asertividad, no obstante, encontró que un número significativo de ellos posee un nivel aceptable; es decir, no manifiestan siempre conductas desadaptativas, sino que existen momentos de interrelación social en donde pueden dirigir su comportamiento asertivamente, lo cual depende enteramente de la motivación que sientan en sus diferentes entornos.

La problemática encontrada, ha motivado a muchos investigadores a proponer distintas estrategias educativas para solucionar el problema. Así tenemos, el estudio de Cardozo, Dubini, Fantino, Ardiles (2009), quien han propuesto 10 talleres de 80 minutos por semana, a 65 estudiantes entre varones y mujeres del tercer grado de una institución pública y proponen el fomento de la asertividad como estrategia para que los alumnos desarrollen competencias para afrontar situaciones problemáticas. Asimismo, Ayala, Castillo y Hernández (2008) diseñaron y aplicaron un programa de intervención psicoeducativa de asertividad de 15 sesiones para promover la asertividad de los estudiantes.

En base, a los antecedentes de estudio y observando la problemática hemos diseñado un programa de Cine Fórum, con películas elegidas cuidadosamente, contenidos adecuados, con metodología activa y participativa, dividido en 8 sesiones, cuyo propósito fue determinar su efectividad en la educación de la asertividad de los estudiantes.

4.2. Asertividad de los estudiantes después de la aplicación del programa

La formación de la asertividad se hizo posible mediante la aplicación de un programa de cine fórum, con ocho sesiones de aprendizaje, con estrategias metodológicas idóneas a la edad de los estudiantes, eligiendo adecuadamente los films, y en una evaluación formativa y sumativa. En este sentido, se aplicó el pos test a la muestra y se observó la influencia que tiene el estímulo sobre la variable dependiente. Los resultados se aprecian en la siguiente tabla.

Tabla 4: La asertividad en los estudiantes de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014 después de la aplicación del programa

CRITERIO DE PUNTUACIÓN	POST TEST			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
20-25 Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.	17	60,71	60,71	60.71
26-35 Si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más.	9	32,14	32,14	92.85
36-50 Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.	2	7,14	7,14	99,99
51-80 Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.	0	0,00	0,00	
TOTAL	28	99,99		

Fuente: Post test aplicado a los estudiantes de colegio experimental agropecuario “Almirante Miguel Grau” 2014

Los resultados establecidos en la tabla 7 indican que el 60,71 % de estudiantes tienen buen nivel de asertividad, pues según los criterios de puntuación son personas seguras y asertivas en su forma de llevar las situaciones; asimismo se observa que el 32,14%, tiene regular nivel de asertividad, pues se muestran asertivos, pero le beneficiaría mejorar un poco más. No obstante, existe un porcentaje menor (7,14%) que necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad. Los resultados obtenidos, nos demuestra por un lado que la mayoría de estudiantes empieza a comportarse asertivamente. Es decir, se presentan, como personas firmes, respetando los derechos de los demás, se comunican adecuadamente, tiene buena autoestima, son libres para negar o afirmar, podría decirse que se están formando para afrontar las diversas situaciones o desafíos sociales que les da la vida (Anguiano, 2004, Castanyer, 2013, Arévalo y Tanguila, 2018). Pero también, habrá que decir la labor educativa de formación de habilidades sociales no termina nunca, pues como se muestra en los resultados aún existe porcentajes significativos de estudiantes que necesitan fomentar su asertividad y además como dice Castanyer (2013) jamás tendremos una persona que reúna todas las características de ser asertiva, porque no somos perfectos, pero podemos acercarnos a un nivel máximo.

Del mismo modo, los resultados demuestran la efectividad del programa de cine fórum para promover el desarrollo de la asertividad. Estos datos se relaciona con los resultados encontrados

por Trujillo (2014) que al aplicar la técnica del clown para mejorar la asertividad encontró resultados alentadores, ya que la gran mayoría de estudiantes del grupo experimental (70%) llegó a tener un nivel asertivo, diferenciándose del grupo control que alcanzó un 26,7%. Estas conclusiones nos demuestran que la aplicación de estrategias o propuestas motivadoras, como el cine fórum o la técnica del clown logra desarrollar la asertividad de los estudiantes.

4.3. Comparación de resultados de la asertividad del pre y post test

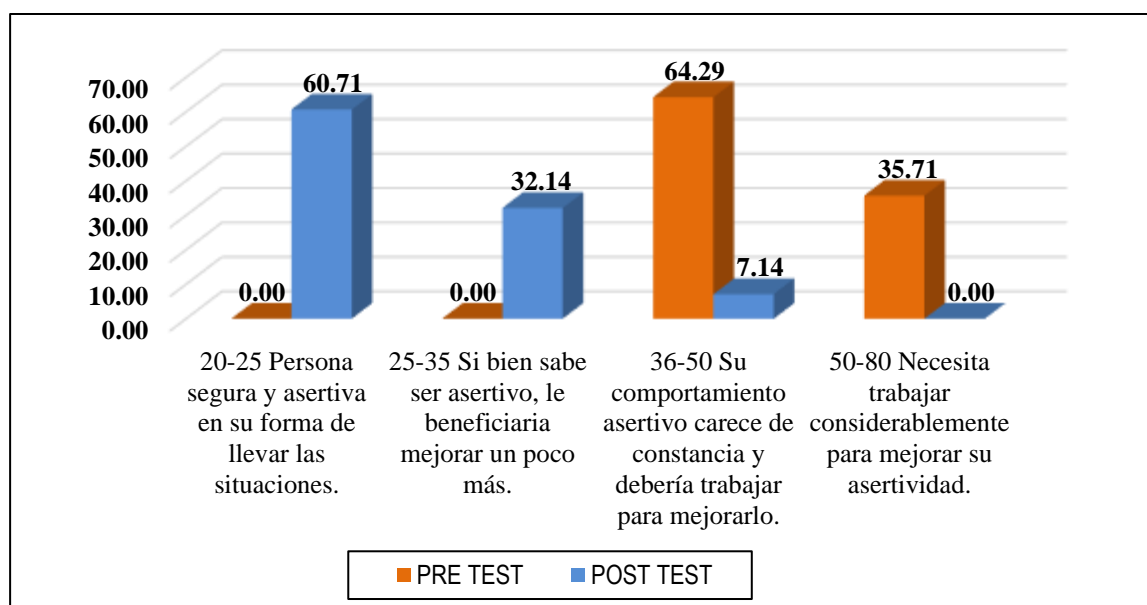
La comparación de resultados del pre test y post test de la investigación, conformado por 28 estudiantes del quinto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014 se presenta en la siguiente tabla y figura.

Tabla 5: Nivel de asertividad según resultados del pre test y post test en los estudiantes del quinto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014

Criterio de puntuación	Pre test		Pos test	
	fi	%	fi	%
20-25 Persona segura y asertiva en su forma de llevar las situaciones.	0	0,00	17	60,71
26-35 Si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más.	0	0,00	9	32,14
36-50 Su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo.	18	64,29	2	7,14
51-80 Necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.	10	35,71	0	0,00
Total	28	100,00	28	100,00

Fuente: Pre test y post test de a los estudiantes de colegio experimental agropecuario “Almirante Miguel Grau” 2014

Figura 1: Nivel de asertividad según resultados del pre test y post test en los estudiantes del quinto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014



Fuente: Tabla 7

Los resultados establecidos en la tabla 8 y figura 1 indican que el nivel de asertividad en el pre test fue de 0%. La mayoría de los estudiantes (64%) su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo y el 35,71% de los estudiantes necesitan trabajar considerablemente para mejorar su asertividad. En cambio, en el pos test los resultados son buenos, pues el 60,71 % de estudiantes tienen buen nivel de asertividad, se muestran personas seguras y asertivas en su forma de llevar las situaciones; el 32,14%, se muestran asertivos, pero le beneficiaría mejorar un poco más. No obstante, existe un porcentaje menor (7,14%) que necesita trabajar considerablemente para mejorar su asertividad.

Los resultados obtenidos demuestran que el uso del programa de Cine Fórum mejoró el nivel de asertividad de los estudiantes del quinto grado de educación secundaria. En este sentido, Coromac (2014) quien utilizó estrategias de asertividad como herramienta para la transformación del conflicto en el aula, sostiene que cuando se utilizan estrategias y se aplica a situaciones como a la falta de asertividad en el aula, esta mejora considerablemente; por eso anima a los docentes a diseñar y aplicar propuestas que los ayuden a los estudiantes a mejorar sus relaciones con los demás y sugiere que se use su guía propuesta para su estudio.

También debemos precisar que la comparación de resultados obtenidos en el pre y post test también se realizó a nivel de medidas estadísticas descriptivas de tendencia central y variabilidad.

La efectividad del programa de Cine Fórum para educar la asertividad de los estudiantes, tal como lo plantea Bravo (2010), se hizo posible ya que esta actividad pedagógica con el uso del cine fórum se aprende de manera más dinámica e interactiva; donde los participantes, descubren, vivencian y reflexionan sobre las realidades y valores que persisten en el grupo o en la sociedad.

La dinámica del cine fórum según lo indican Alonso y Pereira (2000) y Padilla, Collados y Alcaraz (2006) y Bravo (2010), se observa en sus fases tales como: Apertura, donde se empieza con una presentación general, seguidamente se preguntó al alumno sobre sus intereses en relación a la película mediante interrogantes, luego pasa a la exposición de los objetivos pedagógicos junto a la ficha técnica y establece las normas necesarias para poner atención durante la proyección de la película. Asimismo, se procura una adecuada condición ambiental del aula para su correcta visualización, para luego propiciar el trabajo del estudiante y poder deliberar sobre la actuación de los personajes y pasar a la discusión grupal siguiendo los procedimientos establecidos en el modelo de la ficha didáctica del profesor basado en preguntas para la reflexión a partir de secuencias del film y finalmente llevar a cabo la evaluación con la finalidad de valorar a los conocimientos, procedimientos y actitudes, de los estudiantes de la muestra.

Finalmente, García (2010) señala que “los alumnos y alumnas que han recibido una adecuada formación en habilidades sociales, mejoran su conducta interpersonal en aceptación social entre sus compañeros/as, en asertividad, en repertorio de habilidades sociales, en auto concepto y en autoestima” (p.235). Esta observación se pudo corroborar con nuestro estudio de investigación, ya que al diseñar y aplicar un programa de cine fórum para educar la asertividad de los estudiantes y luego discutir sus resultados se evidencia que la mayoría de estudiantes tenían un buen nivel de asertividad.

5. CONCLUSIONES

- Los resultados del pre test indican que el nivel de asertividad de 18 (64,29%) de los estudiantes su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo, al igual que de 10 (35,71%) de los estudiantes necesitan trabajar considerablemente para mejorar su asertividad, en función a los resultados se procedió a utilizar el programa de Cine Fórum para mejorar el nivel de asertividad de los estudiantes de la muestra.
- Se diseñó y aplicó un programa de cine fórum organizado en ocho sesiones de aprendizaje, con metodología adecuada a la educación de los adolescentes, con la selección adecuada de películas relacionadas a la teoría que se quiso comprender y con los recursos e instrumentos de evaluación idóneos. Su aplicación ha tenido una influencia muy significativa en el desarrollo de la asertividad de la muestra de estudio.
- El desarrollo de las diferentes sesiones de aprendizaje nos ha permitido mejorar el nivel de asertividad de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria.
- Los resultados del pos test son alentadores, pues indica que el 60,71% de estudiantes son personas seguras y asertivas en su forma de llevar las situaciones, el 32,14% son estudiantes que si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más y solo 7,14% de los estudiantes su comportamiento asertivo aún todavía carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo. Los resultados obtenidos demuestran, que la mayoría de estudiantes mejoró su nivel de asertividad con la aplicación del programa de Cine Fórum.
- Comparando los resultados del pre test y pos test la diferencia de los promedios es significativa. Mientras en el pre test la mayoría de estudiantes no tiene un nivel adecuado de asertividad, pues el 64,29% de los estudiantes su comportamiento asertivo carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo, y 35,71% necesitan trabajar considerablemente para mejorar su asertividad; en el pos test 60,71% de estudiantes son personas seguras y asertivas en su forma de llevar las situaciones, el 32,14% son estudiantes que si bien sabe ser asertivo, le beneficiaría mejorar un poco más y solo 7,14% de los estudiantes su comportamiento asertivo aún todavía carece de constancia y debería trabajar para mejorarlo. Estos resultados evidencia que el uso del programa de Cine Fórum contribuyó en el mejoramiento del nivel de asertividad de los estudiantes de la muestra; no obstante existen todavía algunos estudiantes que se debería incidir en la educación de habilidades sociales.

VI. RECOMENDACIONES

- Al director y plana docente de la I. E. Almirante Miguel Grau de Chota, Propiciar el uso de los videos fórum para desarrollar los niveles de asertividad en los estudiantes.
- A los docentes de la I. E. Almirante Miguel Grau de Chota, organizar sus actividades educativas de manera planificada, propiciando el uso de los videos fórum ya que permite alcanzar óptimos logros en los niveles de asertividad de los estudiantes.
- A los directores y docentes de las diversas instituciones educativas del ámbito de Chota utilizar los videos fórum como recursos educativos en el desarrollo de sus clases ya que orienta a los estudiantes a desarrollar sus niveles de asertividad y por ende mejorar sus niveles de aprendizaje.
- A la UGEL de Chota, desarrollar eventos de capacitación utilizando los videos fórum para propiciar la asertividad y el emprendimiento del uso de materiales y recursos educativos para concretizar el logro de aprendizajes con los estudiantes en las instituciones educativas y contribuir al mejoramiento de la calidad educativa.

VII. LISTA DE REFERENCIAS

- Alazraki, R. (2007). *Elaborar fichas*. En I. Klein (Ed.), el taller del escritor universitario (pp. 84- 90). Buenos Aires: Prometeo.
- Anguiano, A. (2004). Comunicación asertiva. Recuperado de <http://www.intosol.com.mx/espacio/cont/gi/comase.htm>
- Arévalo, P. y Tanguila Y. (2018). Asertividad y manejo de conflictos en los estudiantes de la Unidad Educativa “Fernando Daquilema”. Riobamba. Octubre 2017 – marzo 2018 (tesis de pregrado). Recuperado de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4826/1/UNACH-FCEHT-TG-P.EDUC-2018-000020.pdf>
- Ayala, M., Castillo, N. y Hernández, E. (2008). Intervención psicoeducativa: una propuesta para fomentar la asertividad en adolescentes de 1er. Grado de Secundaria (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://200.23.113.51/pdf/25441.pdf>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación(3da. ed)*. Colombia:Pearson.
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación(4ta. ed)*. Colombia: Pearson.
- Bravo, F. (2010). *El cine-fórum como recurso educativo*. Recuperado de <https://docplayer.es/4323865-El-cine-forum-como-recurso-educativo.html>
- Buenos Aires, Buenos Aires. Pp. 267-270. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-020/216>
- Buitrago, E. y Camacho, N. (2008) *El cine foro como metodología de enseñanza en el aula para la identificación y acercamiento a las competencias ciudadanas en un grupo de grado cuarto de las institución educativa San Fernando*. Recuperado de <file:///E:/TESIS%20CHOTA%20MAESTRIA/Luzmila%20-Chota/37133B932.pdf>
- Burgos, J. (2010). *Antropología breve*. Madrid: Palabra.
- Caballo, V. (1987). La asertividad: Definiciones y dimensiones. *Estudios de Psicología*, 13, pp. 52-62. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65876>
- Cabrera, V. (2013). Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil-2012 (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6562/1/Tesis%20de%20Grado->

Desarrollo%20de%20habilidades%20sociales%20en%20adolescentes-
Valeria%20Cabrera.docx;Tesis

- Calle. (2011). Prevención de la violencia en adolescentes y jóvenes: intervenciones que funcionan. *Revista teórica de psicología*.
- Calopiña, M. (2007). *Cine Fórum y Crítica: encuentro necesario*. Recuperado de <file:///C:/Users/Advance/Downloads/Dialnet-CineForumYCritica-3871633.pdf>
- Cardozo, G., Dubini, P.; Fantino, I.; Ardiles, R. (2009). Conducta asertiva en jóvenes:
- Castanyer, O. (2013). La asertividad, expresión de una sana autoestima. Recuperado de <http://api.ning.com/files/hSOUK3FODotkju2LtA1piicTydAi0axn32SgwKqTIICH1bEfEkiq62mi5WKjCdCFdIXDYabePntOrrKgyTNZthsSya6xIeyk/CastanyerLaAsertividadExpresiondeUnaSanaAutoestima.pdf>
- Cejudo, J. (2015). *Diseño, desarrollo y evaluación del programa “dulcinea” de educación emocional en un centro de educación secundaria desde la integración de modelos de inteligencia emocional*. UNED. Recuperado de http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:Educacion-Jcejudo/CEJUDO_PRADO_Manuel_Javier_Tesis.pdf
- Centro Psicológico (2019). *Cine Fórum*. Recuperado de <http://www.centropsicologicopc.es/actividades/cine-forum/>
- Coromac, M. (2014). *Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación del conflicto en el aula (tesis de maestría)*. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/67/Coromac-Maria.pdf>
- Edualter.org (2019) Actividades: cine fórum. Recuperado de <http://www.edualter.org/material/actualitat/genere/castellano/cine.htm>
- Flores, M. y Díaz, R. (1995). Desarrollo y validación de una Escala multidimensional de Asertividad para Estudiantes. *Revista Mexicana de Psicología*, 12(2), 133-144.
- García, J. (2014). *Antropología filosófica. Una introducción a la filosofía del hombre* (6ª ed.). España: EUNSA.
- Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (McGRAW-HI). Mexico.
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1990). *Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes*

- universitarios*. Revista Latinoamericana de Psicología, 22 (2), pp. 265-282. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80522205.pdf>
- Llacuna, J. y Pujol, L. (2004). La conducta asertiva como habilidad social. Recuperado de http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_667.pdf
- Marín, T. y Hernández A. (2017). *El aprendizaje de la asertividad a través del ejemplo parental*. II congreso internacional virtual sobre la educación en el siglo XXI, pp. 618-628. Recuperado de <http://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2017/educacion/53-el-aprendizaje-de-la-asertividad.pdf>
- Martínez, B. y Céspedes, N. (2008). *Metodología de la investigación. Estrategia para investigar. Cómo hacer un proyecto de investigación*. (Libro Amig). Lima.
- Mendoza, S. (2008). *Asertividad escolar en alumnos de la licenciatura en psicología educativa de la Universidad Pedagógica Nacional*. Recuperado de <http://200.23.113.51/pdf/25172.pdf>
- Moreno, E. (2012). La violencia en las escuelas. Revista electrónica de
- Muñoz, L. y Morales, M. (2014). *El cine – foro como estrategia didáctica para la educación en competencias comunicativas y afectivas para la ciudadanía* (Tesis inédita de Maestría en Educación) Recuperado de <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/bitstream/handle/11059/4643/30223M971.pdf;sequence=3>
- Napola, (s.f.) *Fases del cine*. Recuperado de <https://intervencionnapola.weebly.com/cine-forum-fases.html>
- Nunez, A. (2010). *La asertividad*. En Luis Puchol (ed). Libro de las habilidades directivas (3era ed.), (pp. 592). Mexico: Diaz de Santos. Recuperado de https://drive.google.com/file/d/0B_K2wQV_bkWVDRVcDViMzZGejQ/edit
- Oliveros y otros (2008). La asertividad. [Htp://www.asertividad](http://www.asertividad). Recuperado el 25 de noviembre de 2012
- Padilla, Collados y Alcaraz (2006) *Metodología de utilización de cine-fórum como recurso docente en Bioética*. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/233386313_Metodologia_de_utilizacion_de_cine-forum_como_recurso_docente_en_Bioetica

- Riso, W. (2002). Cuestión de dignidad. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/4362729/Walter-Riso-cuestion-de-dignidad>
- Robledo, C. (2010). Técnicas y proceso de investigación. Recuperado de <https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/fichas-de-trabajo.pdf>
- Sánchez, C., Gonzales, J. y Bkieva, M. (2014). PSPP. Análisis de fiabilidad. Alfa de Cronbach. Recuperado de <https://www.uv.es/innomide/14u/PSPP/pspp08/PSPPfiabilidad.pdf>
- Solis, P. y Pezzia, C. (2018). *Asertividad y agresividad en estudiantes de psicología y medicina humana de una universidad particular en lima aplicando el inventario de bakker adaptado* (tesis de pregrado). Recuperado de <http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/1392/1/TESIS%20PAOLO%20SOLIS%20Y%20CARMEN%20PEZZIA-PSI2018.pdf>
- Trujillo, R. (2014). *La técnica del clown para mejorar la asertividad de las estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de educación inicial de la universidad privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo* (tesis de maestría). Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/965>
- Una estrategia en promoción de la salud. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de
- Vásquez, J. C. (2005). Teoría de la educación. Editorial, Madrid.
- Velásquez, A. (2005). Desarrollo de la asertividad. Comparación entre dos intervinientes pedagógicas. Universidad de los Andes. Recuperado de: http://cife.uniandes.edu.co/tesis/ana_maria_velasquez.pdf
- Villagrán, W. (2014). *Bienestar psicológico y asertividad en el adolescente* (tesis de pregrado). Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/22/Villagran-Wendy.pdf>
- Zuñiga, E. (2016). *Asertividad y consumo de alcohol en adolescentes de 15 a 16 años del Colegio Nacional Mariano Benítez del Cantón San Pedro de Pelileo* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23670/2/Z%C3%BA%C3%B1iga%20Paredes%20Eduardo%20Luis.pdf>

VIII. ANEXOS

Anexo 1. PROGRAMA DE CINE FORUM PARA EDUCAR LA ASERTIVIDAD EN LOS ADOLESCENTES DEL 5° GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

I. DATOS GENERALES

1. **Denominación** : Programa de cine fórum para educar la asertividad en los adolescentes del quinto grado de educación secundaria
2. **Autores** : Díaz Campos Leneyda
Irigoín Caruajulca Luzmila
Rojas Rojas Alicia
3. **Asesor** :María Flor Chirinos Sánchez.
4. **Institución Educativa:** “Almirante Miguel Grau” – Experimental Agropecuario
5. **Grado y sección** : 5° “A”
6. **Duración** : 2 meses

II. PROBLEMÁTICA

¿Cómo influye la aplicación de un programa de cine fórum para mejorar la asertividad de los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Experimental Agropecuario “Almirante Miguel Grau” en el año 2014?

III.JUSTIFICACIÓN

Según Calle (2011) Latinoamérica y el Caribe (LAC) “es una de las regiones más violentas del mundo y son los adolescentes y jóvenes quienes sufren desproporcionadamente esta violencia” (p.2), amenazando su salud y bienestar.

En un estudio realizado en el Perú (Oliveros y otros, 2008) se determinó que la incidencia de violencia o agresividad ha sido tanto en varones como mujeres. La pasividad reinante se manifestó en un buen grupo de los escolares agredidos, los que no comunican a nadie el drama que estaban viviendo. De estos estudios citados se puede deducir dos tipos de actitudes en los estudiantes encuestados: actitudes agresivas o violentas en un grupo y actitudes pasivas en otro.

Si hacemos una descripción de la realidad de las Instituciones Educativas en nuestra Región y en especial en el distrito de Chota, en la Institución Educativa Experimental

Agropecuaria “AMG” Tuctuasi se encontraron conductas agresivas dentro y fuera del aula, influenciada por los medios de comunicación social.

En este sentido, se ha aplicado una encuesta a estudiantes y docentes de la I.E. Experimental Agropecuario “AMG” Tuctuasi Chota, para evidenciar algunos rasgos característicos de la asertividad, cuyos resultados fueron: existen burlas entre compañeros, usan violencia verbal (insultos) para defenderse de agresiones de sus compañeros, existe discriminación por sus rasgos físicos, llamándose “negro”, “chato o enano”, “gordo” “flaco”, etc.

El desarrollo del presente programa está dirigido a los alumnos que cursan el 5to. Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau” - Experimental Agropecuario. En dicho grupo se ha observado comportamientos inadecuados en su interacción y comunicación con sus compañeros. Algunos se expresan de modo pasivo, otros agresivos y pocos de modo asertivo, por este motivo hemos creído conveniente desarrollar un programa de cine fórum, para educar la asertividad en los adolescentes y mejorar su comunicación, sus relaciones interpersonales y fortalecer su crecimiento personal. Así les ayudaremos a ser capaces de expresar sus sentimientos, ideas y opiniones de manera libre y sencilla; asumiendo una actitud asertiva y oportuna en la comunicación que sostiene con otra persona.

IV.OBJETIVOS:

4.1.Objetivo general:

Brindar a los estudiantes diversas estrategias para actuar de modo asertivo.

4.2.Objetivos específicos:

- Diseñar un programa de cine fórum para educar la asertividad de los estudiantes de quinto grado de Educación Secundaria
- Elaborar las ocho sesiones de aprendizaje que comprenderá el desarrollo del programa.
- Sensibilizar e informar a los estudiantes para que participen activamente en el programa.
- Fomentar en los estudiantes la comunicación asertiva en todos los actos de la vida diaria.

- Conducir a los estudiantes a una situación de análisis y reflexión sobre sus relaciones interpersonales.
- Reflexionar sobre los diferentes comportamientos: pasivo, agresivo y asertivo.

V. METAS

- Utilizar el cine fórum como estrategia para educar en la asertividad de los adolescentes.
- Elaborar el programa de cine fórum para educar en la asertividad de los estudiantes.
- Desarrollar las ocho sesiones de aprendizaje con los estudiantes.
- Lograr que la mayoría de los estudiantes practiquen la comunicación asertiva con los demás.
- Evaluar el logro o no de nuestros objetivos.

VI. RECURSOS MATERIALES

- Videos
- Televisor, DVD, computadoras
- Papelotes, plumones
- Cinta masking
- Papel bond

VII. RECURSOS HUMANOS

- Estudiantes del quinto grado de educación secundaria.
- Docentes
- Personal jerárquico y administrativo

VIII. PROGRAMA DE ACTIVIDADES

UNIDADES	INDICADORES	CONTENIDOS	TIEMPO
La asertividad una habilidad necesaria en el mundo de hoy	Identificar la conducta asertiva a partir del análisis de diversos casos.	La asertividad y sus características	2h
	Utiliza adecuadamente las estrategias asertivas en la interacción con los demás	Estrategias asertivas Lenguaje corporal Comunicación positiva	2h
	Conoce y practica habilidades sociales en los diferentes escenarios.	Habilidades sociales y asertividad	2h
	Se comunica de modo asertivo en todos los espacios de interacción social	Comunicación asertiva entre pares	2h
	Asume la asertividad como una actitud adecuada para la convivencia	La asertividad conducta de protección	2h
La conducta asertiva frente a la conducta agresiva y pasiva	Identifica las causas que no permiten ser una persona asertiva	Causas de la falta de asertividad	2h
	Diferencia la conducta asertiva de la pasiva y agresiva	La conducta asertiva frente a la conducta agresiva y pasiva	2h
	Identifica la comunicación no verbal en diferentes situaciones	Componentes no verbales de la comunicación asertiva	2h

IX. PROGRAMACIÓN DE SESIONES

Nº	SESIÓN DE APRENDIZAJE	CONTENIDO ESPECÍFICO	ESTRATEGIA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO
01	La asertividad en la vida diaria	La asertividad y sus características	Cine fórum “La asertividad”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
02	Técnicas asertivas	Estrategias asertivas Técnicas del sándwich Técnica del banco de niebla	Cine fórum “ Cuando decir no sin sentir culpa ”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
03	Habilidades sociales y asertividad	Habilidades sociales y asertividad	Cine fórum “Expresando habilidades sociales”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
04	Comunicación asertiva entre pares	Comunicación asertiva entre pares	Cine fórum “Respuesta oportuna”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
05	La asertividad conducta de protección	La asertividad conducta de protección	Cine fórum “Cómo expresarse asertivamente”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
06	Causas de la falta de asertividad	Causas de la falta de asertividad	Cine fórum “Conductas asertiva y agresiva”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
07	Expreso mis emociones y sentimientos con asertividad	Expreso mis emociones y sentimientos con asertividad	Cine fórum “Tipos de comunicación”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h
08	Encontrando la mejor manera de comunicarme	Encontrando la mejor manera de comunicarme	Cine fórum “Historias del Kronen”	Películas Papelotes Fichas de trabajo	2h

X. ESTRATEGIAS EDUCATIVAS

- Trabajo individual y grupal
- Análisis y discusión.
- Dramatizaciones
- Reflexiones
- Exposiciones

XI. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

Para evaluar la efectividad de dicho programa se ha considerado los siguientes rubros:

Aprendizaje: Está relacionado con los conocimientos adquiridos por parte de los estudiantes, respecto al tema de la asertividad.

Resultados: Se ha comparado el comportamiento de los estudiantes antes y después de la aplicación del programa, evidenciándose un cambio en su forma de actuar.

Estos datos se han registrado en fichas de observación, respecto a sus opiniones, comentarios, críticas y formas de actuar dentro de la institución educativa.

XII. CALENDARIZACIÓN

ACTIVIDADES	CALENDARIZACIÓN						
	A	M	J	J	A	S	O
Buscar información sobre programa	X						
Definir el programa		X					
Elaborar el programa		X	X				
Diseñar las sesiones del programa			X	X			
Aplicar las sesiones					X	X	X
Evaluar el programa							X

XIII. BIBLIOGRAFÍA

Aguilar Kubli, E. (1987). *Asertividad: Cómo ser tú mismo sin culpas*. México: Pax.

Guía para una escuela acogedora e integradora desde el inicio del año escolar. Ver enlace http://www.minedu.gob.pe/DeInteres/xtras/guia_buena_acogida_25_2_13.pdf

“El libro de las habilidades de comunicación”. Carlos J. van-der Hofstadt (2003). Madrid: Editorial Díaz de Santos.

Ministerio de educación (2013) sesiones de tutoría para la prevención del consumo de drogas. Lima.

https://www.academia.edu/11376537/SESIONES_DE_TUTORIA_QUINTO_GRADO-2008_SESI%C3%93N_DE_TUTOR%C3%8DA_No_1
Anexo 2. SESIONES DEL PROGRAMA.

SESIÓN DE APRENDIZAJE 01: LA ASERTIVIDAD EN LA VIDA DIARIA

I. COMPETENCIA, CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJE ESPERADO
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones	Identificar la conducta asertiva a partir del análisis de diversos casos.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momentos	Estrategias	Recursos	Tiempo
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> - Se inicia presentando un video sobre asertividad - Realizamos comentarios y dialogamos en base a las siguientes interrogantes: ¿De qué trata? ¿Qué dice acerca de los tipos de comunicación? - Mencionar ejemplos 	Videos Multimedia	35
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> - Se les entrega la información referida al tema: la asertividad en la vida diaria - Dan lectura y subrayan las ideas principales y comentarios del contenido - En grupos se les entrega una ficha con diversos casos para analizar e identificar la conducta asertiva - Plenario. 	Fichas de trabajo Papelotes Plumones	40
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> - Se les refuerza con ideas principales. - Realizamos las conclusiones del tema. 	Papelotes	15

ANEXOS

Anexo 1: La asertividad

Es la capacidad de decir sí cuando hay que decir sí, decir no cuando hay que decir no, sin agresividad y sentimiento de culpa, sintiéndose libres en todo momento.

El comportamiento asertivo. Es un tipo de habilidad social, un comportamiento maduro y adecuado donde se puede expresar lo que se siente, piensa, cree o se necesita, sin ofender a los otros.

Características de una persona asertiva

- Se siente libre para manifestar lo que piensa, siente y quiere.
- Tiene una orientación activa de la vida.
- Aceptan o rechazan en su mundo emocional a las personas.
- Expresan con equilibrio emocional sus sentimientos.

Principios básicos de la asertividad.

Ser honesto. Significa expresar verdaderamente los sentimientos, opiniones, preferencias, sin menosprecio de los otros ni de sí mismos.

Ser directo. Significa comunicar sentimientos, creencias y necesidades directamente y en forma clara.

Respeto por los demás y por uno mismo. Tratar a los otros con respeto es simplemente considerar, sus derechos humanos.

Ser apropiado. Toda comunicación, por definición involucra al menos dos personas y ocurre en un contexto particular, así una comunicación asertiva, necesita un espacio, un tiempo.

Derechos asertivos

1. Algunas veces, usted tiene derecho a ser el primero.
2. Usted tiene derecho a cometer errores.
3. Usted tiene derecho a ser el juez último de sus sentimientos y aceptarlos como válidos.
4. Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones y creencias.
5. Usted tiene derecho a cambiar de idea, opinión, o actuación.
6. Usted tiene derecho a expresar una crítica y a protestar por un trato injusto.
7. Usted tiene derecho a pedir una aclaración.
8. Usted tiene derecho a intentar cambiar lo que no le satisface.
9. Usted tiene derecho a pedir ayuda o apoyo emocional.
10. Usted tiene derecho a sentir y expresar el dolor.
11. Usted tiene derecho a ignorar los consejos de los demás.
12. Usted tiene derecho a recibir el reconocimiento por un trabajo bien hecho.

13. Usted tiene derecho a negarse a una petición, a decir “no”.
14. Usted tiene derecho a estar solo, aun cuando los demás deseen su compañía.
15. Usted tiene derecho a no justificarse ante los demás.
16. Usted tiene derecho a no responsabilizarse de los problemas de los demás.
17. Usted tiene derecho a no anticiparse a los deseos y necesidades de los demás y a no tener que intuirlos.
18. Usted tiene derecho a responder, o no hacerlo.
19. Usted tiene derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
20. Usted tiene derecho a tener sus propias necesidades y que sean tan importantes como las de los demás.

Ficha de trabajo

Discriminación de respuestas de estilos de comunicación

Instrucciones:

Para cada una de las situaciones que se presentan decide si la respuesta es pasiva (PAS), agresiva (AGR), o asertiva (ASE), rodea con un círculo la respuesta apropiada.

Grupo 1: Situación 1

Enamorado a su chica: “Me gustaría que te tiñeras el pelo de rubio”

Chica: “A mí que me importa lo que tú quieres, no me friegues”.

PASIVA, AGRESIVA, ASERTIVA

Grupo 2: Situación 2

Profesor a un estudiante: “Tus tareas con una cochinada. Hazlas de nuevo”.

Estudiante: “Está bien, tiene razón” y piensa (me siento mal la verdad es que soy un inútil).

PASIVA, AGRESIVA, ASERTIVA

Grupo 3: Situación 3

Hermanas: “Podrías ayudarme hacer el almuerzo el día de hoy”

Respuesta: “Lo siento, pero hoy no puedo”.

PASIVA, AGRESIVA, ASERTIVA

Situación 4: Situación 4

Gustavo a Osmar: “Aléjate de Rocío o le diré a ella que tú tienes un hijo”

Osmar: “Inténtalo y te enseñaré quién puede y quién no puede ver a rocío”

PASIVA, AGRESIVA, ASERTIVA

Grupo 5: situación 5

Laura a su compañera: “Préstame tu cuaderno para copiarme la tarea”.

Compañera: “Tengo que estudiar, tengo examen...pero ya pues, que importa, te lo presto”.

PASIVA, AGRESIVA, ASERTIVA

Grupo 6: Situación 6

Papá: “Pedro tu hermano se ha comido tu postre”

Tito responde: “El siempre hace eso, me da cólera, pero no le diré nada”.

PASIVA, AGRESIVA, SERTIVA

Grupo 7: Situación 7

Una señorita a otra: “¿Por qué te has puesto esa ropa tan fea?”

Señorita: “Mi ropa es asunto mío a ti que te importa”

PASIVA, AGRESIVA, SERTIVA

Grupo 7: Situación 7

María a su compañera de aula: “Gracias por guardar mi cuaderno que me olvidé ayer”

Compañera: “Bueno, no fue nada. De verdad, no me lo agradezcas, no fue nada”.

PASIVA, AGRESIVA, ASERTO

SESIÓN DE APRENDIZAJE 02: TÉCNICAS ASERTIVAS

I. COMPETENCIA, CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJE ESPERADO
CONVIVE Y PARTICIPA DEMOCRATICAMENTE EN LA BUSQUEDA DEL BIEN COMÚN	Interactúa con todas las personas	Interactúa con los demás utilizando adecuadamente las estrategias asertivas.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momentos	Estrategias	Recursos	Tiempo
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Se inicia con la presentación de un vídeo denominado “Cuando decir no sin sentir culpas”. • Los estudiantes organizado en pequeños grupos responden las siguientes interrogantes: <ul style="list-style-type: none"> - ¿De qué trató el vídeo? - Si tú fueses Anita ¿Qué harías? - ¿Qué es lo que más te llamó la atención? ¿Por qué? - ¿Cuál es la conducta que debemos imitar? ¿Por qué? 	Vídeo Televisor DVD Papelotes Plumones Cinta marketing	30
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • En plenaria, el coordinador de cada grupo da a conocer sus respuestas. • La docente explica el tema: Técnicas asertivas. • Los estudiantes practican la técnica del sándwich. 	Material de aula Hoja impresa	45
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes elaboran cuatro conclusiones del tema. • Elaboran su compromiso de utilizar alguna de estas técnicas para mejorar su comunicación. 	Cuaderno de trabajo	15

Anexo 1: Técnicas para ser más asertivos

1. TÉCNICA DEL SANDWICH

Esta técnica consiste en dar respuestas asertivas frente a una situación haciendo uso de estos parámetros: “Entiendo que tú...” “... pero yo...” “¿Qué te parece sí...?”

2. TÉCNICA DEL BLANCO DE NIEBLA

Consiste en reconocer en qué la otra persona tiene motivos para mantener su postura pero sin dejar de expresar que mantendremos la nuestra.

Esta técnica está especialmente indicada para afrontar críticas manipulativas.

Para llevar a cabo esta técnica se debe realizar lo siguiente:

- No discutir.
- Reconocer cualquier verdad mencionada por la otra persona, sin aceptarla.
- Aceptar la posibilidad de que las cosas pueden ser como se nos presentan utilizando las siguientes expresiones: “es posible que...”, “quizá tengas razón en que...”, “puede ser que...”
- Parafrasear los puntos clave de nuestra postura y se puede añadir lo siguiente: “... pero lo siento, no puedo hacer eso”, “... pero no gracias”, “...pero yo creo que no es así”.

3. TÉCNICA DEL DISCO RAYADO

Consiste en repetir una frase que exprese claramente lo que deseamos de la otra persona.

Podemos utilizar la siguiente expresión: “gracias pero no me interesa”

4. TÉCNICA DEL “USO DEL MENSAJE YO”

En esta técnica utilizamos las siguientes expresiones:

“Cuando tú...” (comportamiento)

“Me siento...” (sentimiento)

“Porque...” (consecuencia)

“Te pido, por favor, que...” (petición)

5. TÉCNICA DEL “PERO”

Consiste en reconocer la primera parte de verdad que existe en lo que nos dice la otra persona que supuestamente intenta manipularnos, y a pesar de ello mantenemos nuestra postura.

Ejemplos:

- Es posible que sea egoísta, pero...
- Tienes razón pero lo haré cuando yo decida...
- Es cierto que me visto de una forma extraña, pero...

SESIÓN 03: HABILIDADES SOCIALES Y ASERTIVIDAD

I. COMPETENCIA, CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJE ESPERADO
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Reflexiona y argumenta éticamente	Conoce y practica habilidades sociales en los diferentes escenarios.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momentos	Estrategias	Recursos	Tiempo
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Se inicia con la lectura denominada “Ni ratones ni monstruos”. Los estudiantes organizados en pequeños grupos responden las siguientes interrogantes: <ul style="list-style-type: none"> - ¿De qué trata la lectura? - ¿Qué actitudes tuyas te hacen parecer a un ratón o a un monstruo? ¿Por qué? - ¿Cuál es la enseñanza que puedes rescatar? 	Hoja impresa Papelotes Plumones Cinta marketing	25
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> En plenaria, el coordinador de cada grupo da a conocer sus respuestas. La docente explica el tema: Habilidades sociales y asertividad. Proyección del vídeo “Expresando habilidades sociales” Comentario y respuesta a interrogantes sobre el vídeo. 	Video Televisor DVD	45
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes desarrollan una ficha de trabajo. Elaboran conclusiones. 	Ficha de trabajo	15

ANEXO

Anexo 1: ni ratones ni monstruos

Cuando alguien actúa de forma pasiva no se expresa a sí mismo, se comporta como un ratón. Deja que los demás niños le manden, le digan lo que tiene que hacer y, generalmente, no defiende sus propios derechos. Por regla general, sus necesidades, opiniones o sentimientos son ignorados, y puede que los otros niños se aprovechen de él.

En el otro extremo se encuentran las personas que son agresivas o monstruos. Son mandones, intimidan a los demás, los critican y los humillan. Sólo se preocupan por conseguir lo que ellos desean y cuando ellos quieren. Rara vez se preocupan por los sentimientos de los demás y, con frecuencia se meten en líos o peleas.

Tienden a aprovecharse injustamente de los demás y, generalmente, tienen muy pocos amigos de verdad.

Por lo tanto, queda claro que tanto el comportamiento social pasivo como el agresivo no son la mejor forma de relacionarse con los demás. Estos dos comportamientos conducen, bien a resultar herido (ratones), bien a herir a los demás (monstruos). Seguro de que conoces compañeros que se comportan como ratones o como monstruos, y parece obvio afirmar que no se trata de gente feliz. Los monstruos tienen que ser duros, mientras que los ratones se tienen que esconder continuamente.

Anexo 2: Habilidades sociales

Es la forma en que nos comportamos, lo que decimos cuando estamos con los demás. Si tenemos unas buenas habilidades sociales probablemente nos llevaremos mejor con los profesores, compañeros de clase y miembros de la familia. Es importante aprender estas habilidades porque nos hacen más felices y dan como resultado menos problemas con los demás.

La palabra social significa como nos llevamos con los demás, incluso los amigos, hermanos, padres o profesores.

La palabra habilidades significa la capacidad o talento que has aprendido y desarrollado al practicar a hacer algo cada vez mejor. Por lo tanto, las habilidades sociales se refieren a nuestra habilidad para congeniar con los demás. Por ejemplo, hay habilidades muy simples, como hacer un elogio a alguien cuando te gusta algo de esa persona; pero también hay habilidades más

difíciles, como por ejemplo, tener que decir no a un amigo cuando nos pide un favor, de forma que no se enfade.

Después, practicaremos algunas habilidades. Algunos ejemplos son: hacer elogios, formular quejas, rechazar peticiones irracionales, compartir sentimientos, defender los propios derechos, solicitar favores, solicitar un cambio en el comportamiento de los demás, resolver conflictos, relacionarse el sexo opuesto, tratar con los adultos.

Una de las ideas básicas de la enseñanza de habilidades sociales consiste en que aprendas a observar la diferencia entre el comportamiento social pasivo, agresivo y asertivo.

La asertividad se refiere a comportarse tal y como uno es; es decir, ser asertivo significa dejar que los demás sepan lo que sientes y piensas de una forma que no les ofenda, pero que al mismo tiempo te permita expresarte. Puedes reconocer y respetar los sentimientos, opiniones y deseos de los demás. También significa defender tus propios derechos e intentar siempre ser honrado, justo y sincero. Ser asertivo no es sólo una cuestión de “buenas maneras”, es una forma de comportarse ante los demás de modo que les permite conocer tus sentimientos e ideas sin atropellar o ignorar las suyas. Lo ideal sería que todos nosotros actuásemos de forma asertiva ya que entonces pocas veces no pelearíamos, perderíamos amigos o sentiríamos miedo de estar con los demás.

➤ Ventajas de poseer unas buenas habilidades sociales:

- Comprender mejor a los demás.
- Comprenderse mejor a vosotros mismos.
- Comunicarse mejor con los demás.
- Hacer más amigos y conocer mejor a vuestros amigos.
- Poder jugar un papel más importante en nuestras familias y estar más implicados en las decisiones familiares.
- Puedes tener mejores rendimientos escolares, menos problemas con los amigos o compañeros y una mejor adaptación posterior en la vida.
- Llevarse mejor con nuestros profesores y compañeros de clase.

➤ Inconvenientes de tener pocas habilidades sociales:

- Puede que no seas capaz de comunicar bien nuestras necesidades o sentimientos a los demás.

- Puede resultar más difícil hacer nuevos amigos y conservar los que ya tienes.
- A los demás les costará comprender.
- Podrías ver apartados de las cosas importantes o divertidas que suceden
- Puedes encontrar solos, perder amigos, tener problemas con los adultos.

CONCLUSIONES

La asertividad no es algo innato e inmutable. Es cierto que algunas personas son capaces de comportarse socialmente sin apenas esfuerzo y a otras les cuesta mucho. Pero siempre se puede aprender.

Si expresamos lo que queremos, con claridad y sin agredir a los demás, es mucho más probable que nos comprendan y nos respeten.

El comportamiento pasivo impide que los demás nos conozcan – y se comporten pasivamente con nosotros – o que entiendan que somos dominables – y se comporten agresivamente.

Si somos agresivos, nos encontraremos con la agresividad de los demás o, en el polo opuesto, con su pasividad, pero no estableceremos relaciones constructivas.

Solo nuestra asertividad puede aumentar la asertividad de los demás.

Anexo 3: DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES

PERSONAS	EXPRESAR HALAGOS	EXPRESAR SENTIMIENTOS	RECHAZAR PETICIONES
COMPAÑERO DE CLASE			
PAPÁ			
MAMÁ			
HERMANO (A)			
AMIGO /A)			
CHICO (A) QUE TE GUSTA			

SESIÓN DE APRENDIZAJE 04: COMUNICACIÓN ASERTIVA ENTRE PARES

I. COMPETENCIA, CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJE ESPERADO
CONVIVE Y PARTICIPA DEMOCRATICAMENTE EN LA BUSQUEDA DEL BIEN COMÚN	Interactúa con todas las personas	Demuestra actitudes de respeto por sus compañeros a través de la comunicación asertiva.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Se da la bienvenida a los participantes y se describen brevemente la capacidad y aprendizaje esperado de la sesión A continuación se describen problemas comunes en los adolescentes, ejemplo: Ser insultado Tener mala nota Verse no tenidos en cuenta Tener que hacer algo que no quiere Se pregunta si algo así le ha sucedido, si les permite la participación, probablemente responderán: “no hice nada”, “le dí un puñetazo”, “me moleste pero no hice nada” “No pedí ayuda, me quedo con ello pero no quería” 	Hoja impresa Papelotes Plumones Cinta marketing	25
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> Video “Respuesta oportuna ” Responden las siguientes preguntas: ¿Qué es lo que más te gustó del video? ¿Con cuál de los personajes te sientes identificado? ¿Qué les parece la actitud del personaje principal? Formamos grupo de trabajo y cada uno emite la escena que ha captado para hacer memoria de la película. Reflexionamos a partir de las siguientes preguntas: ¿Resulta fácil o difícil decidir si alguien se comunica pasiva, agresiva o asertivamente? ¿Cómo resolverías estas situaciones? ¿Cómo crees que se sintieron? 	Video Televisor DVD Cartulina Papelotes	45

	<p>¿Alguna ocasión te comportaste de acuerdo con alguno de los patrones de comunicación? ¿Qué pasó?</p> <ul style="list-style-type: none"> • En grupos elaboran una viñeta sobre la comunicación asertiva entre pares frente a una determinada situación. 		
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Meta cognición. ¿Qué aprendiste hoy?, ¿cómo lo aprendiste?, ¿Qué dificultades tuviste?, ¿en tu vida diaria cómo aplicarías lo aprendido? 	Ficha de trabajo	15

ANEXOS

Anexo 1: Diálogo disparateo

Instrucciones: observa detenidamente las figuras, lee lo que dice cada personaje, responde y luego intercambia ideas con los demás miembros de tu grupo y saquen sus conclusiones.

Daniel:

Oye petiso, ven y saca una manzana de la mochila de Juanito y me la traes que tengo hambre

Arturo:

Bu eee no...pero oo si ella ... porque mejor...

Daniel:

Hazlo y punto, sino quieres que te...

Arturo:

Está bien, como tú quieras, lo haré.....

Anexo 2: TRES CASOS, TRES CONDUCTAS DISTINTAS

Instrucciones. En grupo lean los diálogos del grupo del caso que les tocó, intercambien opiniones luego contesten.

Dialogo 1

Sospechas que una amiga ha tomado uno de tus libros sin pedírtelo antes.

Entablas el siguiente diálogo:

TU.. Perdona, Leticia, ¿has cogido mi libro de matemática? No lo encuentro por ningún parte.

LETICIA: ¡Oh, sí! Espero que no te moleste, lo necesitaba para resolver un problema.

TU: de acuerdo, está bien que lo tomes prestado pero, por favor, pídemelo antes, así no creeré que lo he perdido.

LETICIA: tienes razón, es que tenía prisa. Discúlpame.

CONTESTA:

¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

.....
.....

¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

.....
.....

¿Cómo crees que se sentirán los personajes del caso leído?

.....
.....

(Asertiva) esta es una respuesta asertiva porque: evitas que tu amiga se enfade, probablemente te devolverá el libro; esto evitará que vuelva a repetirse el mismo tipo de problema, porque ahora tu amiga sabe qué quieres, qué pida el libro antes de cogerlo.

Dialogo 2

Sospechas que un amigo ha tomado que un amigo a tomado uno de tus libros sin pedírtelo antes.

Entablas el siguiente diálogo

TU: ¡caramba! Me gustaría encontrar mi libro de matemática. Espero que nadie lo haya tomado.

LUIS: ¡oh! lo he tomado yo. Pensé que no te molestaría

TU: ¡vaya! Pensaba que lo había perdido

LUIS: No te preocupes lo tengo yo

CONTESTA:

¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

.....
.....

¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

.....
.....

¿Cómo te sentirías tú?

.....
.....

¿Cómo se sentiría tu amigo Luis?

.....
.....

(Pasiva) esta es una respuesta pasiva y menos deseable porque no has dicho lo que realmente querías decir; puede que en el futuro tu amigo se aproveche de ti otra vez porque no ha comprendido que este comportamiento te moleste; puede que no te devuelva el libro.

Dialogo 3

Sospechas que un amigo ha tomado que un amigo a tomado uno de tus libros sin pedírtelo antes.

Entablas el siguiente diálogo:

TU: ¡muy bien! ¡muy bien! Te he casado robándome mi libro de matemáticas!

JAVIER: ¿Lo dices en serio?, solo lo he cogido prestado un momento.

TU: Seguro que sí (sarcásticamente) ¡gracias por pedírmelo!

JAVIER: ¡toma!, quédate con tu cochino libro.

CONTESTA:

¿Es positivo o negativo este tipo de comunicación?, ¿por qué?

.....
.....

¿Qué ventajas tiene este tipo de comunicación?

.....
.....

¿Cómo te sentirías tú?

.....

¿Cómo se sentiría tu amigo?

.....

(**Agresiva**) porque no has dicho lo que quería decir puede que tu amigo este enfadado contigo y que actúe de la misma manera; puedes perder un amigo porque lo has avergonzado y atacado verbalmente.

Anexo 3: Lectura: La asertividad

Es una de las habilidades sociales que consiste en saber defender sus derechos sin agredir a nadie. Es decir lo que uno piensa, siente y desea con seguridad, en el momento oportuno, en el lugar adecuado y de forma tal que no agrede al otro y a los otros. Es decir no, con firmeza y sin ofensas a los requerimientos de otro u otros en asuntos que no se está de acuerdo o no se quiere hacer.

La asertividad: implica velar por el respeto a los derechos de uno mismo y de los demás; hacer uso de su libertad sin afectar la libertad de los demás; y asumir plenamente las responsabilidades por las consecuencias de sus actos.

Hay 3 tipos de comportamiento o estilos de comunicación:

El agresivo: No respeta el derecho de los demás. Se cree con capacidad de disponer, de ordenar sin ningún respeto a los demás. Impone sus ideas, no escucha, no pide opiniones, se cree el dueño de la verdad, utiliza gestos y palabras ofensivas.

Sus frases más usadas son generalmente de amenaza, humillaciones, insultos, entre otras.

El pasivo: No defiende sus derechos, tolera insultos, humillaciones, apodos: no es capaz de decir NO a pesar de no estar de acuerdo y no querer hacerlo.

El asertivo. Su forma de comunicación tiene grandes ventajas: facilita la convivencia armoniosa, pacífica, de respeto a la libertad y a los derechos humanos, ayuda a comprendernos

y a comprender a los demás, favorece la tolerancia y la aceptación de los demás, contribuye a la integración social y reduce las posibilidades de conflicto.

“cómo expresarse asertivamente”

SESIÓN 5: LA ASERTIVIDAD CONDUCTA DE PROTECCIÓN

I. COMPETENCIA , CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones	Utiliza la comunicación asertiva para evitar situaciones de riesgo

I. DESARROLLO DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Se da la bienvenida a los participantes y se describen brevemente el propósito de la sesión, y la situación problemática, si vas a una fiesta y tus amigos beben, fuman, se drogan, etc si tu no lo haces te dicen gallina. si algo así le ha sucedido, ¿cómo reaccionarías? Posiblemente responderían “no hice nada” “le dí un puñetazo” “me moleste, pero no hice nada” “No pido ayuda, me quedo con ello, pero no quería” 	Papelotes Plumones Cinta masking	25
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> Video “el tabaquismo” Responden las siguientes preguntas: ¿Qué sustancias tóxicas contiene el cigarro según el video? ¿Con cuál de las frases dichas n el audio video propagarías? ¿la asertividad te protegería de este vicio? Formamos grupo de trabajo y cada uno emite la escena que ha captado para hacer memoria del video. Reflexionamos a partir de las siguientes preguntas: ¿Resulta fácil o difícil decidir si alguien si alguien responde pasiva, agresiva o asertivamente? ¿Cómo crees que el asertividad nos ayudaría a protegernos? ¿Alguna ocasión el asertividad te protegió de alguna ruptura de relaciones por los vicios? ¿Qué pasó? 	Video Televisor DVD Cartulina Papelotes	45
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> Meta cognición. ¿Qué aprendiste hoy?, ¿cómo lo aprendiste?, ¿Qué dificultades tuviste?, ¿en tu vida diaria cómo aplicarías lo aprendido? 	Ficha de trabajo	15

ANEXOS

¿Qué es el asertividad?

Es una destreza personal de comportamiento que nos permite expresar nuestras opiniones, pensamientos y sentimientos de forma adecuada y en el momento oportuno, sin ofender ni negar los derechos de las otras personas. Esta habilidad implica dominar los siguientes puntos.

- Saber decir sentimientos y deseos, ya sean positivos o negativos, de una forma valiente, sin sentir timidez y sin desconsiderar los derechos de los otros.
- Saber distinguir las ocasiones en las que la expresión personal es adecuada.
- Saber protegerse sin agresión ni pasividad, delante las conductas inadecuadas y poco cooperadoras de los otros.

Es de destacar que la asertividad no implica ni pasividad ni agresividad. La habilidad de ser asertivo proporciona dos importantes beneficios:

- Aumenta la autoestima, la confianza en sí mismo y la complacencia personal por hacer cosas.
- Perfecciona nuestra posición social, la aprobación y el respeto de los demás.

Estilo pasivo Estilo asertivo Estilo agresivo

ASERTIVIDAD CONTRA EL ALCOHOL EL TABACO Y LAS DROGAS

El alcohol, el tabaco y drogas son sustancias capaces de generar en la persona que las consume tres situaciones que conocemos como: dependencia, tolerancia y síndrome de abstinencia.

- La dependencia es el deseo que tiene el adicto para continuar consumiendo y así poder sentirse bien.
- La tolerancia se refiere a que acorde pasa el tiempo, cada vez se va a requerir mayor cantidad de alcohol, tabaco y droga para sentir el mismo efecto.
- El síndrome de abstinencia son una sucesión de síntomas y signos: nerviosismo, sudoración, taquicardia, temblor, etc., que se ven cuando uno abandona el consumo violentamente, para tranquilizar esa sintomatología se habría que consumir otra cantidad de droga.

Para ser asertivo en contra del alcohol, el tabaco y las drogas debemos de conocer sus efectos de ellas sobre la salud de nuestro organismo, sobre sus efectos en nuestro ámbito familiar y social. Mucha gente piensa que sabe sobre estos temas, pero no es del todo correcto esta afirmación, quizá puedan saber que el alcohol, el tabaco y las drogas hacen

perjuicio, pero no saben como es que lo hacen, que órganos del cuerpo se dañan. Por tanto la base para llegar a ser asertivo en cuanto al uso de drogas es el conocimiento de sus efectos y consecuencias.

Con los conocimientos aprendidos sobre el alcohol, el tabaco y las drogas, si alguien te propone probar alcohol, el tabaco y droga simplemente diles que no, la mayoría de las veces no te van a obligar, si esto no es posible expresa tus motivos por lo que no consumes: por el gasto económico que conlleva, porque te lo prohibido el médico, no quieres decepcionar a tus padres, porque hacen daño al cerebro, porque conoces a gente que lo hace y lo está pasando mal, etc. hay muchas razones para no consumirlas, tu respuesta siempre debería ser en forma afirmativa y sin vacilaciones. Si ello no es posible aún, es preferible que te separes de esa persona o fuente de drogas.

Si tú no eres fumador, estas en todo tu derecho de reclamarle a alguien que esta fumando en un lugar prohibido, una frase asertiva cuando esto pase, es decir: "Por favor deberías apagar el cigarrillo porque este es un lugar prohibido", como verás la forma en que lo hemos dicho es afirmativa y contundente, una forma de expresión muy asertiva.

Los derechos asertivos básicos

Quien desee decir NO al alcohol, el tabaco y a las drogas debe partir del reconocimiento de estos derechos asertivos básicos:

- Derecho a ser tratado por los demás con respeto y dignidad.
- Derecho a poder expresar libremente nuestros sentimientos y opiniones.
- Derecho a tomar nuestras propias decisiones, aún a riesgo de equivocarnos.
- Derecho a satisfacer nuestras propias necesidades siempre y cuando con ello no perjudiquemos a los demás.
- El derecho a cambiar.
- El derecho a cometer errores.
- El derecho a gozar y a disfrutar.
- El derecho a ser independiente.
- Derecho a decir "NO" sin sentirse por ello culpable o egoísta.
- El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta que también los demás tienen derecho a decir "NO"

SESIÓN DE APRENDIZAJE 06: CAUSAS DE LA FALTA DE ASERTIVIDAD

I. COMPETENCIA , CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones	Reconocer los factores que afectan la falta de asertividad.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Socio Drama “el jefe sin carácter” Dialogamos en base a las siguientes preguntas ¿Cuáles son las actitudes del jefe? ¿conoces personas que actúan como el jefe? ¿Por qué crees que el jefe se deja manipular? ¿Cuáles crees que son las causas de la falta de asertividad? 		35
DESARROLLO	<p>Observamos el video: “cómo expresarse asertivamente”</p> <p>Dialogamos:</p> <p>¿Qué observaron en el video?, ¿ejemplos conocidos de falta de asertividad?, ¿Qué desventajas tiene la persona que se deja manipular, que no tienen metas claras, que dependen de otros?</p> <p>¿Qué deben hacer para revertir esta falta de asertividad?</p> <ul style="list-style-type: none"> Organizamos grupo de trabajo. Pedimos a los estudiantes que elaboren el esquema de espina de Ishikawa en la que plasmarán las causas y consecuencias de la falta de asertividad. 	<p>Copia del diálogo disparejo (anexo 1)</p> <p>fotocopias (anexo 2)</p> <p>Copia de la hoja de lectura: la asertividad (anexo 3)</p>	40

	<ul style="list-style-type: none"> • Luego de intercambio de experiencias entre los miembros del grupo, en plenario dan a conocer sus trabajos • Los estudiantes reciben una hoja de lectura con las causas de la falta de asertividad. 		
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollan una ficha de auto evaluación ¿Confías en ti mismo? ¿Cómo lo demuestras? ¿Para tomes una decisión dependes de los demás? ¿Tienes objetivos claros en tu vida? ¿Te es fácil afrontar los retos? ¿Cómo lo haces? 		15

Anexo 1

PRINCIPALES CAUSAS DE FALTA DE ASERTIVIDAD

1.- La persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada.

- a.- Castigo sistemático de comportamientos asertivos. Entendemos por ese castigo, no solo el componente físico sino sobre todo el mental: recriminaciones, desprecios o prohibiciones.
- b.- Falta el refuerzo positivo a las conductas asertivas, o ese refuerzo ha sido el inadecuado, puede ocurrir que una conducta asertiva no haya sido castigada, pero que tampoco haya sido reforzada, no has aprendido a valorar esa conducta de una manera positiva.
- c.- La persona ha conseguido más beneficios cuando ha utilizado conductas agresivas o pasivas: se te han reforzado positivamente conductas agresivas, por ejemplo, chillar a tu hermano cuando tenías una diferencia, para las personas agresivas, el refuerzo es mucho más inmediato, ganas una discusión y eso te lleva a considerar que tienes éxito.
- d.- La persona no sabe discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta: la persona a la que los demás la consideran "plasta" está en este caso. Esta persona no sabe ver cuándo su presencia es aceptada y cuándo no, otra persona puede ser la llamada "patos", que se ríe cuando tiene que estar serio, o está serio cuando es humorístico el contexto.

2.-La persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que emite de forma parcial.

- Excesiva agresividad
- Discriminen racialmente, sexo, edad.

3. La persona no conoce o rechaza sus derechos.

- Pasa en los que manifiestan personalidad pasiva.
- No creen que tengan que ser respetados.

4. La persona posee unos patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva.

Tengo que ser amado y aceptado por toda la gente que sea importante para mi.

Tengo que ser totalmente competente, adecuado y capaz de lograr cualquier cosa o al menos ser competente o con talento en algún área importante.

Cuando la gente actúa de manera ofensiva e injusta, debe ser culpabilizados y condenado por ello, y ser considerados como individuos viles, malvados e infames.

Es tremendo y catastrófico cuando las cosas no van por el camino que mí me gustaría que fueran.

La desgracia emocional se origina por causas externas y yo tengo poca capacidad para controlar o cambiar mis sentimientos.

Si algo parece peligroso o temible tengo que estar preocupado por ello y sentirme ansioso.

Es más fácil evitar afrontar ciertas dificultades y responsabilidades de la vida que emprender formas más reforzantes de autodisciplina.

Las personas y las cosas deberían funcionar mejor y si no encuentro soluciones perfectas a las duras realidades de la vida tengo que considerar la realidad como terrible y catastrófica.

Puedo lograr la felicidad por medio de la inercia y la falta de actuación o tratando de disfrutar pasivamente y sin compromiso.

SESIÓN DE APRENDIZAJE 07: EXPRESO MIS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS CON ASERTIVIDAD

I. COMPETENCIA , CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones	Manifiesta con asertividad sus emociones sentimientos y comportamientos según el contexto y las personas

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Iniciamos la sesión y solicitamos 4 voluntarios, a cada uno le damos un papelito que contiene una situación relacionada a una emoción. Decimos que representen solo a través de mímicas lo que les ha tocado. El grupo debe adivinar qué emoción está representando cada uno de sus compañeros y compañeras. - Situación 1: Un o una adolescente expresa alegría •-Situación 2: Un o una joven se muestra enojado(a), con cólera y grita. • Solicitamos a los y las estudiantes que comenten sobre lo representado, sobre todo respecto a la última situación. 	Fotocopias	20
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitamos a nuestros estudiantes que elijan una de las siguientes emociones: alegría, tristeza, miedo, cólera, que le pongan un nombre al 	Papel bond	55

	<p>personaje y compongan una pequeña historia sobre él. Ejemplo:</p> <p>Historia 1:</p> <p>Juan está molesto porque su compañero lo ha insultado en la hora de recreo, por eso le quiere pegar a la salida.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Solicitamos que algunos socialicen la historia elaborada y analicen de manera conjunta la emoción y la reacción de esta. • Solicitamos que transformen la historia para que expresen la emoción de manera asertiva. 	Material de aula	
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboran conclusiones sobre lo trabajado en la sesión, sobre todo enfatizando la importancia de expresar las emociones y sentimientos a los demás. • Metacognición: ¿qué has aprendido? ¿cómo lo has aprendido? ¿para qué te sirve lo aprendido? 	Material de aula	15

Ideas fuerzas

Las emociones se expresan de diferentes maneras. Estas distintas formas de expresar sentimientos ayudan a las personas a entender en qué situación están.

- Los sentimientos surgen de manera espontánea como una respuesta emocional frente a situaciones que nos agradan o desagradan. Nuestras reacciones emocionales forman parte de nuestra forma de ser y de actuar. Son parte de nuestra personalidad, pero debemos aprender a expresarlas de manera adecuada.
- Si experimentas emociones negativas, no te encierres en ti. Expresa tus sentimientos, busca personas en quienes confíes y que te puedan comprender y dar aliento, antes de reaccionar de una manera que dañe a los demás. Comunica de manera asertiva lo que pasa.

Completa la historia utilizando cualquier tipo de emoción

Historia 1:

Juan está molesto porque su compañero lo ha insultado en la hora de recreo, por eso le quiere pegar a la salida.

Ejemplo de respuesta asertiva

Historia 1:

Juan está molesto porque su compañero lo ha insultado en la hora de recreo, conversa con su tutor sobre lo ocurrido. Más tranquilo, piensa que buscará un momento para conversar con su compañero sobre lo ocurrido.

Solicitamos algunos voluntarios o voluntarias (los que no participaron en la primera parte) para que compartan su historia y la transformen de tal manera que la reacción ante la emoción sea asertiva.

SESIÓN DE APRENDIZAJE 08: ENCONTRANDO LA MEJOR MANERA DE COMUNICARME

I. COMPETENCIA , CAPACIDAD Y APRENDIZAJE ESPERADO

COMPETENCIA	CAPACIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones	Expresan puntos de vista razonados sobre las consecuencias de sus decisiones y para prevenir situaciones de riesgo proponen la comunicación asertiva.

II. DESARROLLO DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a los estudiantes y se les invita a observar la Película “Historias del Kronen” • Dialogamos en grupo ¿De qué trata?, ¿por qué los amigos tienen ese tipo de comportamiento?, ¿en tu colegio existe este tipo de comportamientos, comenta un caso?, si tu fueras el personaje ¿qué harías? • Socializamos las respuestas con los compañeros 	Película proyector	25
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • A continuación se explica que se seguirán reconociendo las distintas formas de comunicación, participando del juego “Comunicándonos”. • Uno de tus estudiantes que lea la cartilla de instrucciones • Se inicia el juego 	Fichas pelota	50

<p style="text-align: center;">CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En base a la información proporcionada en el momento anterior arriban a conclusiones • Complementa las ideas, tomando en cuenta la información teórica: <p>La asertividad permite a las y los adolescentes expresar lo que realmente piensan, sienten y desean, y experimentar bienestar por ello.</p> <p>La asertividad permite a las y los adolescentes defender sus derechos como personas.</p> <p>La comunicación asertiva es útil para hacer frente a situaciones como el abuso o violencia sexual.</p>	<p>Material de aula</p>	<p>15</p>
--	---	-------------------------	-----------

ANEXO

Juego: COMUNICÁNDONOS

Los objetivos del juego son:

Reconocer distintas formas de comunicar deseos, sentimientos y creencias.

Ensayar respuestas asertivas ante situaciones hipotéticas relacionadas a la sexualidad de las y los adolescentes.

Instrucciones:

- Se requiere de una pelota y un juego de tarjetas de colores.
- Las tarjetas contienen situaciones que se presentan en la vida diaria de las y los adolescentes y preguntas que deben ser respondidas por las y los participantes.
- Las y los participantes se sentarán formando un gran círculo.
- En el centro se coloca las tarjetas, las cuales serán previamente mezcladas.
- El juego se inicia pasando la pelota de mano en mano hacia la derecha.
- Cuando oigan a la o el docente decir la palabra: ¡tarjeta!, la pelota se detiene y la o el participante toma una tarjeta del centro del círculo, lee la situación y da su respuesta.
- Se reanuda el juego haciendo girar la pelota siempre a la derecha.
- Si en alguna ocasión, la pelota se queda en manos de alguna persona que anteriormente tomó una tarjeta, la o el participante que está sentado a su izquierda, es quien debe salir a tomar una nueva tarjeta.
- Proseguir el juego hasta terminar con todas las tarjetas.
- Es importante que todas y todos tengan la oportunidad de responder a las preguntas.

Contenido de las tarjetas:

Marco le dice a Luis, que conoce un sitio de Internet donde pueden ver películas pornográficas. Luis le dice que no puede ir porque no tiene plata, pero la verdad es que ha escuchado que la pornografía no es buena pero, por temor a que su amigo se burle de él o lo considere un “lorna”, no se lo dice. ¿Qué tipo de comunicación emplea Luis?

Respuesta: *Comunicación interpretativa o subjetiva, debido a la presencia de prejuicios y temores no comunica lo que verdaderamente piensa.*

Marco le dice a Luis, que conoce un sitio de Internet donde pueden ver películas pornográficas. Luis le dice que no puede ir porque no tiene plata, pero la verdad es que su papá y su mamá le han enseñado que la pornografía no es buena pero, por temor a que su amigo se burle de él o lo considere un “lorna”, no se lo dice.

¿Cuál sería la respuesta asertiva de Luis?

Respuesta: *“Marco, yo no deseo ir, creo que la pornografía es dañina”.*

Jennifer le dice a su enamorado con gestos de molestia en el rostro: “No quiero que vayas a la fiesta con tus amigos, porque yo no voy a ir. Si vas, terminamos.” ¿Qué tipo de comunicación emplea Jennifer?

Respuesta: *Comunicación impositiva.*

Jennifer le dice a su enamorado con gestos de molestia en el rostro: “No quiero que vayas a la fiesta con tus amigos, porque yo no voy a ir. Si vas, terminamos.” ¿Cuál sería la respuesta asertiva de su enamorado?

Respuesta: *Yo te quiero, pero también quiero ir a la reunión. Si esa es una razón para terminar, me dará mucha pena.*

Miguel y Myriam son amigos y fueron a una discoteca de su barrio. Aunque conocían a otras chicas y chicos, ellos dos bailaron juntos casi toda la noche. A la salida, él quiere besarla en la boca. Ella, sorprendida le dice: “Miguel, ¿qué te pasa?!”; él le responde: “¿pero qué te pasa a ti? ¡Creí que te gustaba! ¿Qué pasa con estos amigos? ¿Por qué Miguel pensó que Myriam aceptaría sus besos?”

Respuesta: *Miguel se confundió, pensó que si Myriam bailaba con él toda la noche, era porque ella deseaba “algo más”. Es decir, no interpretó con objetividad el comportamiento de su amiga.*

Miguel y Myriam son amigos y fueron a una discoteca de su barrio. Aunque conocían a otras chicas y chicos, ellos dos bailaron juntos casi toda la noche. A la salida, él quiere besarla en la boca. Ella sorprendida le dice: “Miguel, ¿Qué te pasa a ti? ¡Creí que te gustaba! ¿Qué podría decir Myriam?”

Respuesta: *La pasé muy bien y me divertí contigo, pero eso no significa que quiera besarte o tener algo contigo.*

Anabel y Raúl son enamorados. Ella lo ve conversando muy animadamente con una chica. Quisiera saber quién es y de qué conversan, siente celos, pero no dice nada, cree que es mejor no preguntar y quedarse callada.

¿Anabel comunica lo que siente? ¿Por qué no?

Respuesta: *No, Anabel no comunica bien lo que siente porque, a pesar de que le genera enojo o fastidio, no se lo hace saber a su enamorado.*

Anabel y Raúl son enamorados. Ella lo ve conversando muy animadamente con una chica. Quisiera saber quién es y de qué conversan, siente un poco de celos, pero no dice nada, cree que es mejor no preguntar y quedarse callada. ¿De qué manera Anabel puede hacerle saber a su enamorado lo que está sintiendo?

Respuesta: Anabel tiene la opción de preguntarle quién es esa chica y de qué hablaban y decirle que, al verlo conversando tan animadamente con ella, sintió un poco de celos.

Marita y Alicia son amigas, están en el 1ero. de secundaria. Marita le dice a Alicia, que acompañe este sábado a una fiesta de chicos del 5° año de otro colegio. Alicia no quiere asistir, cree que no se sentirá bien, pero no se atreve a decírselo a su amiga. ¿Qué revela el comportamiento de Alicia?

Respuesta: *Inseguridad, no encuentra cómo comunicar lo que piensa.*

Marita y Alicia son amigas, están en el 1ero. de secundaria. Marita le dice a Alicia, que la acompañe este sábado a una fiesta de chicos del 5to. año de otro colegio. Alicia no asistir, cree que no se sentirá bien, pero no se atreve a decírselo a su amiga. ¿Cómo podría Alicia dar una respuesta asertiva?

Respuesta: *Gracias por invitarme, pero en verdad no quiero asistir.*

Javier le pidió a Pedro que le acompañara a entregar unos encargos a un colega de trabajo de su padre. Cuando llegan, el señor y otros están compartiendo un almuerzo y les invitan a quedarse. La comida está muy buena y los señores parecen muy amables. De repente, Pedro siente que uno de ellos, por debajo de la mesa, le pone la mano sobre sus piernas. ¿Qué significa esta situación?

Respuesta: *Acoso sexual.*

Javier le pidió a Pedro que le acompañara a entregar unos encargos a un colega de trabajo de su padre. Cuando llegan el señor y otros están compartiendo un almuerzo y les invitan a quedarse. La comida está buena y los señores parecen amables. De repente, Pedro siente que uno de ellos, por debajo de la mesa, le pone la mano sobre sus piernas. ¿Qué podría hacer Pedro?

Respuesta: *Pedro podría levantarse inmediatamente de la mesa, llamar a su amigo, contarle lo que está pasando y decirle que quiere irse. Saliendo del lugar, el siguiente paso es que Pedro comunique lo sucedido a un adulto de su confianza.*

Amanda ha conocido a un amigo por Internet, comparten muchas cosas, él le da consejos, le dice que todo el tiempo piensa en ella, que la encuentra muy linda y que seguro lo es más en ropa de baño, por eso le ha pedido que le mande sus fotos en ropa interior. ¿Qué significa esta situación?

Respuesta: *Es una situación de abuso sexual*

Amanda ha conocido a un amigo por Internet, comparten muchas cosas, él le da consejos, le dice que todo el tiempo piensa en ella y que la encuentra muy linda y que seguro lo es más en ropa de baño, por eso le ha pedido que le mande sus fotos en ropa interior. ¿Cuál sería un comportamiento asertivo de Amanda?

Respuesta: *Dejar de comunicarse con él e informar lo sucedido a un adulto de su confianza.*

Anexo 3: Encuesta para medir la asertividad

Objetivo: Conocer el grado de asertividad de los estudiantes frente a diversas situaciones.

Instrucciones:

- A continuación encontrarás diferentes ítems. Te solicitamos responder a ellas con sinceridad y en la brevedad posible.
- Lee los ítems que aparecen en el cuestionario, escribe el número con el cual te sientes más identificado frente a cada situación.

A menudo (1) - A veces (2) - Rara vez (3) – Nunca (4)

Fecha: __/__/__

N°	ITEMS	AM	AV	RV	N
01	En una reunión difícil, cuando la tensión está muy alta, soy capaz de exponer mi punto de vista con seguridad en mí mismo.				
02	Si me siento inseguro de algo, pido ayuda sin ningún problema.				
03	Si alguien me trata de forma injusta y agresiva, sé controlar la situación con seguridad en mí mismo.				
04	Cuando alguien está siendo sarcástico a mis expensas o a expensas de los demás, me siento capaz de exponer mi opinión sin alterarme.				
05	Si me tratan con desprecio o condescendencia me defiendo con franqueza sin recurrir a la agresividad.				
06	Si tengo motivos para creer que están abusando de mí lo hago notar sin poner cara larga ni disgustarme.				
07	Cuando alguien me pide permiso para hacer algo que prefiero que no haga, como por ejemplo fumar, digo que no sin sentirme culpable.				
08	Si alguien pide mi opinión sobre algo, me siento lo bastante tranquilo para darla, aun cuando sé que mi opinión no va ser bien recibida.				
09	Trato con mis superiores con facilidad y de forma efectiva.				
10	Si me venden un producto defectuoso o de mala calidad en una tienda o en un restaurante, reclamo mis derechos sin atacar a la otra persona				
11	Cuando tengo en perspectiva una oportunidad importante hablo por mí mismo.				
12	Cuando veo que un asunto no marcha bien, actué con atención antes de que se convierta en un desastre potencial.				
13	Cuando tengo que dar una mala noticia, lo hago sin ponerme nervioso ni preocuparme en exceso.				
14	Si necesito algo, lo pido con franqueza y sin rodeos.				
15	Cuando alguien no escucha lo que tengo que decir, le hago ver mi punto de vista sin ser estridente ni compadecerme de mí mismo.				
16	Cuando alguien me mal interpreta, se lo hago notar sin sentirme culpable y sin que la otra persona se sienta humillada.				
17	Cuando no comparto la opinión de la mayoría, expongo mi punto de vista sin pedir disculpas ni ser autoritario.				
18	Acepto las críticas de buen humor				
19	Sé hacer un cumplido sin sentirme violento o que suene o “hacer la pelota”				
20	Cuando me enfado, soy capaz de expresar mi punto de vista sin sentar juicio ni sentirme defraudado conmigo mismo.				

Fuente: Tomado de Nuñez (2010). La asertividad, pp. 157-159.

Gracias por tu colaboración

Anexo 4: Resultados del pre test aplicado a los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I. E. “Almirante Miguel Grau”, Chota 2014.

N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	TOTAL
1	1	2	1	3	4	1	2	3	4	3	4	2	3	4	1	2	3	4	3	2	52
2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	1	1	2	3	39
3	3	4	1	2	3	2	2	1	1	2	1	2	3	4	2	3	2	4	1	3	46
4	3	1	4	3	1	3	1	3	4	2	1	3	2	1	1	2	3	1	3	2	44
5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	4	1	2	38
6	3	1	2	2	2	3	2	3	1	4	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	44
7	4	2	1	2	3	4	3	2	1	3	1	2	3	2	1	3	1	1	4	3	46
8	2	1	2	2	3	2	3	2	4	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	46
9	4	1	2	3	4	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	4	1	2	45
10	3	1	2	2	1	2	3	1	2	3	4	3	1	2	3	2	1	4	3	2	45
11	4	1	3	4	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	4	1	3	3	1	2	49
12	3	3	2	4	4	3	1	2	1	4	3	2	2	3	4	1	3	3	4	2	54
13	2	3	4	3	2	4	3	2	3	4	1	2	3	4	2	2	3	3	3	4	57
14	4	2	4	3	3	2	4	3	1	4	3	3	2	4	3	2	4	3	3	2	59
15	1	3	4	4	4	3	1	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3	60
16	3	4	2	1	1	2	1	2	2	3	4	4	3	3	2	4	3	1	3	4	52
17	3	4	2	4	3	2	3	2	1	3	4	4	3	2	3	2	4	3	2	3	57
18	2	2	4	3	3	4	1	2	2	1	2	2	3	2	3	1	4	1	2	2	46
19	4	2	1	2	3	4	4	4	2	2	1	3	1	2	1	3	2	1	2	3	47
20	2	1	3	4	3	1	2	2	3	1	4	3	2	1	1	2	2	1	1	3	42
21	3	4	3	4	2	3	3	3	3	1	3	4	2	3	4	1	2	2	3	4	57
22	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	4	3	1	1	2	40
23	3	2	1	2	3	2	1	1	1	2	3	1	2	3	1	2	2	1	2	2	37
24	3	4	2	3	4	1	2	2	1	4	3	4	4	3	2	3	4	1	1	2	53
25	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	2	3	4	1	2	3	42
26	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	4	2	2	1	3	3	54
27	3	1	1	2	3	4	4	4	2	3	1	2	3	1	2	3	2	1	1	3	46
28	4	1	4	3	4	2	3	3	1	2	1	2	3	1	3	2	2	1	1	3	46

Anexo 3: Resultados del post test aplicado a los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I. E. “Almirante Miguel Grau”, Chota 2014.

N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	TOTAL
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	23
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	22
3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	24
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	24
5	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	24
6	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	24
7	1	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	36
8	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	24
9	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	23
10	2	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	1	2	35
11	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	24
12	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	24
13	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	24
14	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	24
15	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	26
16	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	24
17	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
18	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	26
19	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	35
20	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	31
21	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	23
22	1	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	38
23	2	1	1	2	1	1	2	1	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	28
24	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	26
25	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	27
26	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	32
27	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	22
28	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	24