



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador | Sede
Ambato

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

LA IMPORTANCIA DEL PENSAMIENTO ASERTIVO EN LA ADOLESCENCIA

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título Psicólogo
Clínico**

Línea de Investigación:

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Autor:

Edison Daniel Villacres Benitez

Director:

Ps. Mg. Víctor Manuel Cuadrado Rodríguez

Ambato – Ecuador

Julio 2023

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

SEDE AMBATO

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Tema:

LA IMPORTANCIA DEL PENSAMIENTO ASERTIVO EN LA ADOLESCENCIA

Línea de Investigación:

Desarrollo humano y salud mental

Autor: Edison Daniel Villacres Benitez

Víctor Manuel Cuadrado Rodríguez, Ps. Mg.
CALIFICADOR

f. 

Lucía Almeida Márquez, Ps. Mg.
CALIFICADOR

f. 

María Isabel Ramos Noboa, Ps. Mg.
CALIFICADOR

f. 

Lucía Almeida Márquez, Ps. Mg.
DIRECTORA ENCARGADA ESCUELA DE PSICOLOGIA

f. 

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.
SECRETARIO GENERAL PUCESA

f.  
Pontificia Universidad Católica del Ecuador
SECRETARÍA GENERAL
PROCURADURÍA

Ambato – Ecuador
Julio 2023

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **EDISON DANIEL VILLACRES BENITEZ** con CC. **0503855504**, autor del trabajo de graduación intitulado "LA IMPORTANCIA DEL PENSAMIENTO ASERTIVO EN LA ADOLESCENCIA", previo a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGO CLÍNICO**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación superior, de entregar a la SENESCYT en forma digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema nacional de información de la educación superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la universidad

Ambato, Julio 2023



EDISON DANIEL VILLACRES BENITEZ

C.I 0503855504

DEDICATORIA

Dedico con todo mi corazón esta tesis a mi madre, pues sin su sacrificio y esfuerzo no lo habría logrado. A mi esposa, quien me brinda todo su amor y su fuerza para cumplir con mis metas, así también a mi hija que es la razón de mi vida, de igual manera a mi hermana María del Carmen que desde la eternidad me ilumina y me llena de fe para seguir adelante. Finalmente, a mis abuelitos quienes me brindan su amor y su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

A mi hermana que está en el cielo, quien hizo todo lo necesario para que sea un profesional, a mi madre por su apoyo incondicional y el sacrificio que realizó para culminar mis estudios. A mi esposa quien me ha brindado su apoyo y su amor para salir adelante, mi hija quien es mi razón de vivir. Así también a mi tía, abuelitos, quienes me brindaron su respaldo afectivo, conocimiento y su experiencia para ser una persona de bien. Gracias Infinitas.

RESUMEN

El objetivo de la investigación es conocer la importancia del pensamiento asertivo en la adolescencia. Sobre la metodología, este es un estudio bibliográfico de diseño no experimental, enfoque cualitativo, de alcance descriptivo. Para su realización se empleó como instrumento la ficha bibliográfica, en la cual se recogió la información necesaria para fundamentar las variables de estudio. Valiéndose de la información, los resultados demostraron que los procesos cognitivos en la etapa de la adolescencia están en auge, de manera que a esta edad implantar la conducta asertiva es más factible porque se podría manipular aun los pensamientos. De esta manera, los pensamientos son más organizados y facilitan la relación personal que tiene el adolescente con la sociedad. Por otro lado, el estudio asegura que desde varios enfoques psicológicos la conducta asertiva tiende a ser abordada, y reforzada. Así también, en la investigación se evidencia que la conducta asertiva se enlaza con otras habilidades para mejorar la formación personal del adolescente.

Palabras Clave: adolescencia – asertividad – proceso cognitivo – habilidad asertiva

ABSTRACT

The objective of this research is to "better understand" the importance of assertive thinking in adolescence. On the methodology, it conducted a bibliographic study with a non-experimental qualitative approach and a descriptive scope. In order to carry out this project, the necessary data based on the study variables were collected from the bibliographic file. Using this information, the results showed that cognitive processes rise sharply during adolescence allowing thoughts to be manipulated, and thus implanting assertive behavior is more feasible. During assertive behavior, thoughts are more organized and facilitate the personal relationship that the adolescent has with society. In addition, the study finds that several psychological approaches can instill and reinforce assertive behavior. Also, this research finds evident that assertive behavior is linked to other skills that improve an adolescent's personal development.

Keywords: adolescence - assertiveness - cognitive process - assertive behavior

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE CUADROS	ix
INTRODUCCIÓN	1
1.1 Adolescencia	8
1.2 Antecedentes de la asertividad	21
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLOGICO	31
2.1 Tipo de estudio.....	31
2.2 Enfoque de la investigación.....	32
2.3 Diseño de la investigación.....	32
2.4 Variables de estudio.....	33
CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	37
3.1 Presentación de resultados	37
3.2 Cuadros de resultados	39
CONCLUSIONES	52
RECOMENDACIONES	54

Í

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Diagrama de flujo PRISMA de búsqueda y selección de documentos incluidos en la revisión.....	38
---	----

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Proceso cognitivo del adolescente y la relación con la asertividad	40
Cuadro 2. La asertividad en la adolescencia.....	44

INTRODUCCIÓN

Debido a que los seres humanos están esencialmente relacionados entre sí, los adolescentes desarrollan su conducta y fortalecen las habilidades sociales. Las mismas, se encuentran predominadas por algunas áreas, incluido la sociedad, la familia y la escuela. Así pues, las habilidades sociales, comportamientos o rasgos personales son importantes para interactuar entre sí, a través de la influencia con sus semejantes, según Esteves, Paredes, Calcina y Yapuchura (2020) “un adolescente con un bajo repertorio de habilidades sociales no será capaz de comprender y controlar sus sentimientos y de quienes lo rodean” (p 2). Esto significa entonces que el pensamiento asertivo en la adolescencia, facilita una mejor relación social con las personas que lo rodean.

En efecto, cada adolescente es considerado como un ser único y diferente. Si bien, en el existen, circunstancias de momentos históricos y sucesos socioculturales en los que vive. De modo que, en él influye una serie de factores que intervienen en su comportamiento y actitud. Todos estos cambios permiten desarrollar una perspectiva que apoya al desarrollo de las habilidades comunicativas y, en última instancia, depende de la capacidad de desempeñar el papel de un adulto en la sociedad. De modo que desarrollar las habilidades le permite tener una mejor comprensión de lo que el transmite y le ayuda a comprender lo que los demás le dicen.

En tal sentido al estar implicado en la sociedad de forma directa, tiene derecho a expresar sus sentimientos, emociones, deseos. De igual manera, actúan en función de sus propios intereses con el suficiente criterio para expresarse. De modo que se respete sus derechos y los derechos de las otras personas, desde un punto de madurez en su expresión de forma consistente, clara, directa e incluso congruente para establecer lazos equilibrados en la sociedad. De manera que, el adolescente tendrá una mejor adaptación en el medio en el que se encuentra, y a medida que se integre ejecutara nuevas habilidades que le facilitaran su formación personal.

Así también, la preparación cognitiva se basa en mejorar la manera racional de interpretar las cosas, las mismas que le advierten que algunas cuestiones que pasan no se controlan, pero si determinan la manera de sentirse en algunas situaciones. Por lo que, la asertividad no se centra solo en elegir una opción, pues su adquisición conlleva tiempo, dado que estas se desarrollan en las actividades cotidianas. Cuando se comprende esto, determinamos si juzgar lo que sucede con las emociones es correcto. De lo mencionado anteriormente se define el comportamiento asertivo.

La palabra asertividad es un término que hace referencia a la afirmación y defensa de los derechos, que tiene un origen antepasado, según Villa et. al (2011) “La palabra “asertividad” proviene etimológicamente del latín asserere o assertum, que significa “afirmar” o “defender”” (p.3). Esto quiere decir, que es una habilidad que le permite a la persona transmitir sus opiniones y respetar las opiniones de los demás. Así también, el concepto de asertividad tiene sus raíces en la terapia de la conducta según caballo (1983) afirma:

El concepto de asertividad data desde 1949, según Salter el mismo surge como un rasgo de personalidad, bajo la premisa de que algunas personas la poseían y otras no. Posteriormente, este constructo sufre algunas modificaciones. Para 1958 Wolpe asocia a este concepto como la expresión de las emociones positivas direccionadas hacia otra persona, en la que no cabe la ansiedad; así también, este término tiende a modificarse en el año de 1966, en el cual Lazarus describe que este término se orienta a una fusión en la que se unen los derechos y sentimientos de las personas. (p.2)

Esto quiere decir que el termino con el tiempo adquiere más expansión y popularidad.

De manera que, el termino asertividad eleva el auge con nuevas definiciones, según Cañón y Rodríguez (2011) “en el 2003, se define como la conducta que permite a una persona actuar para implantar su propio interés, defenderse a sí mismo sin ansiedad y expresar sus derechos, sin destruir los derechos de otros” (p.82). De

manera que, es una definición que se direcciona al bienestar de las personas al momento de transmitir sus emociones. En base a lo mencionado por los autores, se dice que es un rasgo que surge de la personalidad. En el cual nacen emociones positivas direccionadas hacia otro sujeto, el mismo podría ser adquirido o posiblemente obtenido a través de la práctica diaria de la vida cotidiana.

La asertividad es una habilidad adquirida a través de su entrenamiento. Una vez que se la practique es más fácil repetirlo. Por eso, alcanzada la habilidad los jóvenes podrían entenderse con los demás sin desaprovechar el momento. Así también, los padres son el eje fundamental en el hogar, de ahí que den la posibilidad de enseñar a sus hijos la importancia de un buen comportamiento en la sociedad, según Corrales et. al, (2017) “un comportamiento asertivo implica una variedad de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a los niños y adolescentes a alcanzar sus propósitos de una manera socialmente aceptable” (p.61). Esto quiere decir que la importancia de una buena relación en el hogar es elemental para desenvolverse en la sociedad.

Por ende, la asertividad es una habilidad importante, desde la cual se desarrollan las destrezas sociales de una forma organizada. Las mismas que están encaminadas al análisis de la situación previniendo los problemas, según González et al. (2018) “respecto a lo expuesto anteriormente, se puede decir que en diferentes estudios se ha logrado percibir que las mujeres suelen practicar más las habilidades sociales que los hombres, particularmente en lo relativo a asertividad”. Esto quiere decir que las mujeres suelen ser más cuidadosas al momento de comunicarse con las personas.

La asertividad no es considerada como algo innato. No se nace con él y no está determinada por nuestro origen. Por otro lado, son las habilidades que se tienden a dominar, desarrollar y mejorar. Para aprovecharlo al máximo, lo mejor es hacerlo desde una edad temprana. Por supuesto, la pubertad es un buen momento para reforzar los aspectos negativos de esta. El empoderamiento es un elemento importante de todas las relaciones, esto ayudara a mejorar su situación y es

importante usarlos correctamente al hablar con un adolescente pues, es una herramienta necesaria para su independencia social.

Dentro de la situación problemática encontramos un conjunto de observaciones sistematizadas en adolescentes, demuestran que la falta de asertividad en los mismos genera problemas al momento de relacionarse. En relación a lo anterior, existen indicadores que demuestran lo mencionado, según Pérez (2013) “se observa que por falta de asertividad hay conductas como rebeldía, apatía, estrés, esto se debe a la adolescencia, porque se ve como una etapa de adolecer porque el ser humano no es niño ni adulto” (p.62). Esto quiere decir, que un adolescente poco asertivo no demuestra conductas aceptables, lo que dificulta su relación con la sociedad.

Cabe agregar, que al adolescente se le dificulta el desarrollo de las habilidades de adaptación conductual, las mismas que constituyen un equilibrio y bienestar del joven, según (Lemos, Krumm, Gutierrez & Arán Filippetti, 2016) “la empatía, prosocialidad, autoeficacia, creatividad y autocontrol, constituyen recursos de la personalidad que fortalecen la capacidad de afrontamiento”. De manera que, al desarrollarse estas habilidades conductuales el joven tendrá mejor aceptación en sus relaciones sociales. Así también, el adolescente mediante el desarrollo de las habilidades, podrá utilizar su conocimiento para usar las mismas según sea necesario.

Desde esta perspectiva la asertividad es la habilidad conductual que permite la interacción personal, cuya importancia es significativa en los juicios de razonamiento de cada individuo. Es una destreza que se encuentra condicionada por el medio en el que este se desarrolla, según Güell (2011) “señala que la asertividad es una conducta que puede ser aprendida a partir de un entrenamiento, no es un rasgo de personalidad o de carácter, no es de origen genético ni hereditario”. En referencia a lo anterior, denota que la asertividad es una conducta que se fundamenta en el aprendizaje social cuya importancia es la formación de la personalidad.

Así, la asertividad es una habilidad de juicio razonable, que al ser expresada de una manera adecuada direcciona la buena comunicación entre sujetos, según Riso (2015), “la asertividad ayuda a integrar las emociones a la vida diaria, cuando se expresa lo que se piensa y lo que se siente se libera la mente y de esta forma el cuerpo puede mantenerse también sano, libre de somatizaciones a causa de la represión emocional”. Significa entonces que el transmitir los deseos de una manera directa ayuda al cuidado de la salud y desarrollar un pensamiento asertivo donde se conserve un cuerpo libre de somatizaciones.

Es evidente entonces que las personas especialmente los adolescentes tienen la necesidad de practicar la habilidad asertiva para modelar su conducta y ajustarse a la sociedad. Muchos autores abordan la conducta asertiva desde diferentes disciplinas científicas según, Schmitz y Hipp (2005) indican que la conducta del adolescente puede ser abordada desde diversos ejes, uno de ellos es el factor comportamental, el cual se trabaja desde el modelo psicoterapéutico cognitivo conductual, en el que se reemplazan pensamientos y conductas negativas por positivas por medio del refuerzo positivo. Según lo citado la asertividad es una habilidad que enmarca el comportamiento del adolescente y desde el estudio psicológico este debería ser reforzado para el mejor desarrollo social.

Para lo cual el planteamiento del problema es el siguiente:

¿Cuáles son los principales hallazgos reportados en estudios científicos en referencia al pensamiento asertivo en adolescentes?

Dentro de este contexto se plantea el principal objetivo que es determinar la importancia del pensamiento asertivo en la adolescencia.

A partir del objetivo principal se ha desarrollado los siguientes objetivos específicos:

- Fundamentar teóricamente el pensamiento asertivo y la etapa de la adolescencia.
- Explicar el desarrollo de las habilidades asertivas.
- Identificar la importancia de la asertividad en la adolescencia.
- Elaborar un informe de investigación final con la bibliografía revisada.

La adolescencia es una etapa trascendental para el desarrollo del comportamiento humano. Este período está marcado por diferentes puntos de vista, según Palacios (2019) refiere:

la adolescencia ocurre en la segunda década de la vida, con inicio entre los 10 y los 13 años (representado por la pubertad), y que finaliza entre los 18 y los 25 años, momento que fluctúa de acuerdo con la diversidad cultural y las metas o tareas que se espera se hayan cumplido.

Por tanto, este pasaje de la vida es importante para su crecimiento, debido a que en esta etapa se fortalecen y extinguen conductas en los adolescentes. Es así que, en este tiempo de transición, es necesario estudiar los cambios comportamentales del sujeto. Sin embargo, una habilidad que forma parte de la conducta es la asertividad, la misma se toma como eje de estudio, debido a que incide trascendentalmente en la relación del adolescente con el mundo social.

La falta de conocimiento de la misma ha causado algunos problemas al momento de relacionarse para la juventud según Rivera (2016) refiere:

la comunicación asertiva está estrechamente relacionada con la vivencia del respeto al interior del grupo, por lo que refieren que es frecuente observar situaciones de irrespeto entre los estudiantes, lo cual genera en muchas ocasiones el aislamiento de algunos, quienes por temor a expresar abiertamente sus opiniones y participar en las clases, prefieren callar y evitar así la burla y otro tipo de situaciones, tales como las agresiones físicas (p. 60)

Así también, la falta de asertividad provoca en los adolescentes situaciones que les causa incomodidad e insatisfacción social.

Desde esta perspectiva, se da paso al estudio de la asertividad, donde se dice que es la capacidad de transmitir nuestros pensamientos y emociones correctamente, según Miranda (2015) “la asertividad no es un don especial, sino una cualidad que se aprende y que se basa en un profundo deseo de plantear las situaciones reales sin violencia y constructivamente” (p. 13). De manera que se enfoca en el respeto y cariño por uno mismo y por los demás. Por tanto, al no ser practicada

continuamente se convierte en un problema en las relaciones sociales de muchos adolescentes. De modo que, este es el motivo principal para su estudio, el mismo que nos permitirá saber de manera más profunda la incidencia de esta conducta asertiva en las relaciones sociales del adolescente.

CAPÍTULO I ESTADO DEL ARTE

1.1 Adolescencia

La palabra adolescencia se deriva del latín *Adolescens* cuyo significado es joven y *Adolescere* que significa crecer. Esta es una etapa que señala cómo un niño se transforma en adulto, el cual adquiere una maduración personal con características únicas, según (Hernández L. , 2011) “la época, las culturas y los medios marcan la etapa de la adolescencia; no es, pues, un fenómeno universal, ni homogéneo”. Por tanto, la adolescencia es una etapa en la cual el sujeto desarrolla características que encaminan su crecimiento de acuerdo a las condiciones en las que se encuentre.

Así también, la adolescencia es aquella etapa que está comprendida entre la niñez y la edad adulta, es un proceso psicofisiológico que se presenta en toda la humanidad durante un momento determinado, según la OMS citada en Borrás (2014) “la adolescencia es el periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales (p.5). En este propósito, la adolescencia es una etapa crucial para llegar a la vida adulta la cual está determinada por ciertos cambios generales.

Está, se considera como una etapa de progreso en la cual el adolescente busca aprender del entorno como de el mismo. Transitar por esta etapa le ayuda al joven a tomar decisiones y hacerse cargo de sus acciones. De manera que para el mancebo crecer con autonomía implica cambios, físicos, biológicos y sociales. Así también, para ellos es una etapa nueva de crecimiento y cierta información está completamente modificada. Por lo que se deduce que para alcanzar un desarrollo habrá ciertas modificaciones a nivel mental, corporal y social las mismas que se adaptarán según la edad.

De modo, la percepción del término adolescencia depende del criterio cultural y profesional que se de en un lugar determinado, cada contexto define de múltiples

maneras el tema de la adolescencia según, Pineda & Aliño (2002), “la adolescencia es un concepto relativamente moderno; fue definida como una fase específica en el ciclo de la vida humana a partir de la segunda mitad del siglo pasado, está ligado este hecho a los cambios políticos, económicos, culturales” (p.1). Es evidente entonces que la adolescencia tiene una gran importancia dentro de todas estas instituciones, debido a que es una etapa fundamental para toda la sociedad y es significativo para el crecimiento personal y familiar.

Cabe agregar que, la palabra adolescencia se ha definido según las distintas visiones multidisciplinarias, algunas han desarrollado una visión, biológica, psicológica, social, entre otras, es así que la adolescencia desde un enfoque psicológico, (Freud, 1905, como se cita en García y Parada, 2018, p.349) afirma: es un periodo de “metamorfosis” el mismo en el que existe ciertos cambios internos y externos en el cuerpo debido a que se deja un cuerpo para llegar a otro el cual le provocara un cambio de deseos personales y que provocaran en él una búsqueda de personalidad.

Por lo tanto, la etapa de la adolescencia está determinada por la modificación externa e interna que existe en el sujeto.

Es así, que la adolescencia es un periodo de cambios donde se empiezan adquirir características y definiciones propias de la edad. De manera que, es un cambio general que se presentan en las personas, que a medida que pasa el tiempo toma cualidades individuales del ser humano. Así también, en esta etapa se dejan actitudes infantiles que se ven encaminados a formar una identidad propia de joven. De modo que, sus cambios son necesarios para la aceptación personal y social, siendo así un proceso que abarca todo lo que tiene que ver con el desarrollo de la identidad.

De igual manera, aquí el adolescente busca desarrollar funciones similares al de un ser adulto, gracias a la activación de las hormonas que poseen hombres y mujeres, según Iglesias (2013) “las hormonas de la testosterona y la progesterona estimulan las células, que generan manifestaciones físicas independientes en

hombres y mujeres, por ejemplo; desarrollo del olor corporal e incremento de la secreción sebácea, aceleración de la edad ósea” (p.89). Estos cambios les provocaran extrañes, porque su cuerpo toma la similitud a la de un adulto, teniendo en cuenta que cada uno adoptará diferentes características porque existe un desarrollo distinto entre ellos.

De modo que algunos cambios físicos en el adolescente están ligados a una diferencia entre hombres y mujeres, Pérez et. al (2012) Afirma:

Algunos cambios físicos en la adolescencia son: la adquisición capacidad reproductora, la peculiaridad sexual secundaria, crecimiento esquelético, aparición de los vellos y el tejido muscular, teniendo en cuenta que a los 11 y 12 años existe un incremento de tamaño en las mujeres, mientras que en los varones se evidencia a los 13 y 14 años. (p. 235)

Tal parece que, el desarrollo en la adolescencia varía de acuerdo al sexo debido a que biológicamente los cambios se presentan a diferentes edades.

Así también, otra característica que se refuerza en la adolescencia son las emociones, estas influyen en los procesos psicológicos, del pensamiento y la memoria del adolescente. De manera que, los procesos afectivos mejoran las capacidades de las relaciones sociales, según Gutiérrez (2022) “cuando ocurre que operan en equilibrio la parte emocional y racional le permitirá al individuo o adolescente tomar mejores y correctas decisiones y con ello tener un comportamiento asertivo, sin temor a las consecuencias” (p. 3). Esto quiere decir que, lo afectivo como lo cognitivo van de la mano, debido a que estos explican de manera más adecuada el comportamiento del ser humano y sus posibles desajustes.

Con diferencia a los estados emocionales de la niñez, en la adolescencia se tiene mayor conciencia de los estados afectivos, los mismos que se juntan con los procesos mentales al momento de explicar sus emociones. De igual manera con la información que procesa el adolescente tiende a considerar una variedad de factores personales al momento de interpretar y explicar emociones complejas de

los sujetos. De esta forma el joven implantara su pensamiento y su conducta de manera eficaz en la cual su integridad y la de los demás se encuentren respetada.

En este sentido, se denota que el desarrollo emocional de los adolescentes es significativo en la sociedad, debido a que esto regula de forma adecuada la manera de relacionarse con los demás, según (Colom, et al., 2009) “potenciar el desarrollo de las competencias emocionales favorece, no sólo la construcción de una persona más íntegra, sino también el prevenir o disminuir comportamientos problemáticos o de riesgo” (p. 240). En consecuencia, el desarrollo afectivo y cognitivo del adolescente mejoran el pensamiento subjetivo dentro de su entorno social.

De igual manera, cabe destacar que se presentan cambios cognitivos en el adolescente, debido a que el cerebro está en un proceso de cambio y no está completamente desarrollado hasta aproximadamente los 15 y 16 años de edad, según De Caro (2013) “Hoy se conoce con seguridad que ciertas regiones del cerebro, en especial la corteza prefrontal sigue desarrollándose hasta alrededor de los 20 años aproximadamente” (p. 29). De manera que, es importante que la corteza prefrontal se desarrolle completamente en la adolescencia, debido a que en esa parte del cerebro se originan algunas funciones del sujeto, por ejemplo, la toma de decisiones, el control e inhibición de los impulsos y muchas funciones que le ayudaran adaptarse de mejor manera al mundo social y personal.

Es por ello que el proceso cognitivo en el adolescente tendrá más énfasis en este estudio, porque de aquí se desprenden todos los comportamientos del sujeto. Por tanto, la experiencia que se tenga en esta etapa es de suma importancia, puesto que es aquí donde se aprenden comportamientos y pensamientos que le ayudan a mejorar su relación social y personal en futuros momentos. En efecto, aquí los procesos cognitivos son más fáciles de estructurar, pues sus ideas y pensamientos cambian constantemente dependiendo su necesidad, según (Frith, 2007, citado por De Caro, 2013) afirma:

que en la adolescencia el cerebro todavía es adaptable, necesita ser moldeado y modelado, precisamente porque todavía sigue en desarrollo, esto a su vez lo hace muy sensible, por lo cual la

experiencia durante esta etapa del ciclo vital es fundamental, de ahí que la participación del entorno será relevante, así como la educación formal y la protección por parte de los adultos para reducir las probabilidades de conductas de riesgo para la salud (p. 29).

En este caso, en la adolescencia el proceso cognitivo está en un constante cambio, la guía de un adulto es importante para su buena adaptación en la sociedad.

En tanto, el desarrollo cognitivo del adolescente mejora la capacidad de pensar, razonar y tomar decisiones. En esta etapa los procesos cognitivos toman forma con la edad, mejoran la conceptualización de los sucesos complejos, y dan mejor solución a los problemas, según Rodríguez y Romero (2011) “los adolescentes ya no presentan límites, ahora pueden manejar abstracciones, comprobar hipótesis y ver posibilidades infinitas”. Así, los adolescentes aprenden a razonar de manera más compleja los sucesos de la vida entendiendo los fenómenos de causa y efecto y a su vez las consecuencias que atraen su comportamiento.

Sin embargo, los procesos cognitivos son la base de la adaptación social, porque es aquí donde el sujeto aprende a razonar desde lo abstracto a lo formal los hechos que suceden a su alrededor. Así también, en la adolescencia se empiezan a evidenciar las demandas y expectativas de la sociedad, en este periodo los jóvenes se sienten identificados con personas que admiran, a esta edad toman distancia del calor familiar para acoplarse más a la sociedad. De igual manera, en este proceso la presión de los pares influirá positivamente llevándolo a destacarse en alguna actividad, por ejemplo, el deporte, así también muchas veces influye negativamente a desarrollar conductas de riesgo

A medida que los adolescentes progresan con su edad, va cumpliendo con ciertas tareas de desarrollo, donde crean un funcionamiento adaptativo de madurez. Algunos de ellos al adquirir su independencia desarrollan algunas conductas que podrían ser des adaptativas y que obstaculizan la adaptación del sujeto socialmente, muchas veces son conductas de riesgo que mortifican la conducta del

adolescente y le impide sentirse bien en la sociedad. Esto provoca que, los jóvenes al momento de relacionarse no lo hagan de buena manera por lo que se necesita que se ejercite los procesos cognitivos, por tanto, aquí parten la organización y sensibilidad de transmitir ideas, y se desarrollan las habilidades principalmente uno de ellos es la asertividad.

Resulta oportuno decir, que los procesos cognitivos son la cumbre del nacimiento de la asertividad en el adolescente, pues por medio del análisis es posible entender lo que sucede, según Tustón (2016)

La expresión directa de los propios pensamientos, sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones que no amenazan, castigan ni violan los derechos de los demás ayudan en la formación de un estilo asertivo para un ser humano, lo que le producirá una mayor satisfacción en la vida social, mayor confianza en sí mismo y en sus relaciones más íntimas y significativas (p. 9).

Es así, que los procesos cognitivos son los que provocan la elaboración de pensamientos y opiniones que ayudan al desarrollo de la asertividad en la sociedad.

En este mismo orden y dirección, se dice que los procesos cognitivos del adolescente integran experiencias de la vida cotidiana que luego son acomodados para reestructurarlos y ponerlos en práctica. Es así que la asertividad es la consecuencia de pasos adaptivos al medio, que genera un conocimiento que le ayuda a resolver de mejor manera una situación, según Piaget (1976) afirma:

el desarrollo cognitivo se desarrolla de dos formas: la primera, la más amplia, corresponde al propio desarrollo cognitivo, como un proceso adaptativo de asimilación y acomodación, el cual incluye maduración biológica, experiencia, transmisión social y equilibrio cognitivo. La segunda forma de desarrollo cognitivo se limita a la adquisición de nuevas respuestas para situaciones específicas o a la adquisición de nuevas estructuras para determinadas operaciones mentales específicas. (p.6)

De modo que la habilidad asertiva se basa en el aprendizaje social que se asocia con los pensamientos cognitivos, donde se origina un nuevo conocimiento.

Sin embargo, en la adaptación al mundo social el adolescente suele convertirse en un riesgo, debido a que experimenta ciertos cambios comportamentales, según Seoane (2015) “en este período los adolescentes se sienten omnipotentes e indestructibles gracias al narcisismo que poseen, sienten la necesidad de probar todo, con el pensamiento de que jamás les sucederá nada malo” (p.8). De modo que al sentirse de esa manera tienden adoptar conductas de riesgo que a futuro generen malestar. Sin embargo, cuando se utiliza la asertividad muchos de estas conductas se disminuyen y dejan de causar un problema personal.

En cuanto al desarrollo social, el adolescente de acuerdo con la edad va ejerciendo diferentes roles hasta sentirse identificado con algo o alguien. Esto es muy crucial en la construcción de su personalidad, pues definirá su manera de actuar en la sociedad. Es así que el adolescente en este transcurso del desarrollo tiene conflictos en el hogar por que prioriza más su independencia, tanto que se sentirá identificado con personas que generen admiración, así también con grupos, por ejemplo, futbol, música, o alguna otra actividad. Los mismos en algunas ocasiones ayudan al adolescente a madurar y alcanzar su adaptación al mundo social, compartiendo, experiencias y emociones.

Así bien, la adolescencia es una etapa decisiva del ser humano, aquí se adoptan buenas y malas experiencias, partiendo de las mismas se llegan a tener mejores habilidades de adaptación, la más adecuada a esta edad es la habilidad asertiva porque permite una mejor conexión con los demás. Así, la asertividad es una guía de maduración personal, que motiva a desarrollar habilidades para mantener un comportamiento de acuerdo al lugar en el que se encuentre, según Surco (2021) “el desarrollo cognoscitivo del adolescente, le permite elaborar ideas claras de las habilidades que posee para poder manifestarlas en la sociedad, demostrando un pensamiento crítico en esta etapa” (p. 17). De modo que el adolescente mantiene una idea de cómo manifestar sus ideas en base a las habilidades que posee.

Cada uno tiene una adolescencia diferente, esta constituye la segunda etapa del desarrollo evolutivo, es posible decir que es una prolongada transacción en la cual el sujeto tiene crisis a lo largo de su formación personal. Es un proceso inevitable que se presenta en todos los seres humanos, en el cual existe un momento de adaptación a las exigencias que presenta la sociedad y pide al sujeto que abandone de a poco la niñez para abordar sus principios en la vida adulta. Este proceso es dificultoso para el joven, porque tiene que adaptarse a nuevas exigencias sociales que le permitirán su estadía en la vida adulta.

Al entrar en la etapa de la adolescencia existe mucha presión debido a los cambios que sobrevienen desde ese punto en adelante. Aquí los jóvenes demuestran actitudes y comportamientos que generalmente no son comprendidos ni aceptados por las personas adultas, como por ejemplo la rebeldía, timidez, tristeza, etc. La mayoría de padres ven a esta etapa como la más difícil que atraviesa el adolescente, debido al sinnúmero de problemas que abarca esta, después de un control casi estable de las conductas cuando son niños viene la inestabilidad al momento de cambiar a la adultez.

En la adolescencia se despliega una agrupación incontable de cambios que culminaran en la consolidación de un cuerpo adulto, según Lillo (2004), "cambia la ubicación social del adolescente que pasa de la infancia como etapa bien determinada del ciclo de la vida a una nueva, aunque poco definida y de límites cada vez menos precisos y variables según el contexto cultural" (p. 58). Es un proceso altamente trabajoso que demanda al adolescente a conseguir cosas necesarias para su bienestar, cosas que en la infancia estaban totalmente a disposición de él.

De esta manera, se lo considera como un proceso similar al de un periodo de embarazo, debido a que el sujeto que ya tiene una vida casi formada, nuevamente va a nacer en otra que es diferente a la que ya estaba acostumbrada, en esta los cambios le provocaran malestar hasta llegar a su adaptación según Lillo (2004), "el adolescente deja de ser un niño, pero a la vez esos cambios no se concretan, no están estipulados o no están claros" (p. 59). Es por eso que la adolescencia al no

ser una etapa totalmente comprendida por el sujeto, demanda el acompañamiento moral de la sociedad para su mejor adaptación personal.

De modo que, al igual que las características anteriores los adolescentes presentan cambios comportamentales que dificultan su relación con sus pares haciendo de esta etapa la más difícil de su formación en algunos casos, según Borrás (2014) “Es realmente un período vulnerable para la aparición de conductas de riesgo, las cuales pueden encontrarse por sí solas o concurrir y traer consecuencias para la salud, económicas y sociales” (p. 6). Se observa claramente que la adolescencia es una etapa en la cual se requiere tener mucho cuidado debido a que es un periodo en la cual los jóvenes llegan a tropezar por ganar su independencia.

Así pues, la adolescencia es una etapa en la cual las relaciones sociales son el eje fundamental para desenvolverse dentro de un grupo de clases, amigos y el hogar, es por eso que mediante la asertividad el sujeto tiende a generar nuevos comportamientos que le permitan su adaptación. La manera que el adolescente enfrenta la vida depende mucho del estilo de crianza que se obtiene de su hogar y de cómo en esta se instaure la habilidad asertiva que le facilite la adaptación en su etapa social.

Así también, algunos de los cambios que se generan en el adolescente son generadores de crisis, y conflictos temporales que al no ser resueltos de la mejor manera generan graves problemas en los adolescentes. Es por ello que es necesario que se instaure la asertividad en la etapa de la adolescencia, dado que disminuyen los riesgos de los jóvenes y evitan su vulnerabilidad, según Armas y Castillo (2018) “la baja autoestima y la falta de asertividad pueden llevarlos a situaciones inapropiadas y negativas como el uso de drogas, alcohol, bajo rendimiento escolar, conductas agresivas y pasivas, así como también a tener relaciones interpersonales inadecuadas” (p. 6). En efecto, si en la adolescencia no se instaure esta habilidad existirá más probabilidad de que no razonen adecuadamente y harán cosas innecesarias.

Para que el adolescente alcance su máximo desarrollo, la sociedad tiene que cuidar muchas necesidades que se le presenten, según Pineda y Aliño (2002), “para alcanzar el desarrollo pleno de la adolescencia es necesario que la sociedad asegure sus necesidades de salud, desarrollo y bienestar” (p.18). Se observa claramente que para el crecimiento personal es necesario que se tenga todos los cuidados que requiere cada joven según la necesidad que este tenga. De modo que, existen factores de riesgo que delimitan el comportamiento del adolescente.

Factores de riesgo en los adolescentes

Según Pineda & Aliño (2002) los factores de riesgo son:

- a. Conductas de riesgos.
- b. Familias disfuncionales.
- c. Deserción Escolar.
- d. Accidentes.
- e. Consumo de alcohol y drogas.
- f. Enfermedades de transmisión sexual asociadas a prácticas riesgosas.
- g. Embarazo.
- h. Desigualdad de oportunidades en términos de acceso a los sistemas de salud, educación, trabajo, empleo de tiempo libre y bienestar social.
- i. Condiciones ambientales insalubres, marginales y poco seguras.

Los indicadores mencionados anteriormente son características de riesgo que para los adolescentes se considera una incidencia alta con probabilidad de causar daños no deseados sobre los cuales se tiene que garantizar la plena seguridad y confianza de que todos estos serán atendidos según la necesidad que presente el adolescente. Son importantes considerar estos riesgos dentro de toda la etapa del ciclo vital debido a que la mayoría de veces las personas están expuestas a estos peligros que no solo se encuentran en la adolescencia.

Dadas las condiciones que anteceden se deduce que la adolescencia es un periodo de preparación para la edad adulta durante el cual se producen varias experiencias de desarrollo de suma importancia según, (OMS, 2018) “esas experiencias incluyen

la transición hacia la independencia social y económica, el desarrollo de la identidad, la adquisición de las aptitudes necesarias para establecer relaciones de adulto y asumir funciones adultas y la capacidad de razonamiento abstracto”(p.3). De modo que, al desarrollar todas experiencias el adolescente comienza a independizarse.

Aunque la adolescencia es sinónimo de crecimiento excepcional y gran potencial, constituye también una etapa de riesgos considerables, durante la cual el contexto social tiene una influencia determinante, según (Krauskopf, 2015):

En el área social se produce un quiebre en las relaciones interpersonales en las diferentes áreas (familia, amistades) que genera conflictos en las relaciones con los padres. Bajo este contexto se dice que todo lo que rodea a él o la joven, sea la familia, el colegio, la comunidad, los padres, los medios de comunicación (TV, Internet, medios escritos y otros), ejercen influencia en éstos y al mismo tiempo se ven enfrentados a distintos cambios sociales, estímulos y desafíos que generan respuestas necesarias para su desarrollo personal y social.

La insatisfacción y preocupación que los y las adolescentes tienen por su rendimiento personal, la carencia de nutrientes socio afectivo y cognitivos, muestran su necesidad de un presente que les abra posibilidades de descubrimiento y certeza acerca de sus propias capacidades y valor (p.8). Es así que el crecimiento personal del adolescente depende mucho del medio en el que se encuentre.

De igual manera, es preciso decir que los adolescentes se basan en el patrón familiar para la adaptación social, según Verdugo et al. (2014), “las capacidades de adaptación social son los que los adolescentes valoran como muy importante dentro del clima familiar” (p.218). Esto quiere decir que el eje fundamental en el proceso de adaptación social es el clima familiar y es necesario que los padres demuestren asertividad en los jóvenes para que estos eviten posibles riesgos, de manera que se generen actitudes que ayuden al adolescente a desarrollarse dentro

de un lugar determinado, es así que se llega a cumplir sus obligaciones y disfrutar de sus derechos.

La coherencia familiar es un elemento importante en el proceso de adaptación, el adolescente para asegurar una conducta viable a futuro y que ésta sirva de ayuda para resolver conflictos internos y externos se guían en el patrón del comportamiento familiar, los jóvenes son más comunicativos en la convivencia familiar, y aprenden de ellos las buenas conductas para su desarrollo personal a medida que estos se integran a la sociedad, se genera nuevas fortalezas de comunicación que les guiarán a resolver sus dificultades de manera independiente sin causar malestar a los demás.

Los comportamientos que se generan en el adolescente son diferentes a los demás, según Childrens Trust Fund (2007), el adolescente se encuentra en una etapa donde tiene ciertos comportamientos como:

- Está más preocupado por la imagen corporal, la apariencia y la ropa
- Concentrado en sí mismo
- Más interesado, e influenciado por su grupo de compañeros
- Menos afectuoso, a veces temperamental, descortés o irascible
- Preocupado por la dificultad creciente de los requerimientos escolares
- Tal vez experimente con conductas de riesgo y roles de adulto
- El conflicto es común al empezar a rechazar los valores e ideas de los adultos.

Estos comportamientos tienden a ser canalizados con los procesos cognitivos, a través de la asertividad, esto le permite al sujeto comportarse de una manera aceptable en su entorno, lo que facilita su proceso de crecimiento, pues crea mejores expectativas, al respetar sus derechos y el de los demás. Así, la asertividad es la habilidad más adecuada del desarrollo cognitivo del adolescente para acoplarse en la sociedad. Debido a esta el sujeto aumenta más confianza y más seguridad para el día a día de su vida. Si este, practica la asertividad tendrá mejores

lazos afectivos con familiares y amigos y le permitirán establecer un contexto racional para desenvolverse con sus ideas.

Tal como se ha visto la asertividad es una habilidad muy importante en las relaciones personales. Tanto así que, ayuda a determinar la percepción que tiene el adolescente de la sociedad al momento de independizarse. La adolescencia es la etapa de descubrimiento de la propia identidad, es un momento en donde se sienten incomprendidos y necesitan ser apoyados en sus emociones. De tal manera, es importante que los padres los entiendan y pongan en práctica la asertividad con sus hijos. Así pues, el buen desarrollo de la habilidad asertiva en la adolescencia evita las situaciones conflictivas y generan un vínculo emocional con sus padres. Si un hogar es respetuoso, y el sistema familiar es positivo entonces el adolescente crea lazos de confianza en la sociedad.

Por consiguiente, el adolescente con una buena habilidad asertiva genera un dialogo exitoso al expresar con confianza lo que siente y necesita. De modo que, una plática sincera genera un buen bienestar familiar y social, según (Guevara et al, 2021) “El diálogo asertivo permite poder expresar la opinión de forma consciente, clara, directa, con la finalidad de comunicar pensamientos e ideas desde una zona de confianza y respeto, fortaleciendo las relaciones entre los miembros de la familia” (p.74). Es así que, la habilidad asertiva en el hogar genera pensamientos y actos positivos que suelen ser utilizados en la relación social.

Así pues, la asertividad en el adolescente es de suma importancia porque modela la conducta al momento de decir las cosas. Ya que, es tomada como una estrategia que se ubica en la mitad de dos comportamientos los cuales son la pasividad y la agresividad. La primera le hace sentir al adolescente incomprendido, no tiene la manera adecuada de decir las cosas, y le molesta no poder expresar lo que siente, la segunda conducta provoca en el adolescente un comportamiento ambicioso, intenta conseguir los objetivos a cualquier precio, no le importa la ética ni los deseos de los demás. De modo que la asertividad, es una conducta que interfiere en un razonamiento adecuado para generar lazos de igualdad con los demás.

De lo anteriormente planteado se deduce, que la buena comunicación en el hogar entre padres e hijos genera una confianza y un respeto absoluto. Así también, escuchar y ceder la palabra al adolescente contribuye en la disciplina de su comportamiento. Antes bien, darle la confianza para que responda y opine en cosas de manera en la cual él se sienta de acuerdo fortalecerá la habilidad asertiva al momento de percibir las cosas. Resulta oportuno, destacar la gran función que tiene los padres en el desarrollo de esta habilidad, debido a que ellos son la base del aprendizaje del comportamiento. Un buen ejemplo de lazos afectivos y emocionales en el hogar provocara en el adolescente una conducta asertiva y ayudara a desenvolverse bien en el lugar en el que se encuentra.

1.2 Antecedentes de la asertividad

El concepto asertividad emergió en la década de los cuarenta, según Estrada (2002) citado en Romano (2019) “ha venido avanzando en su construcción teórica de la mano de muchos autores que desde su propio enfoque: conductual, cognoscitivo o ecléctico y humanista han aportado a la comprensión de este concepto (p .39). Esto quiere decir que la evolución de esta palabra ha generado un amplio campo de estudio dentro de la psicología. Es así, que el término es abordado desde muchas escuelas psicológicas que pretenden dar una definición a la palabra, las mismas que tienen diversos puntos de vista y desean demostrar la gran importancia de la asertividad según su criterio.

En esta remota descripción se observa desde distintos panoramas las diversas definiciones de la palabra asertividad. Un término que es necesario que sea entendido por el adolescente como una habilidad social para establecer relaciones con los demás. Antes bien, es necesario conocer la cuna de la palabra asertividad, debido a que anteriormente existían diferentes términos para un similar significado, por ejemplo, según (Caballo, 1983, citado en Rodríguez y Romero, 2013) afirma:

que las raíces de la asertividad surgen en el año 1958 con el libro Psicoterapia por inhibición recíproca de Joseph Wolpe quien trabaja dicho concepto bajo el término “aserción”, seguido del libro Técnicas de terapia de conducta publicado en el año 1966 por los autores

Joseph Wolpe y Arnold Lazarus quienes se enfocan en el entrenamiento asertivo como una técnica más de la terapia de conducta (p. 35)

En relación con esto último, la asertividad enfatiza el inicio de las relaciones interpersonales dentro de la sociedad y permite el desarrollo psicosocial del adolescente.

De la misma manera, con el transcurso del tiempo dicho concepto gana fuerza en la sociedad. Por tanto, precursores de la psicología aplicaron más tiempo para elaborar una mejor definición de la palabra, y ejecutar un plan para fortalecer la conducta asertiva. En este propósito a la palabra asertividad se le ha tomado principalmente como parte del comportamiento del ser humano. El mismo que al ser fortalecido como una habilidad, en el transcurso del tiempo desarrolla mejores relaciones sociales con el medio y las personas que se rodea.

Por consiguiente, la palabra asertividad es una expresión universal que adaptada a la sociedad y a las definiciones de los diferentes autores han llegado a un término muy similar. Los diversos significados aluden a una conducta que se presenta desde años atrás en las personas, por ejemplo, según (Wolpe, 1977, citado en Rodríguez y Romero, 2011) “quien define la conducta asertiva como la expresión adecuada dirigida hacia otra persona de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (p. 36). Así, claramente se deduce que la asertividad forma parte de la conducta humana y que empleada de mejor manera genera una buena relación social.

En este mismo orden, dirección y año, la asertividad es manifestada como un grupo de conductas, de modo que al ser emitidas en un contexto cultural y expresadas de manera interpersonal, refieren la necesidad de transmitir deseos, necesidades, pensamientos y emociones, según (Alberti. et, al 1977, citado en Rodríguez y Romero, 2011), “son conductas emitidas por las personas que respetan sus derechos y al mismo tiempo el derecho de los demás, expresan sus opiniones de una manera firme y honesta” (p. 36). De tal manera que cada individuo desea ser escuchado y al mismo tiempo desea escuchar a los demás.

Más adelante con el tiempo se plantearon nuevos términos que representaban una similitud con la definición de asertividad, según (Caballo, 1983, citado en Rodríguez y Romero, 2011), “plantea la aparición del término habilidades sociales que para la época toma auge, dado que se hace más cercano a la realidad que abarca, e intenta remplazar el término de asertividad” (p. 36). De tal manera que el término es modificado y estudiado según la necesidad del autor, debido a que muchas veces las inserciones de un nuevo conocimiento en la sociedad suelen presentar términos que son comúnmente conocidos.

Sin embargo, a nivel experimental la asertividad se ha compuesto de varias dimensiones que en la actualidad se establecen de manera general. En consecuencia, es un motivo claro por el cual se aborda la asertividad como habilidad social. Es evidente entonces, que el estudio de este término es fundamental en el desarrollo conductual del adolescente. Así también, esta habilidad social es necesaria para la comunicación debido a que el joven ejecuta y aprende conductas con la interacción personal, como, por ejemplo; hacer y recibir cumplidos, rechazar peticiones y defender sus derechos.

Hechas las consideraciones anteriores se evidencia un interés indudable de muchos autores por trabajar el tema desde una mirada terapéutica, de manera que se toma en cuenta los diferentes enfoques psicológicos. Así pues, la expresión asertividad se ha procurado ilustrar de mejor manera, según (Gaeta y Galvanovskis 2009, citado en Rodríguez y Romero, 2011) “se han tratado de esclarecer y hacer frente desde tres enfoques psicológicos, el enfoque conductual, el humanista y el cognitivo” (p. 38). De esta manera cada corriente psicológica desea plantear un estudio similar referente a la asertividad en la sociedad.

Si bien, abordar el tema asertividad, implica entender la palabra y saber cómo esta se implanta en la sociedad, una adolescente que es asertivo tiene la capacidad de comunicarse de mejor manera ante cualquier situación, tanto que es una persona adecuada en lo que dice, en lo que siente y sabe cómo solicitar sus necesidades sin ofender a los demás, según Ordaz y Bennett (2019). “Esto quiere decir que al momento de expresar lo que se siente, la persona se hace responsable de lo que

su comentario pudiera ocasionar o cómo lo vaya a tomar la otra persona” (p. 48). De modo que, se considera que la persona asertiva sabe de qué manera actuar y decir las cosas.

En efecto, la asertividad es una habilidad que está conectada con diversos rasgos de personalidad. A los efectos de este, los adolescentes tienden actuar de manera asertiva o no, dependiendo la situación en la que se encuentre, de modo que, no siempre se va encontrar gente que sea prudentemente asertiva, lo que causa que las relaciones no tengan un buen desarrollo. Esta habilidad es fundamental para que una comunicación sea efectiva y permite que el mensaje sea mayormente comprendido sin causar molestias a los demás.

Por consiguiente, todo aquel adolescente que no tenga buenas relaciones sociales podría centrarse en el entrenamiento asertivo el cual ayudará a un buen entendimiento personal, según García (2015) “el entrenamiento asertivo permite reducir el estrés pues cuando se es una persona asertiva hay una mayor relajación en las relaciones interpersonales” (p. 21). Tanto que, toda sensación de bienestar necesita ser practicada, debido a que su repetición moldea una conducta de bienestar en la persona.

Así también, un buen entendimiento personal mejora el bienestar social y sus relaciones, es así que para mejorar la habilidad asertiva se han empleado técnicas muy usuales que ayudan al reforzamiento de una buena conducta, como por ejemplo según Chávez (2012), “En el entrenamiento asertivo se emplean técnicas muy variadas como: ensayo de conducta, imitación, feedback, procedimientos encubiertos y mecanismos de inhibición recíproca” (p. 20). Si bien, estas técnicas incrementan en la persona conductas de autoafirmación social, facilita la expresión de todos

Hablar de entrenamiento asertivo, es hacer referencia a la terapia asertiva, término que se estudia desde un enfoque conductual, el mismo que es implementado en el comportamiento del ser humano para poder mejorar sus relaciones afectivas. Cabe agregar que, muchos profesionales expertos en el tema señalan que la

importancia de la habilidad asertividad y su buena ejecución ayudan a resolver problemas específicos de comunicación social. Por tanto, los mismos permiten al adolescente expresar libremente lo que siente y lo que ligeramente piensa y quiere decir.

La terapia más conocida y la que inicialmente empezó con este concepto de mejoramiento asertivo es la Terapia Asertiva de Wolpe, que según “Balarezo, 2003, citado por Chávez, 2012)

Está basada en el concepto de inhibición recíproca, que fue introducida por Sherrington (1947) para referirse a la inhibición de un reflejo espinal por medio de otro reflejo y de allí se ha ampliado su uso a otras aplicaciones que, en el campo psicoterapéutico, emplean la asociación de un estímulo gratificante simultáneamente al ansiógeno para eliminar la respuesta ansiosa del segundo (p. 17).

Dicho de esta manera el objetivo principal de T.A es cambiar el problema ansiógeno por otro que genere tranquilidad.

Hecha la observación anterior para entender la Terapia Asertiva debía interpretarse de la siguiente manera, según (Wolpe, 1978, citado por Chávez, 2012), “Si en presencia de un estímulo evocador de ansiedad, puede conseguirse una respuesta antagónica que suprima total o parcialmente las respuestas de ansiedad, entonces se debilitará el vínculo de unión entre dichos estímulos y las respuestas de angustia” (p. 17). Evidentemente la terapia de Wolpe se basa en la eliminación de pensamientos que provocan molestia por otros que generan bienestar.

De la misma manera el autor se centró en las emociones que posee una persona, pues estas son las bases principales para fundamentar su técnica de aserción. Así, los sentimientos de solidaridad, cariño y otros que son diferentes a la ansiedad han logrado recabar importancia en esta técnica, para poder distinguir las pequeñas conductas que hacen feliz a la persona. Las respuestas des adaptativas se han visto enfrentadas por acciones que han mejorado el bienestar personal. Así que, en

la cotidianidad siempre se encuentran problemas que causan estrés y requieren ser atendidos en ese momento de manera parcial.

Muchas veces la persona se siente molesta e incómoda por situaciones que suceden en la vida. Por ejemplo, una persona está en el banco dentro de la fila para ser atendida y otra persona se pone adelante sin respetar el orden, es una situación que causa estrés en ese momento, según (Wolpe, 1958, citado por Chávez, 2012) “si al paciente se le enseña a experimentar relajación en lugar de ansiedad mientras imagina tales escenas la situación de la vida real que la escena representa causará menos incomodidad” (p. 19). Tal como se ha visto entonces, trabajar el pensamiento asertivo de una manera adecuada provocara menos sensaciones incómodas de la vida.

Es evidente entonces que el reforzamiento de la asertividad, genera en el adolescente un autocontrol de sus emociones. De modo que, facilita la manera de lo que se desea comunicar. Por tanto, el sujeto demuestra una conducta factible que es modelada y de a poco mejorada, según Cortéz (2018), “El protagonismo en una comunicación asertiva lo posee el sujeto, sus actitudes, su conducta asertiva, que matizan el contenido (p. 27). De esta manera el nivel de asertividad que posee una persona modelara su conducta.

La relación con el otro, tiene un profundo interés en el intercambio oportuno de pensamientos. Tanto que, uno de los dos desea ser aceptado socialmente, la habilidad adecuada para demostrar de una manera clara lo que se piensa y se siente es una conducta asertiva, según Cortéz (2018) “El individuo de conducta asertiva posee la libertad para expresarse, reaccionar y comunicar sus sentimientos, pensamientos, emociones, de manera respetuosa” (p. 27). Esto quiere decir que las personas son libres de comunicar sus emociones de una manera respetuosa y a medida que ellos lo hagan se refuerza su asertividad.

No obstante, se tiene claro también que la habilidad asertiva y el proceso cognitivo juegan un papel muy importante en la conducta del adolescente. Por ejemplo, al solucionar algunos conflictos interpersonales, la asertividad ejerce el rol de tregua

y la cognición ayuda al sujeto a reforzar la conducta. Tanto que, a medida que esta se repita el adolescente modificará el comportamiento y cada vez será mejor su accionar. Así pues, si la conducta asertiva se mantiene luego de que exista algún conflicto social, es debido a que hay un refuerzo positivo que le hace sentir valorada aquella conducta.

Es oportuno entonces mencionar, que en el momento en el que se nace no se trae implantada la conducta asertiva. Más bien, por lo contrario, esta habilidad se desarrollada con el pasar del tiempo. Pues, no es de carácter genético ni hereditario más bien es una conducta totalmente aprendida, según Alvarado (2016), “es una conducta aprendida a partir de varios elementos ambientales y de socialización, que han estado presentes desde el nacimiento hasta la edad adulta, incluso es una conducta que puede ser aprendida ya en la edad adulta (p.14). En relación con esto último, la asertividad no está arraigada al sujeto desde su nacimiento, al contrario, esta habilidad se desarrolla en un ambiente social con el paso del tiempo.

En el momento en que un adolescente agrega a su vida las conductas asertivas y practica de una manera continua, esta actitud se vuelve automática. Ya que, no es necesario pensar antes de actuar sino al contrario las respuestas se originan de acuerdo a la acción y se responde de manera inmediata. Sin embargo, hay que tener en cuenta que no en todas las ocasiones se responde asertivamente, según Alvarado (2016), “entre sus características se define el momento cuando la integridad física está implicada, pues difícilmente alguien sería asertivo al enfrentarse ante una situación de violencia que llegue a afectar la integridad física hiriendo innecesariamente a una persona” (p. 15). De tal manera en ciertas ocasiones es necesario pensar cómo ejerce la asertividad.

Así pues, el adolescente con una buena habilidad asertiva busca la manera adecuada de velar los derechos personales ante determinadas situaciones. Tanto que expresa lo que siente, compartir sus pensamientos y hacer valido sus deseos. Las ventajas de ejecutar un comportamiento asertivo en la sociedad son muchas. Por ejemplo, el joven se siente bien consigo mismo aumenta su autoestima y sustenta su aspecto personal. De tal manera que tendrá más probabilidad de

obtener logros de manera personal y profesional y finalmente reducirá su nivel de estrés.

En este mismo sentido y en términos terapéuticos se deduce que la persona asertiva posee ciertas características según Bosch (2012), en su trabajo establece características puntuales de una persona asertiva:

- Se caracteriza por la libertad de palabras y actos
- Maneja una comunicación abierta, de forma adecuada conforme al contexto en el que se encuentre.
- Es una persona que centra con metas claras
- Acepta sus limitaciones

Es así que toda persona que tiene un comportamiento asertivo, se siente bien consigo mismo y actúa de forma adecuada con la sociedad. Tanto que, demuestra sus intereses, deseos y sentimientos de la manera correcta sin que los demás se sientan afectados. Así también, respeta todas las actitudes de las personas y da su punto de vista sin ofender a los demás en el caso que no estén de acuerdo con las ideas.

Desarrollo de las Habilidades Asertivas

En cuanto al desarrollo de las habilidades asertivas existen fundamentos que demuestran cómo se adquiere esta destreza. Entre estos se encuentran aportes de diferentes autores, que, desde varios enfoques psicológicos, conductual y cognitivo describen cómo esta se instaura en el adolescente. Hoy en día se deduce que el estudio de las habilidades asertivas tiene un seguimiento cercano, las mismas que describen esta habilidad bajo algunos criterios.

Desde la psicología conductual existe una propuesta del aprendizaje asertivo que se fundamenta en conocimientos generados por Pavlov, quien ha estudiado la adaptación de animales y personas al medio a través del modelamiento de la conducta, según (Casares y Siliceo, 1997; Robredo, 1995) "Ivan Pavlov, expone que la persona que se acopla a un ambiente social generalmente contrae alguno

de estos dos procesos fisiológicos, excitación o inhibición” (p.15). En la primera, el sujeto tiene una expresión libre, orientada y enfrenta la vida bajo sus términos. Por lo contrario, la que presenta inhibición se ve desconcentrada, acobardada, reprimida y con frecuencia hará lo que no quieren hacer.

En consecuencia, a esto, la habilidad asertiva se desarrolla por la búsqueda de una mediación entre la excitación y la inhibición. La misma, que al florecer en el adolescente le permite actuar de una mejor manera al defender su postura personal ante los demás.

De igual manera, el desarrollo de la habilidad asertiva abordada desde un enfoque cognitivo nace desde la perspectiva de lo que el adolescente cree o siente. Expone la necesidad que tiene por expresar sus derechos y respetar los derechos de los demás. Así también, para el desarrollo de esta habilidad es necesario trabajar los obstáculos cognoscitivos y afectivos en los cuales lo que se desea eliminar es, las ideas irracionales, la ansiedad y la culpa, según (Flores 1994) “la asertividad se fundamenta en la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales, de manera que se hace viable manifestar sentimientos, pensamientos y acciones” (p.8). Así pues, la habilidad asertiva se arraiga al sujeto a medida que se eliminan los obstáculos cognoscitivos y a su vez se instaure los sentimientos y pensamientos oportunos.

Por tanto, el origen de las habilidades asertivas está ligada a cierta información que motiva al adolescente a actuar según lo aprendido en ciertas ocasiones. Así también el aprendizaje por imitación ayuda al sujeto, adoptar nuevas conductas y a desinhibir otras ya adquiridas. Es así que hace hincapié a la necesidad de expresar los sentimientos y emociones de una manera racional. Por ende, el joven se desarrolla en la sociedad de una manera positiva y aceptable.

Cabe agregar, que el aprendizaje de la habilidad asertiva, es aprendida por constante interacción social. De manera que, la relación constante con los demás ayuda a la adaptación inmediata en un entorno colectivo. La misma que incorpora paulatinamente en el adolescente una serie de conductas que están ligadas a la asertividad. Por ejemplo, el primer factor de imitación viene desde el hogar. Es

decir que los padres son el primer modelo de observación, y los adolescentes que están en proceso de desarrollo en su entorno familiar optaran por seguir los comportamientos observados. Es así que la conducta sea positiva o negativa está ligada desde un inicio por motivación de los padres.

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLOGICO

2.1 Tipo de estudio

La presente indagación es de tipo detallada, bibliográfica y documental no presente un diseño experimental. Porque como lo menciona (Hernández & Fernández , 2016), la investigación bibliográfica se caracteriza por la utilización de los datos secundarios como fuente de información. Pretende encontrar soluciones a problemas planteados por una doble vía:

- Relacionando datos ya existentes que proceden de distintas fuentes.
- Proporcionando una visión panorámica y sistemática de una determinada cuestión elaborada en múltiples fuentes dispersas.

El presente análisis es de tipo descriptivo debido a que facilita la obtención de datos importantes por medio de la revisión bibliográfica. En efecto esto permite al estudio contar con una referencia relevante que se encuentra plasmado en textos elaborados por diferentes estudios. De esta manera, es necesario dar una explicación adecuada del fenómeno en estudio y llegar al objetivo que se desea demostrar.

Es de tipo bibliográfico porque precisa el análisis con base en información extraída de artículos científicos, de esta forma además libros y documentos cuyo contenido esta validado por su eficaz información y verídica. Sin embargo, es importante revisar los estudios pertinentes al tema y así evitar redundancias con el fin de obtener indagaciones importantes. En consecuencia, la revisión literaria, se encuentra centrada en las variables de estudio, las mismas que fortalecerán de una manera más adecuada el proyecto de titulación.

Es de tipo documental pues como lo mencionan Baena & Garza (2018) La averiguación documental es un tipo de análisis de cuestiones que usa documentos oficiales y particulares como fuente de información. Estos documentos tienen la posibilidad de ser de diversos tipos: impresos, electrónicos o gráficos.

2.2 Enfoque de la investigación

La presente investigación, se enfoca en realizar una indagación bibliográfica de artículos, libros, revistas que estén encaminados al tema sobre la IPAA (Importancia del Pensamiento Asertivo en la adolescencia). Los elementos que se incluyeron en el estudio están verificados en la autenticidad de su contenido. De tal manera que presenta un enfoque cualitativo, porque la información nace de textos, que aportan en la construcción teórica, lo que genera conocimiento y permite descubrir todo lo necesario acerca del fenómeno según (Piza et al., 2019) afirma: En este enfoque se distinguen algunas características que la diferencian del enfoque cuantitativo, entre las que pueden citarse sus bases de referencia centradas en el paradigma de orientación fenomenológica y la comprensión. Utiliza como técnica fundamental la observación de realidades subjetivas, donde la naturaleza de la realidad cambia en dependencia de las observaciones y la recolección de datos (p.2). Es así que, el enfoque cualitativo se fundamenta en métodos combinados como la hermenéutica y la fenomenología que honden en los aspectos pocos iluminados por un proceso de cuantificación. Este diseño facilita la construcción de un nuevo conocimiento en base a estudios ya estructurados y es el más adecuado para el estudio bibliográfico.

2.3 Diseño de la investigación

El diseño de investigación cualitativa permite la relación de la información recopilada, y aporta a un nuevo conocimiento en base a lo estudiado. De acuerdo al libro elaborado por Escudero y Cortez (2017) “abarca el análisis, uso y recolección de una diversidad de materiales empíricos –estudio de caso, vivencia personal, historia de vida, entrevista, textos– que describen los instantes usuales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos” (p.44). Esto quiere decir, que la investigación cualitativa emplea técnicas que recopilan información y que sirven para formular un nuevo conocimiento en base a la teoría ya establecida.

Su metodología se fundamenta en detallar de manera específica los hechos e individuos, a partir de una visión de sus comportamientos y relaciones; al conocer

de esta forma sus vivencias, reacciones, pensamientos y las creencias que los sujetos de análisis experimentan o expresan. Por consiguiente, aquí se refiere al estudio e interpretación de las cualidades. Los estudios cualitativos se delegan de proporcionar datos descriptivos de los puntos intangibles del comportamiento humano, dan lugar a esos entornos de la problemática social, donde se conoce las interacciones o vinculaciones entre los individuos, entes sociales y la cultura.

Es así, que en un estudio bibliográfico el diseño cualitativo es el más adecuado, según Stassen (2017):

la indagación cualitativa es bastante eficaz para las ciencias sociales, debido a que posibilita mirar el entorno social de una realidad y conocer cómo influye ésta en las personas. Los beneficios que muestra la averiguación cualitativa son:

- Permiten la comprensión fuerte de la problemática de análisis. “La averiguación cualitativa es la que mejor capta los matices de la vida individual”.
- Ofrece datos de manera personal y específica. Por consiguiente, que las percepciones e interpretaciones son expresadas por los mismos protagonistas que han experimentado o vivido los hechos, lo cual no ocurre con otro tipo de indagaciones.
- Ayuda a la identificación de novedosas situaciones o fenómenos que tienen la posibilidad de surgir a lo largo del proceso investigativo (p.12)

De modo que la investigación cualitativa facilita la comprensión del fenómeno en estudio y capta las cualidades que benefician a este tipo de estudio.

2.4 Variables de estudio

Variable independiente

Pensamiento Asertivo

Temporalidad

El presente estudio es de tipo bibliográfico, en el cual se ha tomado datos bibliográficos de los últimos años

Cabe mencionar que este estudio es univariable, es decir solo se presenta un evento único, el cual es significativo para el momento, y está diseñado como base de estudio para futuras investigaciones.

Búsqueda de la información

Una averiguación bibliográfica debería hacerse a partir de una visión organizada y profesional. Para la misma, se ocupó herramientas necesarias que son de gran ayuda en el manejo de información, en este caso las fichas bibliográficas. El estudio se basa en la búsqueda de información de; libros, tesis, artículos científicos y revistas académicas, los cuales después de leerlas se determinan si son factibles o no para el tipo de estudio. No obstante, el siguiente paso es saber si responde la pregunta planteada. Las que son consideradas como factibles se las analiza y luego se introduce lo entendido y relevante en la ficha bibliográfica, se tiene en cuenta el año de publicación, así también cual es el aporte de conocimiento.

De manera que, con la información en las fichas se continua con la categorización en una carpeta en orden alfabético, lo que facilita la revisión de las referencias bibliográficas para armar el proyecto en estudio. En este mismo sentido, la información de un estudio bibliográfico es fundamental para resolver la pregunta de investigación. Manejar y sustentar la información es muy importante debido a que de esta depende la relevancia del estudio académico. Si bien, más que dar un paso de lógica, se trata de emplear una técnica científica que sirva para localizar, procesar y reconstruir información. En este sentido, como se ha mencionado la ficha bibliográfica es una herramienta de gran escala que permite conocer más acerca del estudio a analizar, en la cual se describe de donde proviene la información y su relevancia.

El objetivo principal de esta modalidad es recopilar información y saber de dónde se escogió, según Robledo (2003) afirma:

La ficha bibliográfica es un instrumento de investigación documental y de campo en el que se anotan, atendiendo a un orden y forma preestablecidos, los datos de una obra (libro, folleto, artículo de revista, etc.) ya publicada, para poderla identificar y distinguir de otras o de sus diferentes ediciones (p. 2).

De esta manera la ficha bibliográfica facilita la visión integral y cuidadosa de las fuentes bibliográficas.

Así también, aquí se redacta, datos del lugar de donde se obtuvo la información, las mismas que son importantes para fundamentar la investigación. Tanto que, se convierten en un respaldo para mejorar la calidad del estudio, es así que esta herramienta es muy utilizada por que es de fácil acceso y su manejo no es tan complejo. Estas aplicaciones son eficientes, de uso independiente y permiten ordenar de forma sencilla la información por título, creador, revista y aporte; además, producen de forma fácil la bibliografía para el informe final.

Análisis de la información

Para el análisis de la información, se procedió a cuantificar el número de los artículos investigados, de igual forma a la revista que pertenecen y el número de veces que ha sido citado, según Dulzaides y Molina (2004) afirma:

El análisis de información, por su parte, es una forma de investigación, cuyo objetivo es la captación, evaluación, selección y síntesis de los mensajes subyacentes en el contenido de los documentos, a partir del análisis de sus significados, a la luz de un problema determinado. Así, contribuye a la toma de decisiones, al cambio en el curso de las acciones y de las estrategias. Es el instrumento por excelencia de la gestión de la información (p.2-3).

Esto quiere decir que el análisis de la información permitió detallar de manera precisa y exacta los textos y el número de referencias bibliográficas usadas en el presente estudio.

De igual manera, se realizó una filtración de los artículos que no fueron considerados como relevantes en el ámbito de estudio. Es así, que de acuerdo al plan planteado se logra recabar una información que responda el tipo de estudio. Así también, los datos que fueron sometidos al análisis fueron los más aptos que responden el objetivo de las variables, estos facilitaron comprobar teorías y modelos existentes. No obstante, durante el análisis se pudo observar que algunos textos no contaban con el abordaje de las variables, las mismas que se descartaron para dar paso a las que más se apegaban al estudio, esto con el fin de llegar a responder la pregunta planteada.

Con el fin de obtener el estudio adecuado se siguió los pasos de selección, revisión y clasificación de la información. Es así que, la evaluación de los datos, es capaz de ofrecer un conocimiento nuevo a base de información que ha sido replanteada en el estudio. De la misma manera la recolección y el estudio de la información, es una parte importante de la investigación, debido a estas se podría llegar a un punto más cercano de la realidad, de la cual se desprenderían conocimientos para futuras investigaciones.

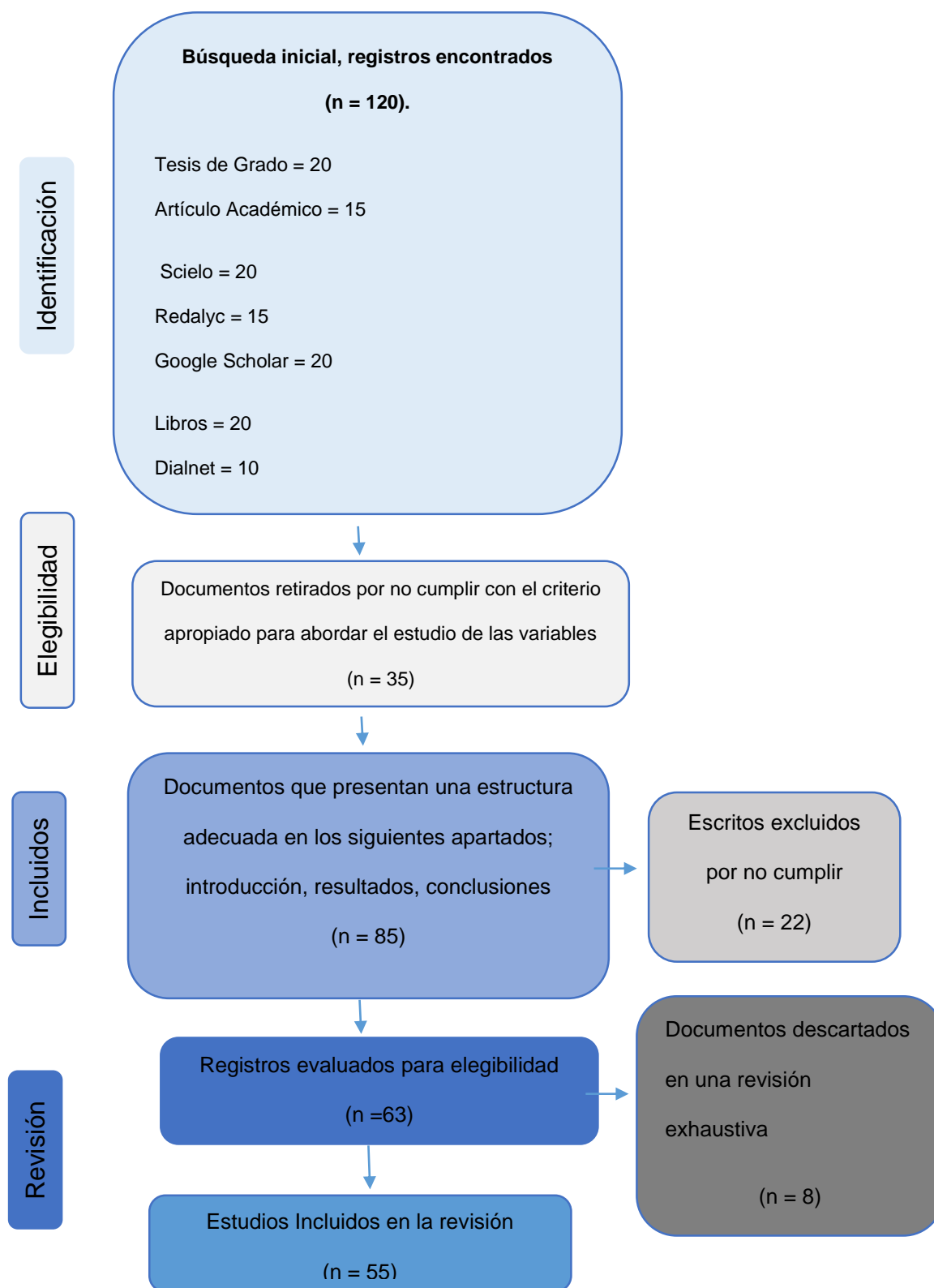
CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Presentación de resultados

El presente estudio se llevó a cabo de una revisión sistemática, con un enfoque cualitativo, de alcance descriptivo, explicativo y siguiendo los criterios propuestos por Fuentes (2022) [PRISMA] la guía Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses. Se indagó en la base de datos, Dialnet, Scielo, Google Scholar, Redalyc, Tesis de grado y Libros. Los descriptores ingresados fueron: Asertividad, Adolescencia, Pensamiento Asertivo. Antecedentes de la Asertividad. Antecedentes de la Adolescencia.

La búsqueda se centró en artículos que informasen sobre: los antecedentes de la asertividad, las características, su influencia en la adolescencia, su desarrollo. Así también, desarrollo de la adolescencia, características, desarrollo cognitivo - emocional del adolescente. De tal manera se excluyeron los que no tienen relación con lo antes mencionado. En el estudio se incorporaron artículos originales con su respectiva referencia en el idioma español, publicados en un periodo entre 2012 y 2020 sin embargo algunos libros de información relevante que indican los antecedentes no cumplen este criterio, pero fueron incluidos puesto que tienen el inicio de cada variable de estudio. Así también fueron excluidos los estudios y artículos científicos que no tienen alguna relación al área de la psicología.

Tabla 1. Diagrama de flujo PRISMA de búsqueda y selección de documentos incluidos en la revisión.



Fuente: Elaboración Propia.

A partir de la exploración se obtuvo 120 resultados pertinentes a las bases de datos que se ha mencionado precedentemente. En el proceso de eliminación de los documentos, se inició con el nombre de los títulos y la confirmación de acceso a los mismos. De manera que, a partir de este proceso se depuro 35 documentos que no establecían ningún criterio objetivo con las variables de estudio. De los 85 artículos restantes se llevó a cabo una revisión más detallada en los cuales los documentos constaban de, estado del arte, resultados, conclusiones. Tanto que, se dejó de lado otros 22 documentos. Finalmente, de los 63 documentos existentes que presentaban interés en la objetividad de las variables, 8 fueron descartados.

De manera que, los 55 documentos que quedaron como resultado del proceso de selección, se incluyeron en la elaboración del proyecto. Estos otorgan toda la información necesaria para el desarrollo de las variables. En consecuencia, el documento final está elaborado con información consistente que apoyan las variables de estudio y la manera en la que estos ayudan a responder la pregunta planteada.

3.2 Cuadros de resultados

A pesar de que la asertividad permite desarrollar competencias sociales, facilita el crecimiento personal del adolescente. De modo que, promueve en él un progreso adecuado durante esta etapa, en el cual su manera de resolver y dirigir su vida es más favorable para su supervivencia. Así también, a esta edad algunas funciones intelectuales y cognitivas están en desarrollo, lo que permite que en esta etapa se manipule cierto comportamiento para implementar otro, en este caso sería la conducta asertiva mediante la cual determine la conducta. Es por ello que la adolescencia es la etapa indicada en la cual se aprenden nuevas habilidades y se olvidan otras, es el periodo en el cual los procesos cognitivos se acoplan y se implantan en su personalidad para un futuro. (Véase Cuadro 1).

Cuadro 1. Proceso cognitivo del adolescente y la relación con la asertividad

Autor	Nombre del documento	Enfoque	Abordaje	La relación que existe entre el pensamiento del adolescente y la asertividad
(Colom et al., 2009)	ADOLESCENCIA Y DESARROLLO EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL	Cognitivo conductual	Salud Mental	En la adolescencia, las capacidades emocionales perciben un gran desarrollo debido al cambio de la capacidad intelectual, donde se transforma un pensamiento concreto a una operación formal, lo que permite adquirir una mayor complejidad de pensamiento, por lo que se ven incrementadas las habilidades de procesamiento de información y le permiten la construcción de una personalidad la cual fortalece varias conductas como la asertividad.
(De Caro, 2013)	El estudio del cerebro adolescente: contribuciones para la psicología del desarrollo.	Cognitivo Conductual	Salud Mental	Hoy se conoce con seguridad que ciertas regiones del cerebro, en especial la corteza prefrontal sigue desarrollándose hasta alrededor de los 20 años aproximadamente. En esta zona se desarrollan funciones cognitivas, como la toma de decisiones y la asertividad que es una herramienta que permite el desarrollo adecuado de las

(Flores, 1994)	Asertividad: conceptualización, medición y su relación con otras variables.	Cognitivo Conductual	Relación social	<p>relaciones sociales en la adolescencia.</p> <p>La asertividad se fundamenta en la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales, de manera que se hace viable manifestar sentimientos, pensamientos y acciones. De tal manera que la habilidad asertiva se fija al adolescente a medida que se eliminan los obstáculos cognoscitivos y a su vez se instaure los sentimientos y pensamientos oportunos.</p>
(Piaget & Teóricos, 1976)	Desarrollo cognitivo.	Cognitivo Conductual	Salud Mental	<p>El desarrollo cognitivo se desarrolla de dos formas: la primera, la más amplia, corresponde al propio desarrollo cognitivo, como un proceso adaptativo de asimilación y acomodación, el cual incluye maduración biológica, experiencia, transmisión social y equilibrio cognitivo. La segunda forma de desarrollo cognitivo se limita a la adquisición de nuevas respuestas para situaciones específicas o a la adquisición de nuevas estructuras para determinadas operaciones mentales específicas. Es</p>

así que la asertividad es la consecuencia de pasos adaptivos al medio que se generan a través del proceso cognitivo en base a la experiencia.

(Rodríguez & Romero 2011)	La asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiantes de 12 años	Cognitivo Conductual	Salud Mental	Los adolescentes ya no presentan límites, ahora pueden manejar abstracciones, comprobar hipótesis y ver posibilidades infinitas”. Así, los adolescentes aprenden a razonar de manera más compleja los sucesos de la vida entendiendo los fenómenos de causa y efecto al razonar las consecuencias que atraen su comportamiento. De modo que a partir del razonamiento pueden diferenciar los aspectos positivos que existen al practicar la asertividad en la sociedad.
(Surco, 2021)	Desarrollo físico, intelectual y social de la adolescencia, juventud, adultez y senectud	Cognitivo Conductual	Evaluación cognitiva	El proceso cognitivo en la adolescencia desarrolla diversas capacidades, habilidades y destrezas cognoscitivas para solucionar problemas sociales y afectivos. Es por ende que aquí se llega a conocer las habilidades, de las cuales la asertividad le permite adaptarse de

mejor manera en la sociedad, manifestándose con el entendimiento de lo que el sujeto necesita.

El adolescente en la sociedad presenta un sin número de cambios propios de la etapa, muchos de estos le ayudan acoplarse al lugar en el que se encuentre, es así que relacionarse con los demás es fundamental para fortalecer su asertividad. Si bien, la asertividad es una habilidad que permite relacionarse correctamente, también genera en el adolescente un bienestar socio emocional que le ayuda en el desarrollo personal. De tal manera, que el adolescente que practica esta habilidad se siente comprendido y directamente tiene ideas claras de lo que desea transmitir. (Véase Cuadro 2)

Cuadro 2. La asertividad en la adolescencia.

Autor	Nombre del documento	Enfoque	Abordaje	Como influye el pensamiento asertivo en el adolescente.
(Alvarado, 2016)	JUICIO MORAL Y ASERTIVIDAD EN ADOLESCENTES	Cognitivo Conductual	Cognitivo	Según el autor la asertividad es una habilidad del pensamiento y la conducta humana, que permite al adolescente evaluar lo que es correcto e incorrecto. De modo que, influye a la hora de tomar una decisión, y generar una buena respuesta. Así pues, estas causaran una conducta aceptable en la sociedad a la hora de relacionarse. Es por ello que el adolescente actúa con la convicción de hacer las cosas de la manera más adecuada. Por tanto, el pensamiento asertivo define una mejor comunicación y una mejor conducta en el adolescente al momento de relacionarse.
(Bosch, 2012)	Yo soy single ¿y qué?	Cognitivo Conductual	Relaciones Sociales	La relación asertiva permite sentirse libre en actos y palabras a los sujetos. El adolescente mantendrá su autoestima elevada a pesar de no conseguir lo que desea. Es así que se sentirá tranquilo al actuar de una manera adecuada al momento de relacionarse. De igual forma se siente capaz de comunicarse con personas de todas las edades de manera franca y abierta comprendiendo los pensamientos de los demás y demostrar sus necesidades. La relación asertiva facilitara el sentido de vida de adolescente. Es así que al tomar sus

(Cortéz,2018)	Indicadores de comunicación asertiva del docente y la generación del clima escolar en el aula en situaciones de aprendizaje	Cognitivo Conductual	Cognitivo - Emocional	<p>decisiones y compartir ideas con los demás, tendrá como consecuencia buenas ideas y una excelente manera de actuar.</p> <p>La asertividad es considerada como una habilidad socioemocional que permite al adolescente comprender la dinámica de la inteligencia emocional en su contexto social. Esto permite al joven independizarse en las relaciones sociales al desarrollar una convivencia armónica y a auto confirmar su identidad personal al momento de actuar. De manera que a mayor práctica de la habilidad asertiva más experiencias positivas que influyen en el modelamiento de su conducta.</p>
(Corrales et al., 2017)	EMPATIA, COMUNICACIÓN ASERTIVA Y SEGUIMIENTO DE NORMAS. UN PROGRAMA PARA DESARROLLAR HABILIDADES PARA LA VIDA.	Cognitivo Conductual	Cognitivo	<p>La asertividad en la adolescencia implica, pensamientos, sentimientos y acciones que permiten alcanzar los objetivos en la sociedad de una manera aceptable. Así pues, en pensamiento asertivo en el adolescente le permite reaccionar a circunstancias de una manera segura. De modo que al transmitir sus ideas se sienten comprendidos y reaccionan con una visión más clara, al aceptar las ideas y sugerencias de las demás personas que lo rodean.</p>
(Chávez, 2012)	La influencia de la experiencia de vida en la calle en el desarrollo inadecuado de la inteligencia	Cognitivo Conductual	Proceso Terapéutico	<p>La asertividad reúne actitudes y pensamientos que son la base de las relaciones sociales en los adolescentes.</p>

				<p>emocional, asertividad y autoestima en los participantes de 12 a 18 años de la Casa de la Niñez 2011 – 2012</p>	<p>Favoreciendo a la auto confirmación de la defensa de sus derechos y los derechos de los demás. El pensamiento y la asertividad tiene como objetivo crear una referencia de conocimiento para relacionarse en cualquier circunstancia de una manera aceptable. De manera que, un proceso psicoterapéutico centrado en las relaciones sociales permitirá fortalecer la asertividad en la etapa de la adolescencia.</p>
(Esteves et al., 2020)	<p>Habilidades Sociales en Adolescentes y Funcionalidad Familiar</p>	<p>Cognitivo Conductual</p>	<p>Evaluación cognitiva</p>	<p>La habilidad asertiva en los adolescentes es necesaria en el mundo social, les permite relacionarse bien, de una manera segura y no manipuladora. Si bien, el hogar es el contexto más cercano para aprender la asertividad. Se puede decir de igual manera que puede ser el más destructivo, debido a que existen hogares disfuncionales que cohiben al adolescente a desarrollar esta habilidad. En consecuencia, este presenta un bajo repertorio de habilidades sociales si entender los sentimientos y pensamientos de las personas que los rodean. De manera que el ambiente puede ser un eje primordial para el aprendizaje de esta habilidad por un condicionamiento vicario.</p>	
(García, 2015)	<p>Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflictos</p>	<p>Cognitivo Conductual</p>	<p>Proceso Terapéutico</p>	<p>La conducta asertiva en el adolescente determina el dialogo positivo y previene el</p>	

y la satisfacción familiar.

estrés en su desarrollo. Un buen entrenamiento asertivo, permitirá al joven tener una interacción social aceptable, estas incluyen respuestas verbales, no verbales, cognitivas y emocionales. La buena comunicación, permite reducir el estrés. De modo que a través del procesamiento cognitivo se logra describir imágenes, sucesos o historias que han sido aprendidas en el entrenamiento asertivo y causan una mejor comprensión del mensaje al momento de elaborar una respuesta. De tal manera que, en un manejo de conflictos el adolescente asertivo sabrá como desenvolverse sin sentir estrés, basándose en las técnicas y procedimientos que ya adquirido en el entrenamiento de esta habilidad.

(García & Araujo 2018)

Autoestima y Asertividad en adolescentes.

Cognitivo Conductual

Relaciones sociales

En adolescencia la baja autoestima y la falta de asertividad pueden llevarlos a situaciones inapropiadas y negativas como el uso de drogas, alcohol, bajo rendimiento escolar, conductas agresivas y pasivas, así como también a tener relaciones interpersonales inadecuadas. La capacidad cognitiva del sujeto genera ideas y opiniones de lo que perciben, es por ello que si se expone el tema de las relaciones asertivas el adolescente será capaz de tomar esa información y procesarla

(Guevara et al., 2021)	Comunicación Asertiva entre padres y adolescentes	Cognitivo Conductual	Relación Social.	<p>para evitar este tipo de conductas.</p> <p>El diálogo asertivo permite expresar la opinión de forma consciente, clara, directa, con la finalidad de comunicar pensamientos e ideas desde una zona de confianza y respeto, fortaleciendo las relaciones entre los miembros de la familia, lo que se comunica es un contenido cognitivo, que al relacionarse con la asertividad desarrolla un contenido semántico más claro.</p>
(Ordaz et al., 2019)	Integración de la Terapia Cognitivo Conductual y Terapia Centrada en Soluciones en un taller para el aumento de la Autoestima y Asertividad.	Cognitivo Conductual	Evaluación cognitiva	<p>La asertividad en el adolescente influye en la congruencia que existe entre lo que piensa y lo que hace. Es consciente de las limitaciones que presenta y cambia su proceso cognitivo según la situación a la que se enfrenta. Los mismos se ven sujetos a un sin número de técnicas que fortalecen la habilidad asertiva. Entre estas técnicas para el fortalecimiento asertivo tenemos; psi coeducación, rol-playing, etc. De igual manera la asertividad se ve influida por la autoestima del sujeto. De modo que, esta le da más seguridad al momento de comunicarse y reduce el comportamiento agresivo y ofensivo, transmitiendo de buena manera lo que desea.</p>
(Riso, 2015)	El derecho a decir no. Como ganar autoestima sin perder asertividad	Cognitivo Conductual	Salud Mental	<p>La conducta asertiva en el adolescente le permite agotar un sin número de posibilidades que le convertirá en un participante activo. Su desarrollo cognitivo debe empezar por</p>

(Schmitz & Hipp, 2005)	Como enseñar a manejar el estrés	Cognitivo Conductual	Proceso Terapéutico	<p>sentirse liberado psicológicamente. Al sentirse bien una persona consigo mismo y con los demás, el cuerpo no presenta ningún problema de somatización y está libre de enfermedades. Es así que, la asertividad está diseñada para que el joven pueda defenderse inteligentemente. No agrede ni se siente agredido, es un ente de actitud positiva. De modo que depende mucho de la situación para que la actuación del adolescente merezca ser asertiva o no.</p>
(Tustón, 2016)	La Comunicación Familiar y la Asertividad de los Adolescentes de	Cognitivo conductual	Salud Mental	<p>La tensión psicológica en las relaciones humanas provoca estrés en el adolescente. De modo que los adolescentes invierten la mayoría de tiempo y energía emocional para adaptarse a las nuevas situaciones. Es así que, desean tener más oportunidades para relacionarse con los amigos, pareja, padres y personas cercanas. Si bien, la manera correcta de transmitir sus pensamientos puede estresarlos. Sin embargo, enseñar y reforzar la habilidad asertiva al adolescente le abrirá las puertas de las relaciones sociales. De manera que esto le permitirá relajarse y transmitir lo que desea de una manera placentera sin sentirse amenazado, a conseguir lo que verdaderamente desea. La expresión directa de los propios pensamientos, sentimientos,</p>

**Noveno y Décimo
Año de Educación
Básica del Instituto
Tecnológico
Agropecuario
Benjamín Araujo del
Cantón Patate**

(Verdugo et
al., 2014)

**Influencia del clima
familiar en el
proceso de
adaptación social
del adolescente**

**Cognitivo
Conductual**

**Proceso
Terapéutico**

necesidades, derechos legítimos u opiniones que no amenazan, castigan ni violan los derechos de los demás ayudan en la formación de un estilo asertivo para un ser humano, lo que le producirá una mayor satisfacción en la vida social, mayor confianza en sí mismo y en sus relaciones más íntimas y significativas. Es así, que los procesos cognitivos son los que provocan la elaboración de pensamientos y opiniones que ayudan al desarrollo de la asertividad en la sociedad.

El calor familiar, crea una relación asertiva que permite a los adolescentes adquirir buenas experiencias en las relaciones sociales. La influencia asertiva familiar es muy trascendental en el proceso de transición de la niñez a la adolescencia. Si existe un buen clima familiar no rondarán emociones negativas en el ambiente. Esto será el medio para elaborar nuevas técnicas de afrontamiento social y le ayudará a prosperar en la vida. Una buena práctica de la asertividad en la etapa de la adolescencia le facilitara la resolución de conflictos. La buena comunicación entre padres e hijos se evidencian en la forma de comportarse en el ambiente. De modo que esta es una señal de que los adolescentes adquieren una conducta y la aplican tras un aprendizaje observado en su familia.

Mediante la información indagada se obtuvo conocimiento relevante que responde la importancia del pensamiento asertivo en la adolescencia. Y básicamente se deduce que los procesos cognitivos van de la mano con el desarrollo de la habilidad asertiva, debido a que en la etapa de la adolescencia estas capacidades se refuerzan. De manera que, implantar esta habilidad en el desarrollo de la adolescencia es más factible porque se tendría una buena captación de un buen juicio de razonamiento en el entorno social. Muchas veces esta habilidad es desarrollada, pero no se encuentra comprendida en su totalidad, lo que al reforzarla en el cerebro manipulamos la información y hacemos el uso adecuado de la misma, así se genera conocimiento afectivo y prudente al momento de decir e interpretar los mensajes que se encuentran en el entorno.

Así también el adolescente al expresar sus pensamientos, sentimientos y emociones sin quebrantar las relaciones sociales, desarrolla un comportamiento asertivo comprensible en todo relato o acto que realice. De manera que, los procesos cognitivos son trascendentales en los adolescentes, de modo que permiten deducir lo correcto e incorrecto y generar un comportamiento adecuado en el mundo interno y externo. Por consiguiente, la asertividad se genera a partir de los procesos cognitivos y al tener una estructura más adecuada que parte de allí permite tener conocimiento de las consecuencias de los actos que posiblemente sea a partir de su conducta, así se crea una conducta positiva en las relaciones sociales.

CONCLUSIONES

Luego del análisis se llegó a los siguientes resultados:

- Para resumir, el pensamiento asertivo en la adolescencia es importante, porque en esta etapa los procesos cognitivos son moldeables y manipulables, debido a eso, implantar la conducta asertiva a esta edad es fundamental porque mejora las relaciones sociales del adolescente y facilita la elaboración de pensamientos que mejoran la formación de su personalidad.
- Se logró determinar que el pensamiento asertivo es fundamental en la adolescencia pue propone un trato positivo en las relaciones personales, los mismos que a partir de procesos cognitivos facilitan la formación de pensamientos más organizados para comprender, defender y respetar las ideas propias y de los demás.
- A raíz de lo mencionado, se fundamentó teóricamente la asertividad y la adolescencia, en la cual los resultados textuales demuestran que a partir de los procesos cognitivos el adolescente desarrollaría la conducta asertiva, la cual que al ser instaurada de manera oportuna en esta etapa permite una mejor comprensión de las ideas propias y de los demás.
- Es importante aclarar que el desarrollo de las habilidades asertivas nace en las relaciones del hogar, sin embargo, trabajar los obstáculos cognoscitivos, eliminar ideas irracionales y promover pensamientos claros permiten implantar la conducta asertiva, y modificar su personalidad para expresar lo que piensa de una manera libre.
- Para terminar, se dice que los procesos cognitivos se adquieren hasta aproximadamente los 20 años, según la bibliografía revisada a esta edad se termina de desarrollar la corteza prefrontal y se fortalecen las funciones ejecutivas y muchas habilidades como la asertividad que ayudan a la formación personal del adolescente, sin embargo, es necesario que se amplíen las investigaciones para

conocer más acerca de la asertividad y las habilidades cognitivas con las que tienen mayor conexión

RECOMENDACIONES

Con base a lo que se ha encontrado en la presente investigación y con la necesidad de fomentar un nuevo estudio se recomienda lo siguiente:

- Se presentó obstáculos en cuanto a la búsqueda de información debido a que no existen muchos datos claramente con el termino asertividad en la adolescencia, donde apareció el termino de habilidades sociales lo que complico un poco el estudio. Por lo tanto, se recomienda producir más información, orientada hasta estas variables de estudio con el fin de enriquecer el conocimiento, para crear una mayor fuente de datos en cuanto a futuras investigaciones.
- En base a los instrumentos empleados en este estudio, se sugiere que se aplique en futuras investigaciones instrumentos que analicen las propiedades psicométricas de la asertividad en la etapa de la adolescencia, al fin de aplicarlos a futuro en un contexto propio de nuestro país.
- En la presente investigación, se pudo observar que la asertividad es una conducta que tiende a ser modificada desde un enfoque conductual, donde se eliminan las ideas irracionales. Así también se sugiere realizar un estudio en el cual se demuestre que desde otros enfoques psicológicos es posible implantar la conducta asertiva en la etapa de la adolescencia.

BIBLIOGRAFÍA

Alvarado, C. (2016). Juicio moral y asertividad en adolescentes. Universidad Rafael Landívar. Obtenido de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Alvarado-Carmen.pdf>

Armas, G., Castillo, M. (2019). Autoestima y asertividad en adolescentes huamachuco-2018 [Tesis, Universidad Nacional de Trujillo]. <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/12316>

Baena, H., y Garza, H. (12 de 05 de 2018). Investigación documental . Obtenido de Investigación científica : <https://investigacioncientifica.org/que-es-la-investigacion-documental-definicion-y-objetivos/>

Borrás, T. (2014). Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. Correo Científico Médico, 18(1). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000100002

Bosch, M. (2012). Yo soy single ¿y qué?: Un libro para los que quieren seguir siendo y para los que les gustaría dejar de serlo. Edaf.

Caballo, V. (1983). Asertividad: definiciones y dimensiones. Recuperado de: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-Asertividad-65876%20\(9\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-Asertividad-65876%20(9).pdf)

Cañon, W., y Rodríguez, A. (2011). Asertividad: una habilidad social necesaria en los profesionales de enfermería y fisioterapia. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 20. Obtenido de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072011000500010

Casares, D. y Siliceo, A. (1997). *Planeación de vida y carrera: vitalidad personal y organizacional, desarrollo humano y crisis de madurez, asertividad y administración del tiempo*. México: Limusa

Chávez, A. (2012). *La influencia de la experiencia de vida en calle en el desarrollo inadecuado de la inteligencia emocional, asertividad y autoestima en los participantes de 12 a 18 años de la Casa de la Niñez*. Informe final del Trabajo de Titulación de Psicóloga Clínica, UCE, Quito.

Childrens Trust Fund. (2007). Childrens Trust Fund. Obtenido de <http://espanol.onetoughjob.org/crecimiento-y-desarrollo/12-a15/crecimiento-y-desarrollo-adolescencia-temprana-12-a-15-anos-tmpl=component&print=1&page=>

Cisneros, M., y Olave, G. (2016). *Redacción y publicación de artículos científicos enfoque discursivo*. Bogotá: ECOE.

Colom. J., y Fernández, M. (2009). ADOLESCENCIA Y DESARROLLO EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), pp. 235- 242

Corrales, A., Quijano, N., y Góngora, E. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 58-65. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>

Cortéz, A. (2018). Indicadores de comunicación asertiva del docente y la generación del clima escolar en el aula en situaciones de aprendizaje . Maestría en Innovación en Educación, Universidad Andina Simón Bolívar, Quito.

De Caro, Duilio Marcos (2013). El estudio del cerebro adolescente: contribuciones para la psicología del desarrollo. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dulzaides Iglesias, María Elinor, y Molina Gómez, Ana María. (2004). Análisis documental y de información: dos componentes de un mismo proceso. *ACIMED*, 12(2), 1. Recuperado en 08 de diciembre de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352004000200011&lng=es&tlng=es

Escudero, L., y Cortez, L. (2017). Técnicas y Métodos cualitativos para la investigación científica. Ecuador - Machala: UTMACH.

Esteves Villanueva, Angela Rosario, Paredes Mamani, Rene Paz, Calcina Condori, Carmen Rosa, & Yapuchura Saico, Cristóbal Rufino. (2020). Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. *Comuni@cción*, 11(1), 16-27. <https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>

Estrada, L. (2002). Importancia relativa de tres enfoques psicológicos: la validez en la evaluación de profesores. *Perfiles educativos*, 12 - 40.

Flores, M. (1994). Asertividad: conceptualización, medición y su relación con otras variables. Tesis inédita de Doctorado en Psicología. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Fuentes, A. (2022). Reseña de sitio web: Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Declaración PRISMA 2020. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9(2), 323-327. <https://doi.org/10.17979/reipe.2022.9.2.9368>

García, C., & Parada, A. (2018). Construcción de adolescencia: una concepción histórica y social inserta en las políticas públicas . *Universitas Humanística*, 85, 347-373. Obtenido de <https://doi.org/10.11144/Javeriana.uh85.cach>

García, F. (2015). Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflictos y la satisfacción familiar. Informe final del trabajo de Titulación de Psicólogo Clínica, UCE.

González, C., Guevara, Y., Jiménez, D., & Alcázar, R. (2018). Relación entre asertividad, rendimiento académico y ansiedad en una muestra de estudiantes mexicanos de secundaria. *Acta colombiana de Psicología*, 21(1), 116-127. Obtenido de http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v21n1/es_0123-9155-acp-21-01-00116.pdf

Guevara, L., Pinzón, N., Y Osorio, M. (2021). Comunicación Asertiva entre padres y adolescentes. *Estudios Psicológicos*, 1 (4), pp. 51-79

Gutiérrez, J. (2022). Inteligencia emocional adolescente: Una revisión sistemática. Doctorado en Educación. Universidad Cesar Vallejo. Repositorio de la universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/76821>

Güell, M. (2011). La comunicación asertiva de los docentes. *Revista Aula de innovación educativa*. Obtenido de <http://auladesecundaria.grao.com/revistas/aula/199-creatividad-y-educacion/lacomunicacion-asertiva-de-los-docentes>

Hernández Moreno, Lisbeth. (2011). Adolescencia: ¿Adolecer es padecer?. *Salus*, 15(2), 5-6. Recuperado en 11 de abril de 2023, de

http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382011000200003&lng=es&tlng=es.

Hernández, R., y Fernandez, C. (2016). Metodología de la investigación. Mexico: McGraw-Hill.

Iglesias, J. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. Recuperado de: <https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf>

Krauskopf, D. (2015). Las Conductas de Riesgo en la Fase Juvenil. Obtenido de http://www.iin.oea.org/Cursos_a_distancia/Lecturas%20y9_UT_1.pdf

Lemos, Viviana, Krumm, Gabriela, Gutierrez, Marisel, & Arán-Filippetti, Vanessa. (2016). Desarrollo de una escala para evaluar recursos de personalidad asociados a la resiliencia infantil. *Acción Psicológica*, 13(2), 101-116

Lillo Espinosa, José Luis. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (90), 57-71. Recuperado en 29 de marzo de 2023, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es.

Miranda, M. (2015). Asertividad y Estrategias de Aprendizaje en Alumnos de Nivel Superior. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/55532038.pdf>

Ordaz, K., y Bennelt, M. (2019). Integración de la terapia cognitivo conductual y terapia centrada en soluciones en un taller para el aumento de la autoestima y asertividad. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 22(2). Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi192q.pdf>

OMS. (2018). Desarrollo en la adolescencia. Obtenido de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Palacios, Ximena. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17 (1), 5-8. Epub 10 de junio de 2019. Recuperado el 16 de marzo de 2023, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732019000100005&lng=en&tlng=es.

Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia* (Onceava ed.). México: Mc Graw Hill.

Pérez, Mazariegos, L.C. (2013). "Nivel de Asertividad en Adolescentes" (Estudio Realizado en la Fundación "Futuro de los niños" del Municipio de Salcajá Quetzaltenango. Tesis de Grado. Psicología Clínica. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Perez-Luis.pdf>

Pérez, N., y Soria, I. (2012). *Psicología del desarrollo humano del nacimiento a la vejez*. San Vicente: Editorial ECU

Piaget, J., & TEORICOS, A. (1976). Desarrollo cognitivo. España: Fontaine

Pineda, S., Y Aliño, M. (2002). El concepto de adolescencia. Prácticas Clínicas para la atención, 15-23. Obtenido de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf

Piza Burgos, N. D., Amaiquema Marquez, F. A., & Beltrán Baquerizo, G. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. Revista Conrado, 15(70), 455-459. Recuperado de <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/Conrado>

Riso, W. (2015). El derecho a decir no, como ganar autoestima sin perder asertividad. (Primera ed.). Editorial Planeta, S.A. Obtenido de https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/31/30519_El_derecho_a_decir_no.pdf

Rivera, D. (2016). Desarrollo de habilidades sociales de comunicación asertiva para el fortalecimiento de la convivencia escolar. Universidad Libre. Bogotá. D.C

Rivera, F., & García Rojo, M. (2016). La búsqueda de bibliografía: nuevas soluciones para un viejo problema. Nefrología: Medicina .

Robledo, C., (2003). Tomado del libro Técnicas y Proceso de Investigación: Universidad de San Carlos de Guatemala. (p. 63-73)

Romano Macea, L. (2019). La comunicación asertiva en los estudiantes de bachillerato con problemas de convivencia escolar de la institución educativa técnica José Eugenio Martínez de la ciudad de Valledupar. Valledupar, Universidad de Santander, 2019

Rodríguez, y Romero. (2011). La asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiantes de 12 años. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana Facultad De Educación.

Seoane, A. (2015). Adolescencia y Conductas de Riesgo. Trabajo final de grado. Montevideo. Universidad de la república de Uruguay

Schmitz, C., y Hipp, E. (2005). Como enseñar a manejar el estrés. México: Pax México. Obtenido de <https://books.google.com.gt/books?id=JMv5F8bvI1MC&pg=PA123&dq=asertividad+para+adolescentes&hl=es-419&sa=X&ei=m9YEVeWNG8ydNqyQhOAH&ved=0CEEQ6AEwBw#v=onepage&q=asertividad%20para%20adolescentes&f=false>

Stassen, K. (2017). Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia. Madrid: Médica Panamericana.

Surco Antonio, E. (2021). Desarrollo físico, intelectual y social de la adolescencia, juventud, adultez y senectud. Aplicación didáctica: Diseño de clase

(Monografía de pregrado). Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima, Perú.

Tustón, M. (2016). La Comunicación Familiar y la Asertividad de los Adolescentes de Noveno y Décimo Año de Educación Básica del Instituto Tecnológico Agropecuario Benjamín Araujo del Cantón Patate. Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/20698>

Verdugo, C., Argulles, J., Guzmán, J., Márquez, C., Montes, R., & Uribe, I. (2014). Influencia del clima familiar en el proceso de adaptación social del adolescente. *Psicología desde el Caribe*, 31(2). Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v31n2/v31n2a03.pdf>

Villa, M., Sirvent, C., & Blanco, P. (2011). Adicciones y Déficits en Asertividad. *Revista Psicología. Com.* P. (1–21). <http://hdl.handle.net/10651/10748>