

Dinámica de grupos para mejorar la comunicación asertiva en jóvenes con educación superior

Group dynamics to improve assertive communication in young people with higher education

Ana Graciela Torres Vallejo¹

RESUMEN

En la investigación se utilizó la metodología cuantitativa, la cual buscó determinar si el desarrollo de un programa de dinámica de grupos mejora la comunicación asertiva en jóvenes de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo.

Se aplicó un diseño preexperimental. La población tomada como muestra fue de 20 jóvenes de educación superior. El grupo experimental fue seleccionado probalísticamente y estuvo constituido por 12 mujeres y 8 varones.

Los instrumentos de recolección de datos estuvieron estructurados en tres partes: los datos demográficos, las instrucciones escritas, ejercicios de preparación y un test que consta de 10 ítems. El análisis de la información se hizo mediante síntesis de todas las unidades de significado, presentados en gráficos. Entre sus conclusiones se encuentran: El programa de dinámica de grupos, mejora la comunicación asertiva significativamente en los jóvenes con educación superior. El programa de dinámica de grupos mejora la conducta asertiva significativamente tanto en la autoasertividad como en la heteroasertividad.

Palabras clave: Dinámica de grupos, asertividad, educación superior.

ABSTRACT

This study was done using the quantitative methodology to determine if the development of a program of dynamics groups would improve the assertive communication in young people of Baptist Evangelical Church of Laredo, La Libertad (Peru). A pre experimental design was used. The sample was of 20 youth with higher education. The experimental group of 12 females and 8 males was aleatorily selected. The document for the data had three parts: Demographics, written instructions, preparation exercises, and a test with 10 items. The analysis of information was made by means, of the synthesis of all units of meanings, showed in graphics. The results showed that the program of group dynamics improved significantly the assertive communication in young with higher education, also the assertive behavior as in the autoasertivity as in the heteroasertivity.

Key words: Dynamics groups, assertivity, higher education.

¹ Maestra en Educación. Profesora de la Escuela de Educación Inicial de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Al observar que los jóvenes universitarios tienen dificultad para establecer una comunicación adecuada; que desconocen como expresar sus ideas, emociones, pensamientos sin temores y sin agredir a otro, nos hicimos la siguiente pregunta: ¿En qué medida el desarrollo de un programa de dinámica de grupos mejorará comunicación asertiva en jóvenes universitarios de la Iglesia Bautista de Laredo?.

Características de la Realidad Problemática

- a) Dificultad para establecer comunicación asertiva entre los jóvenes con educación superior que asisten a la Iglesia.
- b) Características socioemocionales y culturales diversas.
- c) Presencia de conductas de sometimiento, pasividad y falta de responsabilidad para consigo mismos y negación de sus propias necesidades.
- d) Comportamiento agresivo y de desconfianza hacia sí mismo y hacia los demás.

Análisis de las características:

- a) Los jóvenes con educación superior de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo, a pesar de tener tiempo en la Iglesia aún no han aprendido a comunicarse adecuadamente; no practican la comunicación asertiva en sus hogares. Podríamos asegurar que desconocen que todas las personas tienen derecho a tener su propia opinión, sobre cualquier tema o circunstancia y a expresarla sin ofender intencionalmente a las demás personas; esto lo fundamenta García, E. y Magaz A. (1996): "a) Conceptualizar la asertividad como una cualidad que define aquella clase de interacción social que constituye un acto de respeto por igual a las cualidades y características personales de uno y de aquellas personas con quienes se desarrolla la interacción".
- b) La mayoría de los jóvenes de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo viene con un trasfondo de hogares mal constituidos, problemas de drogas, ejercicio de la prostitución, de cometer delitos menores como hurto, entre otros; por lo que podríamos deducir que poco o nada de su conducta ha sido asertiva. Actualmente estos jóvenes asisten a centros de educación superior pero presentan conductas incoherentes con la educación en valores que persiguen las instituciones. Se muestran pasivos, creen que los demás conocen de su problemática. y que son culpables de sus carencias; al respecto Fensterneim, citado por Dioses, P. y Noé, H.

(1999) sustenta: "la asertividad es la acción de mostrarse uno mismo, de afirmarse,... una manera más activa que pasiva de estar en el mundo".

- c) Los jóvenes desconocen las habilidades para comportarse asertivamente, esto es, porque desde pequeños fueron forzados a presentar conductas pasivas, sus progenitores o tutores no cuidaron de su sano desarrollo pues el tiempo y la economía tan sólo alcanzaba para ofrecerles algún sustento orgánico, y ellos tenían que aceptar sólo esto y sin reclamo alguno.
- d) Finalmente, los jóvenes de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo a la vez se comportan agresivamente. El medio en el cual se desarrollaron los lleva a utilizar su agresividad como una arma para sobrevivir; generalmente se muestran a la ofensiva, desconfiados, con ganas de litigar y considerarse ganadores; atentando, muchas veces, con el bienestar de los demás. Bien dice James, M.A. (1999), al opinar sobre la comunicación asertiva... implica hacer respetar los derechos personales y expresar pensamientos, sentimientos y creencias de una manera directa, honesta y apropiada, de tal forma que no atente contra los derechos de otras personas. Igualmente, García, M y Magaz, A. (1999), afirman que la asertividad es una cualidad que define a aquellas interacciones sociales que constituyen un acto de respeto. Ante estos hechos surge la preocupación de cómo fortalecer las relaciones interpersonales de los jóvenes y así ayudarlos a comunicarse con respeto y consideración.

Definición del Problema

Por lo manifestado, el problema consiste en desarrollar un Programa de dinámica de grupos para lograr la comunicación asertiva en jóvenes con educación superior de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo.

Aporte del Trabajo de Investigación

Este estudio preexperimental servirá para que los jóvenes universitarios que presentan problemas de asertividad en su comunicación mejoren las expresiones de sus pensamientos, sentimientos y creencias en el ámbito académico y social. También esta investigación posibilitará el desarrollo integral del educando, meta propuesta por la educación; al expresar adecuadamente sus puntos de vista, en cualquiera de los ambientes sociales donde se desenvuelva el joven universitario, establecerá relaciones positivas dentro de su comunidad.

Por otra parte, servirá a la Asociación Bautista de Laredo para que desarrolle programas alternativos que

favorezcan el crecimiento personal y a la vez espiritual de los jóvenes teniendo como precedente la presente investigación. Finalmente, esta investigación ayudará a crear un instrumento de trabajo adicional para mejorar la comunicación y las habilidades asertivas a través de dinámicas grupales.

Nos hicimos la siguiente pregunta: ¿En qué medida el desarrollo del programa de dinámica de grupos mejorará la comunicación asertiva en jóvenes con educación superior de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo? cuyas variables fueron tenidas por hipótesis:

Hi. Si aplicamos el programa de dinámica de grupos, entonces mejorará la comunicación asertiva en jóvenes con educación superior de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo.

Ho. Si aplicamos el programa de dinámica de grupos entonces no mejorará los niveles de la comunicación asertiva en jóvenes con educación superior de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo.

Variables e Indicadores

Variable Independiente: Programa de Dinámica de Grupos

Cuyos indicadores son:

- Mesa redonda
- Foro
- Discusión en grupos pequeños
- Estudio de casos
- Desempeño de roles
- Cuchicheo

Variable Dependiente: Comunicación Asertiva en jóvenes de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo, cuyos indicadores son:

- Ser directo: mensajes claros.
- Honesto: conciencia en lo que se dice, se cree y se hace.
- Ser apropiado: oportunidad exacta en la que se debe intervenir.
- Control emocional: gobernar las emociones.
- Saber decir: responsabilidad en el manejo de las palabras habladas o escritas.
- Saber escuchar: ser receptivo del mensaje y retroalimentarlo.
- Ser positivos: ser receptivo a detectar oportunidades y rechazar amenazas.
- Lenguaje no verbal: la expresión corporal acorde a lo que se dice.

Nuestro Objetivo General fue determinar en que medida el desarrollo de un Programa de dinámica de grupos mejora la comunicación asertiva en jóvenes de la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo.

La población y muestra estuvo conformada por todos los jóvenes con educación superior que asisten a la Iglesia Evangélica Bautista de Laredo que presentan las siguientes características: edades comprendidas entre los 18 a 25 años, desarrollo mental con evolución normal.

La muestra fue seleccionada teniendo en cuenta los siguientes criterios: disponibilidad, tiempo para asistir a los talleres voluntariamente, además de los criterios de selección de la población. La conformación del grupo experimental quedó definida con 20 sujetos entre hombres y mujeres (12 mujeres, 8 varones).

Diseño de Investigación

Utilizamos el diseño preexperimental pretest y posttest con un solo grupo, cuyo esquema es el siguiente:

$G O_1 \times O_2$

Donde:

G = Grupo o muestra de estudio

O₁ = Pretest

x = Programa dinámica de grupos para mejorar la comunicación asertiva.

O₂ = Posttest

En este diseño, como lo explica Roberto Fernández Sampieri, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista (1997), hay un punto referencial inicial para ver nivel tiene el grupo en la variable dependiente antes del estímulo, es decir, hay un seguimiento de grupos.

Además, es un esquema útil como un primer acercamiento con el problema de investigación en la realidad. Se abre el camino para estudios más profundos.

MÉTODOS

El método utilizado en la presente investigación fue el método inductivo, que sirvió para la construcción del instrumento.

Técnicas

La observación. Es una técnica que se utilizó antes, durante y después de la investigación.

La encuesta. Se llevó a cabo mediante un formato estructurado denominado cuestionario N° 1 que se aplicó antes del pretest para que los investigadores obtengan

mayor información de la situación de examen y los pensamientos (anónimo).

El cuestionario N° 2 se aplicó después del Postest con la intención de conocer la aceptación del Módulo de Técnicas de Aserción Encubierta y su funcionamiento.

El Instrumento. Fue usado un cuestionario de comunicación asertiva que tiene por objetivo evaluar la variable comunicación asertiva a través de la presencia de los indicadores de esta variable en el comportamiento de los sujetos. Este instrumento presentó 10 ítems, siendo el valor de cada ítem 02 puntos, el puntaje máximo del instrumento es de 20 y mínimo de 0; los niveles que se han considerado son: muy bajo (0-05); bajo (06-10); regular (11-15) y óptimo (16-20). El tiempo de aplicación es de aproximadamente de 10 minutos.

Test ADCA. Escala de evaluación de asertividad. Este instrumento tiene por objeto evaluar la conducta asertiva a través de subpruebas. La primera subprueba, tiene 20 elementos, mediante los cuales evalúa una variable denominada "auto asertividad", que es el grado en que una persona se concede a sí misma los derechos asertivos básicos.

La segunda subprueba está formada por 15 elementos que permiten evaluar la asertividad dirigida a los demás "hetero-asertividad", es decir el grado en que una persona considera que los demás tienen los derechos asertivos básicos. La administración de la prueba se realizará cuando los sujetos estén descansados y en disposición favorable para su cumplimiento al momento de administrarla, se indicará a las personas que se les entregará un cuestionario en el que tendrán que indicar, además de sus datos personales, la frecuencia con que piensan, sienten o actúan de la manera que indica en cada una de las fases que aparecen en el mismo. Las opciones son: nunca, casi nunca, a veces, en alguna ocasión, a menudo y siempre o casi siempre. Los evaluados no deben dejar ningún ítem sin responder. Para la corrección de la escala se tendrá en cuenta la clave de respuestas y los puntos asignados a cada una de las opciones que pueden ser 4,3,2, ó 1. Estas puntuaciones directas (p.d.) se convertirán en céntiles o puntaje centil (p.c.). Este valor numérico dará la idea aproximada del grado de asertividad del sujeto comparado con su grupo social normativo.

La administración de este instrumento estandarizado permitirá comparar los resultados obtenidos con el instrumento elaborado en la presente investigación con respecto a un elemento de la conducta asertiva como es la Comunicación Asertiva.

Programa de Dinámica. Este instrumento elaborado por la autora busca mejorar la comunicación asertiva en

los jóvenes universitarios. Esta organizado en temas seleccionados con los indicadores de la variable (comunicación asertiva), los mismos que deberán practicarse mediante dinámicas grupales, como la mesa redonda, desempeño de roles, cuchicheo, foro, discusión en grupos pequeños y estudio de casos.

Cada uno de los talleres presenta una estructura o secuencia de actividades en relación a su objetivo y son: Desarrollo de la actividad, evaluación, logro del objetivo y lo que se aprendió. La práctica a conciencia de las actividades de los talleres permitirá adquirir habilidades para desarrollar nuevas y mejores conductas en la comunicación.

RESULTADOS

Habiendo aplicado el instrumento comunicación asertiva (CA), figura 1 y el cuestionario de escala de evaluación de la asertividad (ADCA) los resultados obtenidos se presentan en las figuras 1, 2, 3 y 4.

Con el análisis e interpretación de los datos, se aceptó la hipótesis de Investigación (Hi).

Teniendo en cuenta la contrastación de la hipótesis, concordamos con Restrepo, L. (2000), quien en su investigación encontró que más de la mitad de la población presentaba conducta agresiva o pasiva; en nuestra investigación hemos encontrado que el 80% de la población presenta bajo nivel de indicadores de comunicación asertiva. Con respecto a la conducta asertiva también hemos encontrado un alto porcentaje de sujetos con conductas no asertivas tanto en la autoasertividad y heteroasertividad, 75% y 65%, respectivamente. Esto se debe a que los jóvenes provienen de hogares disfuncionales con problemas de dependencia o carencias emocionales o económicas, donde la comunicación asertiva les es negada. Experiencias que han desarrollado conductas de sumisión ante el deseo del otro, debido a sentimientos de frustración por no alcanzar el logro de los objetivos; apareciendo finalmente un sentimiento de indefensión o por el contrario la descarga de energía más o menos intensa de la agresión para lograr los objetivos propuestos, aún resquebrajando las relaciones sociales.

También podemos afirmar que el Programa de dinámica de grupos mejora la comunicación asertiva en los jóvenes, esto se debe a que la práctica en grupo disminuye el sentimiento de intimidación e inseguridad; el sujeto se siente acompañado, por así decirlo, protegido en la expresión de sus pareceres. Esto concuerda con Medaura y Monfarrel (2000), cuando señalan que: "las relaciones interpersonales amables, cordiales, francas reduce la inti-

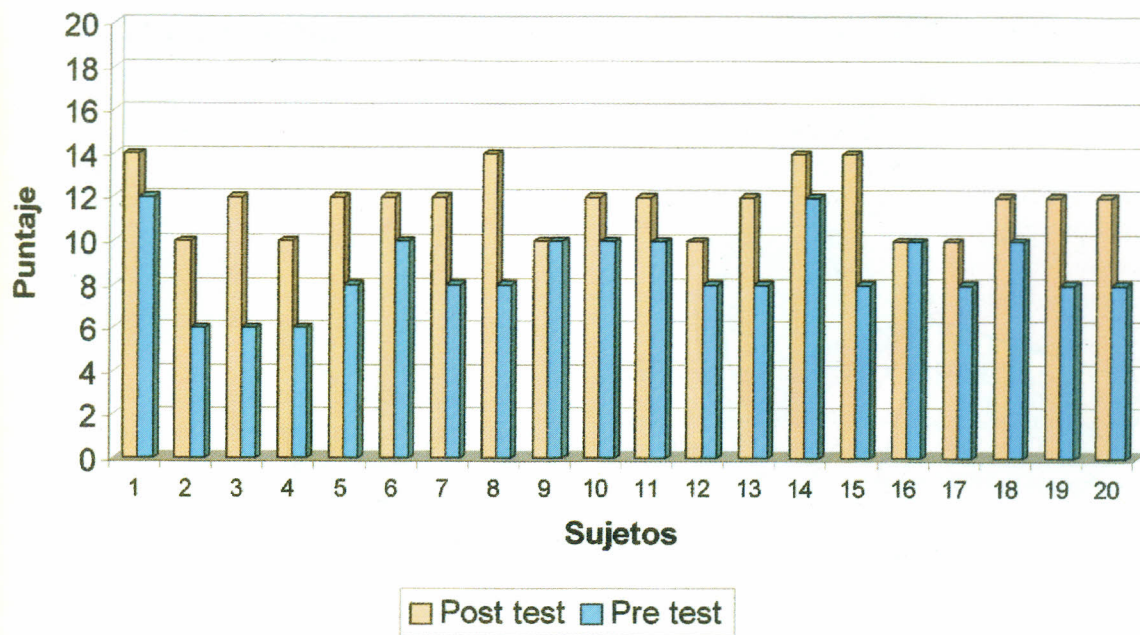
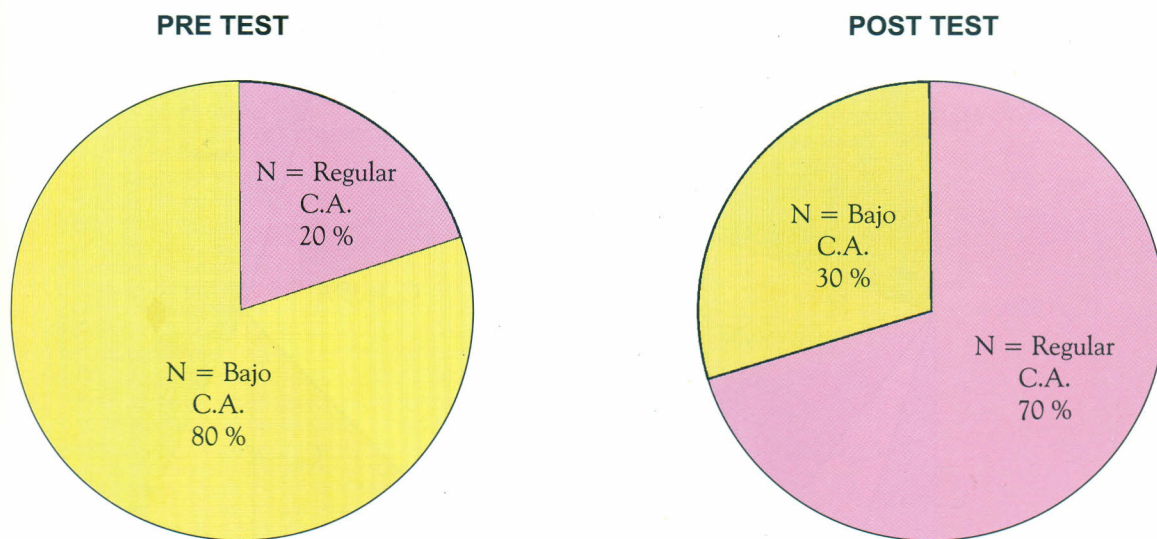


Figura 1. Comunicación Asertiva (Pre test y Post test) por sujetos

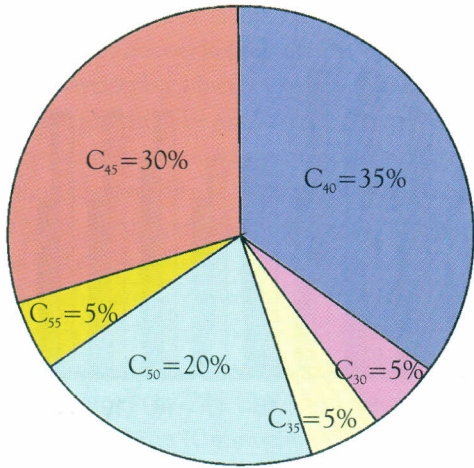


Comunicación Asertiva (C.A)

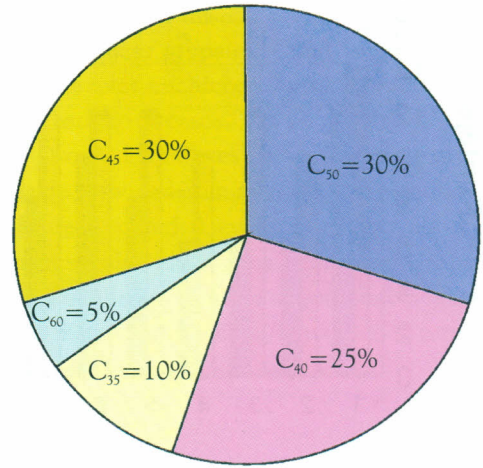
Puntajes	Niveles (N)
16 - 20	= Optimo
11 - 15	= Regular
6 - 10	= Bajo
0 - 5	= Muy Bajo

Figura 2. Comunicación Asertiva (Pre test y Post test) por niveles

AUTOASERTIVIDAD



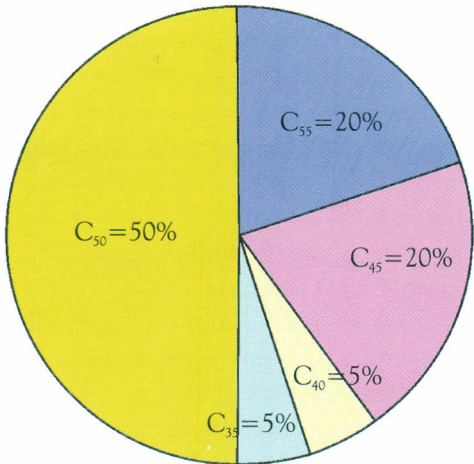
HETEROASERTEVIDAD



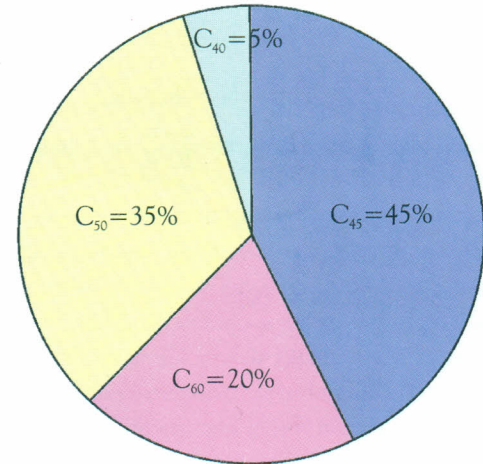
Ci = Centil
X % = Porcentaje

Figura 3. Resultados del Pre test del ADCA. Escala de Evaluación de la Asertividad (Autoasertividad - Heteroasertividad)

AUTOASERTIVIDAD



HETEROASERTEVIDAD



Ci = Centil
X % = Porcentaje

Figura 4. Resultados del Post test del ADCA. Escala de Evaluación de la Asertividad (Autoasertividad - Heteroasertividad)

midación y permite el cambio de orientación". A nuestro entender, si hubo cambio significativo (Ver figuras 1 y 2) en la comunicación asertiva de los sujetos de investigación ($t_c = 34,9 > t_t = 1,73$), éstos han reorientado su anterior conducta de comunicación. Este cambio viene como producto de un trabajo en grupo (Dinámica grupal) por lo que podemos deducir que la reducción del sentimiento de inseguridad disminuye la tensión y ésta favorece el trabajo y el éxito en la tarea asignada (Ver figura 1).

Las actividades llevadas a cabo en el programa, como propuesta educativa, no sólo sirven para mejorar la comunicación (ver figuras 1, 2, 3 y 4) entre los estudiantes universitarios sino también la conducta asertiva, tanto en la autoasertividad como en la heteroasertividad ($t_e = 7,76$ $p > 0,05$ y $t_c = 4,68$ $p > 0,05$, respectivamente). Cuando nos comunicamos no solo transmitimos un mensaje, estamos estableciendo una relación entre al menos dos o más personas, con sus propias percepciones, necesidades y sentimientos, y a todo esto se denomina comportamiento o conducta; por lo tanto una comunicación asertiva toma en cuenta a las personas. En esto concordamos con Navarro, M. (2000), cuando interpretamos que la asertividad es el desempeño (actuación, comunicación, respuesta, etc) que sirve a los demás (establecimiento de lazo con el otro yo). Así también, con Restrepo, L. (2000), quien concluye en su investigación, que las relaciones interpersonales se ven afectadas carecer de habilidades apropiadas, tanto en la comunicación no verbal

como en el manejo de la conducta no asertiva. Esto se interpreta que de habilitar a los jóvenes tanto en comunicación verbal como en el manejo de conductas asertivas se mejorará las relaciones interpersonales; entonces también estamos en la posibilidad de afirmar que hemos habilitado a los jóvenes universitarios mediante el Programa de Dinámica en relaciones interpersonales, aunque no fue un objetivo propuesto en la presente investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Dioses, P Y Noe, H. 1999. "Niveles de asertividad: Heteroasertividad y Autoasertividad en un grupo de consumidores de pasta básica de cocatna (PBC) de la ciudad de Trujillo" de Maestría no publicada de la Universidad César Vallejo, Trujillo.
- Fensterhein, Y Bacr. 1976. *No diga sí cuando quiere decir no*. Ed. Grijalbo Barcelona.
- García, M; Magaz, A. 1996. "Manual de Referencia: Agresividad y Retraimiento Social. Programa de Habilidades Sociales". Madrid. Edit. Albor.
- James, M.A. 1999. México. Recuperado el 24 de Noviembre del 2004, de www.ciudadfutura.com
- Medaura, O. Y Monfarrell, A. 2000. *Técnicas Grupales Aprendizaje Afectivo*. Buenos Aires. Ed. Humanitas.
- Navarro, M. 2000. El Rol del Orientador Escolar. Universidad "José Vasconcelos". Durango-México. Postgrado en Desarrollo Educativo. Universidad Pedagógica de Durango.
- Restrepo, L. 2000. *Influencia de la Comunicación no verbal en la conducta no asertiva de los alumnos del CLE14°B del Liceo Integrado para jóvenes y adultos "Mesa y Posada" del Municipio de Envigado*. Universidad Antonio Nariño. Facultas de Psicología. Medellín, Colombia.