

EOEP CIUDAD RODRIGO

ORIENTACIONES PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO Y LA CONDUCTA DE MIS ALUMNOS

ASERTIVIDAD



La conducta ASERTIVA se caracteriza por la defensa de los derechos propios sin violar los ajenos.

Las conductas asertivas pueden ser **PROACTIVAS** si se realizan por iniciativa propia o **REACTIVAS** si se producen con reacción a la conducta de otro.

CONDUCTAS ASERTIVAS PROACTIVAS	CONDUCTAS ASERTIVAS REACTIVAS
<ul style="list-style-type: none">• Hacer peticiones adecuadas, pedir favores• Formular críticas o quejas apropiadas• Pedir cambios en conductas ajenas• Mostrar desacuerdos• Expresar descontentos• Mantener límites relajadamente• Reconducir la ansiedad y la ira personal	<ul style="list-style-type: none">• Defender los derechos propios• Refutar críticas inadecuadas y aceptar las apropiadas• Responder a acusaciones• Rechazar peticiones: saber decir no• Percibir descontentos• Solventar discrepancias• Manejar discusiones• Resolver conflictos• Aguantar presiones del grupo• Manejar la hostilidad y agresividad ajena

La asertividad puede y debe ser el principio regulador de todas las interacciones en el aula, tanto las que se producen entre alumnos, como entre éstos y el profesor, pues gran parte de las interacciones profesor-alumno son intercambios entre personas que tienen similares derechos y deberes.

Dentro de las relaciones de reciprocidad, el respeto mutuo es la dimensión fundamental para construir relaciones pro-sociales y democráticas.

La reciprocidad y el respeto mutuo deben ser aprendidas y practicadas diariamente hasta acabar convirtiéndose en un estilo de actuación en las relaciones interpersonales en el aula. El uso de la reciprocidad permite explicar al alumno por qué no se le pueden permitir ciertas conductas que atenten contra los derechos de los demás.

Algunas estrategias asertivas son:

- **PRIORIZAR LOS DERECHOS COLECTIVOS**

Consiste en confrontar los derechos que tiene el grupo a recibir la clase en condiciones.

- **HACER REFERENCIA A LOS DERECHOS PROPIOS**

Recurrir a la defensa de los derechos del propio profesor a dar clase en condiciones, de forma apacible y sin interrupciones ni obstáculos, demandando explícitamente al alumno perturbador el respeto a dicho derecho.

- **HACER REFERENCIA A LAS NORMAS**

Referirse a las normas como garantes de la convivencia y el respeto.

- **LA NOTICIA**

Consiste en describir una situación problemática reciente en forma de noticia de prensa. Se puede pedir a cada alumno que narre en tercera persona un conflicto que ha sucedido en el aula, de esta forma se ayuda a visualizar la situación desde otra perspectiva, más impersonal y objetiva.

- **ADOPCIÓN DE PERSPECTIVAS**

Ponerse en el lugar del otro es fundamental, el profesor puede ayudar a ello planteando preguntas que hagan a los alumnos percibir el otro lado de las cosas, superando la visión egocéntrica que acompaña a muchos conflictos interpersonales.

- **APRENDER A DECIR NO Y ENTRENAR LA ACEPTACIÓN DEL NO**

Por un lado supone declinar peticiones improcedentes que pueden invadir derechos legítimos y, por otro, trabajar en los alumnos la capacidad para aceptar negativas ayuda a fortalecer a los alumnos frente a las frustraciones y les hacen más capaces de afrontar retos. Algunos patrones de conducta que se deben utilizar son: no ceder a presiones abusivas, no dejarse envolver por caprichos innecesarios o mantener la firmeza.

- **DISCO RAYADO**

Consiste en mantener la posición propia con reiteración y firmeza ante la insistencia ajena.

- **BANCO DE NIEBLA**

Consiste en reconocer total o parcialmente un error, pero sin cuestionarse la propia valía ni contraatacar al otro, persiguiendo cortar rápidamente la situación.

- **INTERROGACIÓN ASERTIVA**

Intentar averiguar los sentimientos y propósitos de las personas que nos están criticando, especialmente cuando se nota animadversión: “¿Qué te molesta de mí?”, “¿Qué defecto le encuentras?”,...

- **PARAFRASEAR**

Se repite lo dicho por otra persona, sin enjuiciar ni mostrar acuerdo o desacuerdo con lo dicho.

- **INVERSIÓN DE PAPELES**

Consiste en hacer que una dramatización donde se intercambien papeles de abusador (representado por un compañero prosocial) y víctima (representado por el abusador).

- **LA PRÁCTICA DE LA TOLERANCIA**

Practicar debates que permitan contrastar opiniones diferentes y aceptar diferencias amistosamente, sin que ello afecte a la propia valía.

- **AGRADECER Y RECONOCER EXPLÍCITAMENTE EL RESPETO MUTUO**

El respeto mutuo debe ser reforzado periódicamente, recordando que es algo valioso y se debe trabajar cada día.

- **DAR A CAMBIO DE...**

Conviene habituar a los educando a que asocien recompensas al esfuerzo: “Si tú haces..., entonces yo te daré...”; “Cuando..., podrás...”

- **LAS TRES ERRES**

Es un procedimiento de mediación aplicable cuando se da un enfrentamiento entre dos alumnos. Se plantea a los alumnos la situación dando dos opciones: medidas disciplinarias o resolución pacífica del conflicto. Se compone de tres fases:

1. **RESENTIMIENTO:** una de las personas expone los motivos por los que está molesto con el otro, que no puede interrumpirle mientras esté hablando. A continuación, el otro alumno muestra a su vez el resentimiento causado por la conducta del primero, también sin interferencias.
2. **RECONOCIMIENTO:** los dos alumnos reconocen sucesivamente los aspectos en los que la conducta propia ha podido molestar al otro. En esa fase no se aceptan mensajes con el pronombre “tú”, que significaría volver a la fase anterior, anulando la efectividad del proceso.
3. **REQUERIMIENTO:** cada uno dirige al otro las demandas o requerimientos que eviten la reaparición de la disputa en el futuro.

Si se han cumplido las tres fases, la tensión habrá bajado considerablemente, siendo un buen momento para pedir a las partes que plasmen su reconciliación con un gesto. Conviene reforzar los acuerdos, agradecer a las partes su colaboración y madurez.

Se debe comprobar la intención real de las partes, comprobando con regularidad el cumplimiento de lo acordado.

ⁱ Documento elaborado tomando como referencia el libro de Vallejo Orts, Joan.: *Cómo dar clase a los que no quieren*.