

## BLOG PARA PADRES DEL PESTALOZZI

Departamento Psicopedagógico

Nº 007 – 30/04/2009

### La Asertividad



Recuerdo que cuando recién apareció el término “asertividad” lo comenté con un compañero de trabajo y él me dijo con una sonrisa: “Si es que viene de actuar con acierto, entonces debería escribirse con “c”, es decir, acertividad”.

Lo cierto es que la asertividad está definida como la habilidad de expresar nuestros sentimientos, pensamientos y deseos de una manera amable, franca, abierta y directa, logrando decir lo que queremos sin lastimar u ofender a los demás.

Ser asertivo significa hacer respetar los propios derechos como individuo y a la vez respetar los derechos de los demás.

Podemos entender la asertividad como el punto intermedio de expresión entre la agresividad y la pasividad. Cuando actuamos con agresividad, solemos responder de forma violenta y no respetamos los derechos ajenos. Cuando actuamos con pasividad, evitamos decir o pedir lo que queremos o nos gusta, es decir, nos expresamos sin respetar nuestros propios derechos como persona.

#### ¿Cómo podemos explicar la asertividad a nuestros hijos para mejorar sus habilidades de comunicación?

Manuel García Pérez utiliza figurativamente la simbología del **ratón**, el **dragón** y el **ser humano auténtico**.

Podemos explicarles que los **ratones**, cuando se encuentran con algún problema, se muestran cobardes, se quedan callados, se esconden o huyen.

Los **dragones** van por la vida avasallando al resto de animales y generalmente abusan de los más débiles e indefensos.

Los **seres humanos auténticos** no tienen necesidad de actuar como “ratones” que se callan, se asustan o se ponen nerviosos, ni como “dragones” que buscan pelea, gritan, insultan y abusan de otros. Los seres humanos auténticos respetan la opinión de los demás pero defienden sus derechos con seguridad y firmeza.

Podemos contribuir a que nuestros hijos sean más asertivos, siendo “modelos de conducta”, respondiendo de manera asertiva ante situaciones de la vida diaria. Si nos ven relacionarnos con las personas y resolver nuestros problemas cotidianos de manera agresiva, gritando, insultando o tratando mal a los demás, ellos aprenderán que esa es la forma en que se resuelven los conflictos.



Es importante que nuestros hijos aprendan a ser asertivos para enfrentar la presión de grupo. Cuando los niños crecen y entran a la adolescencia, los amigos adquieren un valor muy especial para ellos. En esta etapa en la que ellos van adquiriendo mayor autonomía, están sometidos a más situaciones de riesgo. Es de gran importancia, que sepan defender sus auténticos puntos de vista, aunque no sean necesariamente los del grupo. Recordemos que los primeros contactos con el cigarro, el alcohol y otras drogas no se dan solo por curiosidad sino también por no poder dar un "NO" como respuesta.

Laura Sovero  
Departamento Psicopedagógico

[laura@pestalozzi.edu.pe](mailto:laura@pestalozzi.edu.pe)

El lema que relacionamos con este post es el siguiente:

## **Errare humanum est (Seneca)**



Es importante que nuestros hijos entiendan que **pueden** o hasta que **deben equivocarse** para encontrar su propio camino en la vida. El camino debe ser de ellos mismos y no el de nosotros. Por ello deben cometer sus propios errores y aprender de ellos.

Podría decirse que **no hay errores, solo lecciones**.

No es importante cuantas veces caemos, lo importante es que nos levantemos. Los niños deben ver la diferencia enorme entre quien dice: "he fallado tres veces", y el que declara: "soy un fracasado".

Es importante para los niños ver que ustedes son capaces de decir: "¡Me equivoqué! Lo que hice, está mal". Se trata de admitir los errores y aprender de ellos. Demos siempre este ejemplo a nuestros hijos.