

**PROGRAMA PARA EL ENTRENAMIENTO ASERTIVO EN LOS ENTRENADORES DE LA ESCUELA PROVINCIAL DE DEPORTES ACUÁTICOS «JULIO A. MELLA» DE CIEGO DE ÁVILA**

***PROGRAM FOR THE ASSERTIVE TRAINING IN THE TRAINERS OF THE PROVINCIAL SCHOOL OF AQUATIC SPORTS «JULIO A. MELLA» OF CIEGO DE ÁVILA***

**Autores:** Lic. Yankiel Miguel Sánchez González

Ms.C. Orlando de la Cruz Basalo

**Institución:** Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez,  
Cuba

**Correo electrónico:** [yankielnat@nauta.cu](mailto:yankielnat@nauta.cu)

**RESUMEN**

El presente trabajo se realiza con el objetivo de implementar un programa de entrenamiento que permita favorecer el desarrollo de la asertividad, como un factor de competencia comunicativa en los entrenadores de la Escuela Provincial de Deportes Acuáticos de Ciego de Ávila. El objeto de estudio: el proceso de entrenamiento de la competencia comunicativa en los entrenadores deportivos, en el campo de la asertividad. Se sustenta en la teoría crítica de la realidad, desde la perspectiva materialista dialéctica. Su diseño parte de las concepciones metodológicas de González (1996), que considera la unidad esencial entre: diagnóstico, investigación e intervención, como práctica investigativa en las Ciencias Psicológicas. El uso de los métodos científicos posee una significación educativa y de vía, para adoptar posiciones que promuevan el desarrollo personal. Se ofrece una propuesta teórico-práctico a través de un proceso de enseñanza activa en Grupo Coloquio. La asertividad, constituye un camino concreto de cómo aproximarse a la solución de problemas relevantes, en una esfera de la práctica social. Su mayor aporte está, en transformar una realidad

psicopedagógica en virtud de un programa con enfoque multimodal.

**Palabras clave:** Asertividad, Competencia Comunicativa, Realidad Psicopedagógica.

## ABSTRACT

Present it thesis shows a trend towards the objective of: Implementing a training program that it enable to favor the development of the asertividad like a factor of telling competition, in the trainers of the provincial school of aquatic sports of Ciego of Ávila. The Object of study: The process of workout of the telling competition in the sports trainers at the asertividad's field. Held in the critical theory of the reality from the materialistic dialectic perspective., His design splits of conceptions metodológicas of F. González (1996) that you consider the essential unit enter: Diagnosis, investigation and intervention, like investigating practice in the Psychological Sciences, En this, the use of the scientific methods, possess an educational and road significance to embrace positions that promote the personal development. You volunteer, a theoretic practical proposal that you include manual of self-help, through a process of active teaching in Grupo Coloquio. The asertividad constitutes a concrete road of how getting close to the solution of relevant problems in social practice's sphere. His bigger contribution is in to transform a reality psicopedagógica by virtue of a program with multi-modal focus

**Keyword:** Assertiveness, Communicative Competence, Psychopedagogical Reality.

## INTRODUCCIÓN

Hitos científicos demuestran que la expansión acelerada de las tecnologías de la computación y las comunicaciones, ha creado un mundo de interdependencia con gran repercusión en lo social y el desarrollo humano. Esta explosión de la tecnociencia no ha sido acompañada de un desarrollo espiritual acelerado. La paradoja en el mundo de abundancia tecnológica y una pobreza en la funcionabilidad de las relaciones interpersonales, así lo indican.

Entonces, ¿cómo vincular de manera coherente las tecnologías de avanzada con el conocimiento del hombre como ser individual, y el desarrollo de mejores formas de comunicación en el contexto de la llamada era del saber?

La pluralidad de aproximaciones posibles para abordar la comunicación, supone un reto al investigador, pero la idea que privilegia la educación, constituye arma poderosa si se quiere contribuir a una vida mejor.

Es urgente la necesidad de adiestrar al entrenador deportivo sobre hablar de la didáctica de la vida humana, tal como se habla de la didáctica del movimiento, para ir promoviendo una cultura de la comunicación interpersonal relativa al deporte.

Los profesores de la actividad física se capacitan más para exponer contenidos concretos de sus disciplinas que, para establecer relaciones interpersonales con los practicantes, esta área es donde con frecuencia se pueden sentir inseguros.

Particularmente importante resulta la asertividad, pues constituye un camino para el desarrollo personal, de relevante significación científica y social. En la medida que la personalidad del entrenador crezca, podrá contar con las herramientas para un modelo positivo, portador de paradigma de comunicación auto afirmativa, con libertad psicológica para la expresión de derechos y gratificación en las relaciones interpersonales; vía eficiente para la formación reguladora y auto reguladora de la personalidad en los practicantes.

Objetivo: Implementar un programa de entrenamiento que permita favorecer el desarrollo de la asertividad, como un factor de competencia comunicativa en los entrenadores de la Escuela Provincial de Deportes Acuáticos “Julio A. Mella de Ciego de Ávila.

Objetivos específicos:

1. Fundamentación teórica que permita proyectar a la asertividad como un factor de competencia comunicativa del entrenador deportivo.
2. Caracterización del estado actual de la comunicación asertiva de los entrenadores de la Escuela Provincial de Deportes Acuáticos “Julio Antonio

Mella” de Ciego de Ávila.

3. Delimitación de los elementos organizativos y funcionales de la propuesta de implementar un programa para el entrenamiento asertivo a partir del estudio sistemático de modelos empleados.

4.- Constatación en la práctica del grado de viabilidad del programa para el proceso de entrenamiento asertivo a partir de su monitoreo.

La novedad científica se denota en la implementación de un programa para el entrenamiento asertivo, que contextualiza las características de la asertividad en la actividad deportiva, como uno de los primeros intentos cubanos en esta esfera de acción pedagógica, con escasos antecedentes en trabajos anteriores en el campo de la comunicación educativa en el territorio avileño y nacional.

## **DESARROLLO**

**Asertividad:** La palabra asertivo, de aserto, proviene del latín assertus y quiere decir afirmación de la certeza de una cosa. Significa afirmativo, firmeza, veracidad, al emitir un criterio, afirmar algo, referente a uno mismo y en defensa de un legítimo derecho.

La asertividad se define como la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando expresar nuestros deseos sin atentar contra los demás; negociando con ellos su cumplimiento. Está en el tercer vértice de un triángulo, en el que los otros dos son la pasividad y la agresividad.

**Población y muestra:** Para la realización de esta investigación se utilizó una población de 15 entrenadores, de la Escuela Provincial de Deportes Acuáticos “Julio A. Mella” de Ciego de Ávila. De ellos 8 son mujeres y 7 hombres, todos son licenciados en Cultura Física. Los cuales llevan entre 2 y 8 años de experiencia laboral. Se dividen en 7 entrenadores de Natación, 3 de Clavados, 3 de Polo Acuático y 3 de Nado Sincronizado.

**Métodos científicos:**

La investigación es de corte participativo. En ésta, el uso de los métodos científicos posee una significación educativa y de vía para adoptar

posiciones, que promuevan el desarrollo personal. Entre los principales métodos empleados aparecen: el histórico-lógico, la modelación, la observación, las entrevistas y los test psicológicos. El cálculo porcentual se utiliza en el análisis de cada indicador medido en las encuestas, entrevistas, revisión documental y observaciones. Se sostiene una estrategia de integración entre enfoques cualitativos y cuantitativos. En el procesamiento de la información se emplea la triangulación interna, para contrastación entre investigadores, observadores y/o actores.

### Análisis de los resultados

Para el análisis de los resultados se apreciaron y relacionaron los siguientes elementos:

- Diagnóstico de la asertividad: exploración de su expresión en las relaciones interpersonales entrenador –alumno (Cuestionario de conducta no asertiva en la comunicación - observación-entrevista técnica de Rotter).
- Percepción de los sujetos y entrenador sobre el alcance de los objetivos del entrenamiento para el desarrollo personal asertivo (Observación, encuesta como criterio de jueces).

A continuación, se describen y discuten los principales resultados del proceso de entrenamiento.

### Resultados del diagnóstico de conducta asertiva:

1. Los resultados arrojados por el diagnóstico reflejan la superioridad de entrenadores (10, para 67%) con conductas no asertivas para con sus alumnos.
2. Los demás resultados fueron 6 entrenadores con conductas pasivas para un 40%, 4 entrenadores con conductas agresivas para un 27% y solo 5 entrenadores con conductas asertivas para un 33%.

Como se aprecia, resulta significativo que más del 50% de la muestra estudiada responde a un comportamiento comunicacional no asertivo, lo cual además guarda relación con la autovaloración de estos sujetos: dominantes– impulsivos, timidez, susceptibilidad, rencorosos; cuyos resultados se asocian a los encontrados en la literatura científica

sobre el tema. Entonces se infiere, que estos sujetos no constituyen modelos adecuados de comunicación para sus alumnos.

Al complementar este diagnóstico inicial en la etapa de intervención, con la expresión de la asertividad en las relaciones interpersonales con el alumno, solo se manifiesta adecuada en tres sujetos (20%). Esto puede explicarse por la relación no directa entre idea y conducta, condicionado por una pluralidad de factores, de naturaleza diversa, aspectos que más adelante se describen en los resultados de la observación.

Entrevista: Se realizó con el objetivo de explorar sus criterios, referidos a los factores que pueden bloquear la asertividad del entrenador, se le preguntó de forma abierta.

- ¿Cuáles son a su juicio los elementos que pueden obstaculizar la asertividad del entrenador deportivo?

Los factores que aparecen con mayor frecuencia (más del 60%) se relacionan a continuación:

- Miedo a expresar sus opiniones, por sus consecuencias para la evaluación laboral, 13 entrenadores para un 86.6%.
- Falta de preparación y conocimientos sobre la aserción, 11 entrenadores para un 73%.
- Falta de habilidades para comunicarse, 9 entrenadores para un 60%.
- Pobre motivación hacia la profesión, 8 entrenadores para un 53.3%.
- Sobre exigencia en los resultados deportivos, 14 entrenadores para un 93.3%.
- Presiones, generador de agobio y tensiones, 10 entrenadores para un 66%.
- Mecanización y presión de las orientaciones del sistema educativo deportivo, 12 entrenadores para un 80%.

Los hallazgos anteriores ratificaron la necesidad de un entrenamiento psicopedagógico, a partir del reconocimiento de factores contribuyentes a la inasertividad en los sujetos investigados por falta de aprendizaje e inhibición mediatizada por elementos cognoscitivos: expectativas negativas en relación con las consecuencias de la expresión

de una respuesta asertiva (ideas irracionales), pobre comprensión de sí mismo (autoestima baja), elementos que ratifican las observaciones iniciales como resultado de los ejercicios empleados en las sesiones de entrenamiento y completamiento de frases.

Principales resultados de la Observación:

La minoría de los entrenadores observados emplea mensajes positivos en las relaciones con sus discípulos, son gentiles y amables en la expresión de su opinión. Esto proporciona un espacio interactivo agradable para el aprendizaje físico táctico de los estudiantes. Por otra parte, la mayoría de los profesores explorados poseen una tendencia a la evaluación sancionadora de la conducta del alumno, no estimulación de aciertos, pobreza en la estimulación positiva.

Resulta significativa la revelación del uso no adecuado de afirmación-opinión, para la expresión de emociones y sentimientos, indicador esencial de la aserción.

Mentores se imponen con una posición actitudinal de afirmación-dominio, en la situación de comunicación, con mensajes disfuncionales, sermones colectivos para el control de la conducta e irrespeto a la personalidad del niño y sus derechos. Algunos ejemplos son:

- Cierra la boca y ponte para esto acere.
- Siempre estás en lo mismo.
- ¿Yo te mandé a empezar?
- Eres un muerto.
- Dejen las payasadas.
- No me tienen que decir lo que yo tengo que hacer.
- Eso no sirve. Estás en la bobería.
- Tienes que hacerlo como yo te lo digo.

Las observaciones realizadas a estos mismos sujetos en los avances de los encuentros presenciales del entrenamiento, y en su etapa de seguimiento, manifestaron que:

Se evidencia una tendencia al cambio y expresión de relaciones

interpersonales más cálidas, con y respeto a la expresión de sentimientos, opiniones, como indicador de un nivel satisfactorio de habilidades comunicativas favorables para la conducta asertiva, exponente de un crecimiento personal, con gratificación en el uso de mensajes asertivos, sin agresión ni minusvalía para el alumno. Esto corrobora la pertinencia del entrenamiento propuesto, así como ratifica la autorreflexión y percepción de los participantes, acerca de su consistencia y contribución al desarrollo.

La intencionalidad en el estilo de comunicación, con una orientación hacia lo positivo en la relación con el alumno, así como los compañeros del Coloquio, fue uno de los resultados más significativos, llevados además al ambiente familiar y laboral, según criterios de los sujetos y observaciones realizadas en las sesiones de trabajo.

Con el propósito de obtener información, a través de elementos inductores acerca de formaciones motivacionales, relaciones interpersonales, se aplicó el completamiento de frases.

La presencia de una frecuencia alta de contenidos psicológicos, relacionados con tendencia en la jerarquía motivacional de su personalidad, necesidades e intereses hacia la profesión, con una moderada riqueza e implicación personal, contenido manifestado en respuestas a frases inductoras como: deseo, en el futuro, yo quiero. El entrenamiento, el deporte, expresan aspiraciones a ser mejores profesionales mediante la autosuperación.

Por los resultados obtenidos en esta investigación, el programa de entrenamiento con enfoque multimodal, fue oportuno, constituyendo respuesta al problema científico planteado en esta tesis, con la necesidad de continuar sistematizando y perfeccionando.

Queda abierta la continuidad de los niveles alcanzados por estos sujetos, y su persistencia o no en el tiempo, fuera del refuerzo positivo que constituyó la etapa de perfeccionamiento y seguimiento en el puesto de trabajo, aspecto este, que sería de gran interés validar por investigaciones futuras.



## CONCLUSIONES

El enfoque de competencia comunicativa, a partir de los teóricos contemporáneos de la escuela Histórico Cultural, así como la Teoría del Aprendizaje Cognoscitivo Social, permitió la predicción de un modelo para los fundamentos teóricos que permiten interpretar la asertividad como un factor de Competencia Comunicativa del Profesional Deportivo, al nivel del entrenador en las categorías de iniciación. La sensibilidad hacia el sentimiento de eficacia, lo actitudinal ético y un estilo de comunicación con tendencia hacia lo positivo, son la base de una relación interpersonal exitosa, elementos inseparables al interpretar la aserción.

El programa de entrenamiento de la asertividad, constituye una vía concreta de aproximación a la solución de problemas relevantes en una esfera de la práctica social: la actividad física deportiva; a través de un proceso de enseñanza activa en el Grupo Coloquio de entrenamiento. El entrenamiento significó un medio contribuyente al desarrollo personal y la competencia comunicativa del profesor de deporte, el cual puede ser implementado con la lógica contextualización a otros niveles de la preparación deportiva, atletas, técnicos directivos, árbitros u otras disciplinas, la formación profesional de la red de cultura física del país a través de las materias del ciclo psicopedagógico, y otros profesionales en el campo de la educación y de los recursos humanos en general, en otras entidades u organismos. La constatación del grado de viabilidad del Programa, muestra la satisfacción de las necesidades de los entrenadores deportivos a partir de la ejecución de este modelo, y la sensibilización hacia la transformación durante la labor pedagógica del entrenamiento deportivo.

## BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- AMADOR, A.: *Control emocional y cerebral. Técnicas para una salud mental positiva*, Ed. Grijalbo, S.A. de C.V, México, 2003.
- BANDURA, A. Y MISHALL, W.: «Modification of self-Imposed Delay of Reward Through Exposure to live and Symbolic Models», *Journal of Personality and Social Psychology*, 1965.

- BELLO, D. Y CASALES, J.C.: *Psicología Social*, Ed. Félix Varela, La Habana, Cuba, 2005.
- COLECTIVO DE AUTORES *Comunicación educativa*, Material digitalizado CEPES, La Habana, Cuba, 2006.
- CRESPO, M.: *Comportamientos del entrenamiento asertivo en pacientes hipertensos*, Trabajo de Diplomado, Universidad de la Habana, La Habana, Cuba, 1990.
- DE SOUSA, M.C.: *Análisis de necesidades de entrenamiento basado en el modelo de competencias*. Disponible en <http://www.monografías.com>. Visitado el 12 de enero de 2016.
- FERRÁN, S.: *¿Qué es la asertividad? En Comunicación y educación popular*, Selección de lecturas, Ed. Caminos, La Habana, Cuba, 2004.
- GONZÁLEZ, M.: «La evaluación del aprendizaje: tendencias y reflexión crítica», *Revista Cubana de Educación Superior*, 20(1):47-67, Centro de estudios para el perfeccionamiento de la Educación Superior, Universidad de La Habana, Cuba, 2000.
- NÁPOLES, M.: *La asertividad, una actitud favorecedora para el desarrollo profesional y humano*, 2006. Disponible en <http://www.illustrados.com>. Visitado el 19 de marzo de 2016.
- SÁNCHEZ, M.: *Motivación y comunicación del entrenador. En Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva*, Ed. Deportes, Ciudad de La Habana, Cuba, 2005.