**TIPOS DE RESPUESTA ASERTIVA**

**1. ASERTIVIDAD POSITIVA**

**Expresión adecuada de lo bueno y valioso que se ve en las otras personas.**

Es tal vez la conducta asertiva más fácil de realizar, ya que el sujeto no se tiene que implicar directamente ni debe de defenderse ante algo. La iniciativa parte del sujeto, es decir, no es una respuesta a algo que emita otra persona, con lo cual, no se presta a tener que improvisar.

La asertividad positiva consiste simplemente en expresar, con frases adecuadas y en el momento preciso, algo positivo de otra persona. Esto abarca desde "te sienta bien tu nuevo peinado" hasta "me gustó mucho lo que dijiste el otro día".

Frecuentemente nos olvidamos de expresar halagos y elogios a las demás personas, porque damos por hecho que lo positivo es lo normal. Sin embargo, a la hora de criticar, ya sea interna ( autocrítica) o externamente, no ahorramos palabras. Pero, como recalca J.V. Bonet: " No tenemos derecho a criticar si no estamos dispuestos a elogiar". Por medio del aprendizaje de la asertividad, podemos ser más conscientes de este déficit y modificarlo.

**2. RESPUESTA ASERTIVA ELEMENTAL**

**Expresión llana y simple de los propios intereses y derechos.**

Las típicas situaciones en las que es necesario utilizar esta forma básica de respuesta asertiva son interrupciones, descalificaciones, desvalorizaciones, etc. Siempre que nos sinta­mos, de alguna manera, "pisados" por otro u otros.

Cada persona deberá encontrar el tipo de frases con las que se sienta más cómodo para expresar que no tolera ser pasado por alto y que tiene unos derechos. Lo importante es que lo que se diga se haga en un tono de voz firme y claro, pero no agresivo.

Típicos ejemplos de respuesta elemental serían: "No he terminado de hablar y quisiera hacerlo"; "por favor, no insistas, te he dicho que no puedo"; "¿me permites hablar un momento? No lo he hecho hasta ahora"; "no me grites, yo tampoco lo estoy haciendo", etc.

**3. RESPUESTA ASERTIVA CON CONOCIMIENTO (O ASERTIVIDAD EMPÁTICA)**

**Planteamiento inicial que transmite el reconocimiento hacia la otra persona y un planteamiento posterior sobre nuestros derechos e intereses.**

Este tipo de respuesta se suele utilizar cuando, por la razón que sea, nos interesa especialmente que la otra persona no se sienta herida, pero tampoco queremos ser pasados por alto nosotros. Es una buena forma de parar un ataque agresivo, ya que lo que hacemos es ponernos primero en el lugar del otro, "comprendiéndole" a él y sus razones, para, después, reivindicar que nosotros también tenemos derechos.

La respuesta sigue el esquema :"Entiendo que tú hagas...., y tienes derecho a ello, pero..."

Ejemplos serían: "entiendo que andes mal de tiempo y no me puedas devolver mis apuntes, pero es que los necesito urgentemente para mañana"; "comprendo perfectamente tus razones, y desde tu punto de vista tienes razón, pero pónte en mi piel e intenta entenderme"; "entiendo que ahora no quie­ras acompañarme a la fiesta y, por lo que me dices, tienes dere­cho a ello, pero yo lo tenía ya todo preparado para ir", etc.

**4. RESPUESTA ASERTIVA ASCENDENTE (O ASERTIVIDAD ESCALONADA)**

**Elevación gradual de la firmeza de la respuesta asertiva. Más que una forma de respuesta es una pauta de comportamiento.**

Cuando la otra persona no se da por aludida ante nuestros intentos de asertividad e intenta una y otra vez ignorarnos a nosotros y nuestros derechos, se hace necesario no "achantarnos y ceder terreno por no insistir"; sino aumentar escalonadamente y con paciencia la firmeza de nuestra respuesta inicial.

Por ejemplo: "por favor, no me interrumpas"- ..... - "Te pedí antes que no me interrumpieras. Me gustaría terminar lo que quería decir" - ... - "Mira, ¿podrías no interrumpirme? ¡No puedo hablar!"-...- "Vamos a ver ¿puedo terminar de hablar o no me vas a dejar? -, etc.

En este punto conviene aclarar una duda que mucha gente se plantea: ¿qué ocurre si nos encontramos con una persona que, por muy asertivo que uno sea, no responde a nuestros intentos de asertividad y nos pisa constantemente o es agresivo? La respuesta es muy clara: nosotros sólo podemos influir en la conducta de los demás hasta un cierto límite. Más allá de ese límite, el problema ya no es nuestro, sino del otro. Si un loco me ataca con un cuchillo por la calle, yo podré ser la persona más equilibrada del mundo, que no podré evitar el ataque. Igual ocurre con la asertividad: por muy asertiva que sea una persona, si su interlocutor no le deja serlo, poco le valdrán las técnicas que aplique. Lo que le tiene que quedar es la conciencia tranquila de haber obrado correctamente por su parte. El resto de la responsabilidad recaerá sobre la otra persona.

**5. ASERTIVIDAD SUBJETIVA**

1. **Descripción, sin condenar, del comportamiento del otro**
2. **Descripción objetiva del efecto del comportamiento del otro**
3. **Descripción de los propios sentimientos**
4. **Expresión de los que se quiere del otro**

Este tipo de respuesta se utiliza en los casos en los que tenemos claro que el otro no ha querido agredirnos conscientemente. Es un tipo de respuesta muy hábil, ya que, bien aplicada, la persona a quien le digamos dicha respuesta no podrá decir nunca que la hemos agredido. Es mucho más efectivo exponer cómo algo que hace otra persona nos afecta, que atacar al otro y echarle la culpa de lo que nos hace. Esta forma de respuesta asertiva se presta a ser aplicada en situaciones de pareja, ante contrariedades por parte de algún amigo, etc. Se utiliza, sobre todo, para aclarar situaciones que se vienen repitiendo desde hace un tiempo.

El esquema de respuesta sería:

1. "Cuando tú haces..."
2. "El resultado es que yo..."
3. "Entonces, yo me siento..."
4. "Preferiría..."

**6. RESPUESTA ASERTIVA FRENTE A LA NO-ASERTIVIDAD O LA AGRESIVIDAD**

1. **Hacerle ver a la otra persona cómo se está comportando**
2. **Mostrarle cómo podría comportarse asertivamente.**

Esta respuesta se utiliza sobre todo, como defensa ante ataques agresivos, pero también se puede aplicar para aclarar dudas ante una persona que no es asertiva.

Consiste, simplemente, en salirnos del contenido de lo que estamos hablando, y reflejar a la otra persona cómo se está comportando y cómo su conducta está frenando una comunicación asertiva. Ejemplos podrían ser: "Veo que estás enfadado y no me escuchas. ¿Porqué no te paras un momen­to y oyes lo que te quiero decir?"; "Así no estamos llegando a ninguna parte. Yo creo que deberíamos hacer turnos para hablar, pero sin atacarnos"; "Como no me dices nada, me siento un poco confundida. ¿No podrías aclararme un poco lo que quieres decir?", etc.

Veamos un ejemplo de respuestas asertivas típicas. De nuevo lo haremos con Elena, la persona no-asertiva que tenía problemas de falta de asertividad debido a la influencia de una madre dominante. Elena aplicó, en la fase de entrenamiento, una serie de técnicas de asertividad ante los ataques de su madre. Lo que sigue es un ejemplo condensado de las muchas conversaciones que ella describió, intentando aplicar las recién adquiridas técnicas de asertividad.

Hay que recordar que Elena es una persona adulta y, por lo tanto, tiene derecho a opinar sobre asuntos que conciernen a la casa. Por otro lado, la madre tenía gran tendencia a gastar el dinero inútilmente, haciendo grandes inversiones o realizando constantemente reformas en la casa, que, ante la falta de recursos económicos, tenían que ser solventadas por los hijos.

Te retamos a que identifiques los tipos de respuesta asertiva que está utilizando Elena:

1. Madre: - Oye, Elena, hay que hacer reformas en la casa, y he decidido que tú te encargues de buscar a los albañiles. Pero tienes que elegir varios y pedirles presupuesto, no nos vayan a timar.
2. Elena: - A mí me gustaría hablarlo antes de tomar decisiones. Creo que no es necesario hacer reformas y, además, ahora mismo no tenemos dinero.
3. Madre: - Bueno, pues no sé porqué, está muy claro: vamos a hacer reformas y tú te encargas de buscar los albañiles. Yo ya decidiré luego a cuál elegimos.
4. Elena: - Sí, pero de todas maneras, creo que deberiamos pensarlo bien antes. Te repito que no tenemos dinero y que no creo que hagan falta reformas ahora.
5. Madre: - ¿Qué pasa, que no te fías de mis criterios, ", como siempre?
6. Elena: - Comprendo que mi actitud parezca falta de confianza hacia tí, pero yo también tengo derecho a exponer mis opiniones.
7. Madre: - Ya, ya, pero en el fondo siempre es lo mismo: en esta casa nunca se me ha hecho caso, no se confía en mí, y lo demás son tonterías.
8. Elena: - Ya te he dicho antes que no se trata de falta de confianza, sino de que yo también tengo mis propias opiniones y me gustaría exponerlas.
9. Madre: - Pues no entiendo lo que me planteas. ¿Vamos a hacer las reformas o no?
10. Elena: - Es que si tú me lo planteas como lo has hecho al principio, me siento avasallada porque no me das oportunidad de opinar. ¿No sería mejor hablarlo y lle­gar a una conclusión entre las dos?
11. Madre: - Bueno, alabado sea Dios, pues lo hablamos...
12. Elena: - Eso está muy bien, por lo menos eres comprensiva... [[1]](#footnote-1)

Normalmente, para que la persona adquiera mejor los tipos generales de respuesta asertiva descritos, en terapia se realiza un Ensayo de conducta o role-playing, que le hará imaginarse mejor en las situaciones que le cuesta trabajo afrontar:

primeramente, hay que elegir las situaciones que a la persona en en concreto le cuesten. No valen situaciones generales que, por sentido común, puedan parecer difíciles. Cada persona deberá proporcionar una lista detallada de aquellas interacciones que más trabajo le cuesta llevar a cabo.

Sólo en el caso de que la persona no sepa discernir situaciones peores o mejores, o en casos de grandes problemas sociales en los que cualquier interacción parece imposible de afrontar, se le proporciona a la persona un listado de situaciones típicas, para que elija unas cuantas para ensayar. Un listado "tipo" podría ser como éste:

**LISTADO DE SITUACIONES QUE REQUIEREN ASERTIVIDAD**

1. Alguien te pide que le prestes algo (un libro, disco, dinero...) y no deseas hacerlo.
2. Alguien te pide un favor que no quieres hacer, por ejemplo, que le acompañes a algún sitio, hables por él/ella, etc.
3. Alguien te regala algo que no estás dispuesta a aceptar, por ejemplo, un abrigo de pieles, algo demasiado caro, etc.
4. Un profesor te llama la atención durante la clase de forma injusta y agresiva.
5. Tus padres insisten en darte consejos sobre lo que debes o no debes hacer y tú consideras que debes tomar tus propias decisiones.
6. Debes negociar la retribución económica que te corresponde y tu jefe no parece muy dispuesto a ello.
7. Estás en una situación de trabajo y tu inmediato superior opina de forma diferente a la tuya.
8. Estás en una reunión y cuando es tu turno de palabra, un compañero no te permite hablar, te interrumpe constantemente.
9. Alguien con quien estás conversando te da una opinión que tú consideras inadecuada, por ejemplo, respecto al racismo, ecología, machismo, etc.
10. Observas que tu pareja da muestras (gestos, posturas, caras...) de estar enfadada o preocupada, pero no te dice nada.
11. Estás en la barra de un bar. El barman está distraído charlando con otro cliente y no te atiende.
12. Tu jefe se muestra excesivamente crítico con tu labor, sin embargo, manifiesta pocas razones objetivas y muchas interpretaciones erróneas.

☺ **Analiza: ¿Hay alguna situación de tu vida parecida a las descritas? Si no, elige alguna situación de las que descri­biste al principio del libro.**

**¿Cómo suele ser? Describe todos los detalles.**

**¿Qué tipo de respuesta asertiva podrías utilizar para cada caso?**

**¿Cómo podría ser, exactamente, tu respuesta asertiva, con las palabras y frases que más cómodas te resultan?**

Una vez claras las situaciones que la persona quiere ensayar, en una terapia se procedería, normalmente, a realizar el role-playing o ensayo de conducta. Este consiste en escenificar repetidas veces la situación, utilizando para ello al terapeuta, al propio cliente, que hará de él mismo, y/o a otros coadyuvantes, que ayudarán a dar mayor realismo a la escena. El cliente representará el papel que suele tener normalmente, introduciendo las recién adquiridas técnicas asertivas; terapeuta y coadyuvantes escenificarán a las personas con las que el cliente se suele relacionar y que le pueden causar problemas de asertividad. El cliente tiene que haber informado específicamente cómo se comportan esas personas, qué suelen decir, cómo suelen "cortarle", etc., para que la escena adquiera el máximo realismo posible. Normalmente, el role­playing se repite varias veces, ya que terapeuta o coadyuvantes irán dando feed-back ( informándole cómo lo ha hecho) a la persona sobre su conducta y ésta tendrá que ir perfeccio­nándola a medida que se repiten las escenas.

Muy importante para afianzar bien las respuestas asertivas es analizar exactamente qué conducta no verbal tiene que que manifestarse en cada caso. En el caso de realizarse un role-playing es donde mejor se puede comprobar y corregir el factor no verbal. Como decíamos en el capítulo 2, la conducta no verbal (forma de mirar, expresión facial, gestos, etc.) es tan importante, si no más, como la verbal y es causa de muchas dificultades de asertividad. Conviene pues, considerarla en cualquier entrenamiento y no menospreciar su importancia.

Otra forma de afianzar mejor las respuestas asertivas es imaginando, de la forma más realista posible, las situaciones que causan temor e imaginarse a sí mismo, a la vez, respondiendo de forma correcta ante esas situaciones. También aquí se tendrán en cuenta las respuestas verbales y las no verbales. Para ello, existen varias técnicas, que tienen entre sí sutiles diferencias formales que ahora no entraremos a describir. Son las denominadas "desensibilización sistemática" si se trata de una verdadera fobia social; "aserción encubierta", "refuerzo encubierto", etc.

En cualquier caso, no basta con aprender "en teoría" las diversas técnicas y tipos de respuesta asertiva que existen. Con ello no se consigue más que frustrarse, porque seguramente, a la hora de ponerlas en la práctica, serán un fracaso completo. Siempre hay que realizar ensayos previos, ya sea escenificando o imaginando la(s) situación(es) que está(n) causando problemas a la persona.

**☺ Elige una situación que te cause problemas.**

**Estudia los tipos de respuesta asertiva descritos en las páginas anteriores y las técnicas de comunicación asertiva que relataremos a lo largo del libro.**

**Elige la o las respuestas asertivas que más apropiadas te parezcan para tu problemática y con las que más cómodo/a te sientas.**

**Ahora, cierra los ojos y trata de imaginarte una típica escena problemática para tí. Intenta imaginarte: todas las personas participantes, el contexto en el que suele tener lugar la escena: lugar, ruidos, olores..., la hora del día, la oscuridad-claridad, la decoración , etc. Lo importante es que logres imaginarte la escena lo más exactamente posible. Imagínate, ahora, a tí actuando con una de las técnicas asertivas que has elegido. Trata de verlo, también, de la manera más realista posible: qué dirías exactamente, qué gestos tendrías, qué expresión de la cara, etc.**

**Si ves que te sientes cómodo en tu "papel", repítete la escena unas cuantas veces más e intenta aplicar lo imaginado en un ensayo lo más realista posible. Si te atreves, lánzate a ensayar en la vida real.**

**Si no te sientes "tú" interpretando esa respuesta asertiva, puede deberse a que tienes que elegir otra respuesta o modificar ligeramente la que habías elegido. Intenta encontrar otra que te vaya mejor. También puede deberse a que la ansiedad que sientes es tan fuerte que no te permite exhibir, ni siquiera mentalmente, la respuesta asertiva. En este caso, deberías de ensayar unas técnicas de relajación.**

**Lo importante es que encuentres una respuesta asertiva con la que te sientas bien, que no te suponga hacer o decir cosas que no van contigo ni te haga sentir excesivamente forzado.**

Hemos visto antes formas generales de respuesta asertiva. Como decíamos, existen, a partir de éstas, muchos otros tipos de respuesta asertiva, adecuadas a diversas situaciones. Hay respuestas más o menos "estereotipadas" para afrontar las críticas, para defenderse ante ataques, para discutir de forma constructiva, para criticar correctamente, para reclamar perjuicios que nos hayan hecho, para realizar peticiones y hasta para comunicar correctamente los sentimientos. Ejemplos de estas respuestas se pueden encontrar en los muchos libros y artículos que se han escrito sobre el tema.

A modo de ejemplo, vamos a describir a continuación un paquete de técnicas que van encaminadas a llevar una discusión de forma asertiva:

**5.2.2. Técnicas de asertividad para discusiones**

**1. Técnica del disco roto**

Esta es la técnica más extendida, y la que aparece en todos los libros que se han escrito al respecto.

Consiste en repetir el propio punto de vista una y otra vez, con tranquilidad, sin entrar en discusiones ni provocaciones que pueda hacer la otra persona.

Por ejemplo: -Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre- (Disco roto:) - Tenía que terminar un trabajo y no tenía otro momento - Pero es que siempre llegamos tarde

a todas partes y estoy harto - (D.R.:)- Es verdad, pero en este caso, sabes que no podía hacer el trabajo en otro momento­Pero es que siempre, por una causa u otra, eres tú la que nos hace llegar tarde- (D.R.:) - Será verdad, pero te repito que esta vez no tuve otro remedio que terminar el trabajo que tenía pendiente -, etc.

Como se ve, la técnica del disco roto no ataca a la otra persona; es más, hasta le da la razón en ciertos aspectos, pero insiste en repetir su argumento una y otra vez hasta que la otra persona queda convencida o, por lo menos, se da cuenta de que no va a lograr nada más con sus ataques.

**2. Banco de niebla**

Esta es otra de las técnicas que están más extendidas. También se la llama "técnica de la claudicación simulada". Consiste en dar la razón a la persona en lo que se considere puede haber de cierto en sus críticas, pero negándose, a la vez, a entrar en mayores discusiones. Así, se dará un aparente ceder el terreno, sin cederlo realmente, ya que, en el fondo, se deja claro que no se va a cambiar de postura.

Por ejemplo: - Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre - (Banco de niebla:) - Sí, es posible que tengas razón. - Claro, como siempre, tienes otras cosas que hacer

antes de quedar - (B.N.:) - Pues sí, casi siempre tengo otras cosas que hacer antes. - Pues estoy harto de que por tu culpa siempre lleguemos tarde- (B.N.) - Ya, es verdad, siempre lle­gamos tarde-.

La persona está demostrando que cambiará si lo estima conveniente, pero no porque el otro se empeñe en ello. Para esta técnica, es muy importante controlar el tono de voz en el que se emite la respuesta, ya que si se dice de forma dura y tajante o excesivamente despreciativa, puede suscitar agresividad en el interlocutor. El tono debe de ser tranquilo y hasta ligeramente reflexivo, como meditando las palabras que nos dice el otro. (De hecho, quizás conviene realmente meditar sobre si la persona está teniendo razón con su crítica).

**3. Aplazamiento asertivo**

Esta respuesta es muy útil para personas indecisas y que no tienen una rápida respuesta a mano o para momentos en que nos sentimos abrumados por la situación y no nos sentimos capaces de responder con claridad.

Consiste en aplazar la respuesta que vayamos a dar a la persona que nos ha criticado, hasta que nos sintamos más tranquilos y capaces de responder correctamente.

Por ejemplo: - Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre- (Aplazamiento asertivo:)- Mira, es un tema muy polémico entre nosotros. Si te parece, lo dejamos ahora, que tengo trabajo y lo hablamos con calma mañana ¿vale?.

Si la persona insistiera, nosotros debemos insistir por nuestra parte, al estilo del disco roto, en nuestra postura. Si uno no quiere discutir, no hay discusión posible.

**4. Técnica para procesar el cambio**

Esta técnica es una de mis favoritas. Considero que es muy útil, ya que no suscita agresividad en la otra persona ni incita a defenderse a nadie y ayuda tanto a la persona que la emite como a la que la recibe.

Consiste en desplazar el foco de discusión hacia el análisis de lo que está ocurriendo entre las dos personas. Es como si nos saliéramos del contenido de lo que estamos hablando y nos viéramos "desde fuera".

Por ejemplo: - Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre- Pues no sé porqué lo dices. Llegamos tarde porque tú te empeñaste en grabar el partido de fútbol en vídeo- - ¡Pero qué cara tienes! Yo me puse a grabar el partido porque ví que estabas pintándote y no acababas nunca. Además, tú sabes muy bien quién es el que siempre está esperando en la puerta y quién es la que, en el último momento, tiene 400 cosas importantes que hacer- (etc.) (Procesamiento del cambio:) -Mira, nos estamos saliendo de la cuestión. Nos vamos a desviar del tema y empezaremos a sacar trapos sucios. - o - Estamos los dos muy cansados. Quizás esta discusión no tiene tanta importancia como le estamos dando ¿no crees?-

Quizás lo más difícil en una discusión es precisamente lo que propugna esta técnica: ser capaces de mantenernos fríos y darnos cuenta de lo que está ocurriendo. No meternos "a saco" en contenidos que no nos llevan a ninguna parte, no dejarnos provocar por incitaciones ante las que creemos nece­sario defendernos. Es mucho más efectivo reflejar objetivamente qué es lo que está ocurriendo y reconocer nuestra parte de culpa ( "estamos cansados los dos"), que defender a capa y espada cualquier pequeño ataque que nos envíen.

**5. Técnica de ignorar**

Esta técnica es parecida a la anterior, aunque en este caso, la responsabilidad recae en la otra persona solamente. Es aplicable cuando vemos a nuestro interlocutor sulfurado e iracundo y tememos que sus críticas terminen en una salva de insultos, sin llegar a tener nosotros la oportunidad de defendernos.

Por ejemplo: -!Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre! - (Ignorar:) - Me parece que estás muy enfada­do, así que creo que es mejor hablar de eso luego -.

Como en la técnica del Banco de Niebla, en ésta también es muy importante controlar el tono de voz con el que se emite. Un tono despectivo o brusco solo suscitaría mayor agresividad en el otro, ya de por sí enfadado, porque lo interpretaría como una provocación. Lo mejor es adoptar un tono especialmente amable y comprensivo, respetuoso con el enfado de la persona.

**6. Técnica del acuerdo asertivo**

Esta técnica se parece algo a la del Banco de Niebla, pero va un poco más allá, ya que no se queda en ceder terreno sin mayores comentarios, sino que deja claro, además, de que una cosa es el error cometido y otra, el hecho de ser buena o mala persona. Es útil en situaciones en las que reconocemos que la otra persona tiene razón al estar enojado, pero no admitimos la forma de decírnoslo.

Por ejemplo: - Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre- (Acuerdo asertivo:) - Tienes razón, llegamos tarde por mi culpa. Pero sabes que, normalmente, no suelo ser impuntual.-

Esta técnica logra "apaciguar" al interlocutor al admitir el error (si realmente se ha cometido ¿porqué no admitirlo?), pero separa claramente el "hacer" del "ser". Si aplicamos varias veces esta respuesta con personas que tienden a generalizar, podremos evitar el ser etiquetados en el futuro. No hay cosa más difícil que quitar una etiqueta que alguien nos haya puesto. Esta técnica va encaminada a prevenir que esto ocurra.

**7. Técnica de la pregunta asertiva**

Esta técnica es muy antigua; de hecho responde al dicho de "convertir al enemigo en aliado" y es muy útil por eso.

Consiste en "pensar bien" de la persona que nos critica y dar por hecho que su crítica es bienintencionada (independientemente de que realmente lo sea). Como de todo se puede aprender, obligaremos a la persona a que nos dé más información acerca de sus argumentos, para así tener claro a qué se refiere y en qué quiere que cambiemos. (Luego dependerá de nosotros el que cambiemos de hecho o no).

Por ejemplo: - Tú tienes la culpa de que llegáramos tarde, como siempre - (Pregunta asertiva:) - ¿Qué es exactamente lo que te molesta de mi forma de actuar? - o - ¿Cómo sugieres que cambie para que no se vuelva a repetir?-

Si la persona da respuestas vagas, la obligaremos, por medio de nuestras preguntas, a especificar más. Cuando la crítica es malintencionada o está lanzada al vuelo, sin pensar, la persona pronto se quedará sin argumentos. Mientras que si está fundada en una reflexión, puede que realmente, con sus datos, nos ayude a modificar algo de nuestra conducta. En cualquier caso, esta respuesta rompe los esquemas de nuestro interlocutor, ya que ni nos defendemos ni respondemos con agresividad a su crítica (y de momento, tampoco cedemos, ya que sólo nos limitamos a preguntar).

En cualquier caso, además de aplicar con soltura las diversas técnicas asertivas para discutir adecuadamente, se hace necesario acordarnos de la recomendación de R. Lombardi: " Si (...) sientes la urgencia de criticar a alguien motivado por el odio o el resentimiento, cierra el pico hasta que tus sentimientos se serenen y te permitan criticar afirmativamente, si todavía lo consideras oportuno."

**Educar para la asertividad**

**Actitudes generales a tener con nuestros niños**

Hay algunas actitudes generales a tener en cuenta a la hora de educar a un niño para la asertividad. Por supuesto, son normas que no solamente tienen cabida para el tema de la asertividad, sino que cumplen numerosas otras funciones educativas, sobre todo, la de desarrollar la autoestima. Incluso pueden sonar a perogrullo, pero hemos preferido exponerlas antes que pasarlas por alto.

**Regla n° 1**: ¡Cuidado con las proyecciones!

Muchas veces, tendemos a proyectar nuestros propios temores y experiencias negativas en nuestros hijos. El padre del que se han burlado mucho de pequeño, tenderá a querer "proteger" a su hijo de esta experiencia, insistiéndole en la desconfianza hacia los demás e intentando que se anticipe a los "ataques" de los otros, atacando él antes. No siempre expresará todo esto con palabras, pero basta que el niño vea en su padre esta actitud o que se fije en pequeños comentarios del padre para que llegue a la conclusión: "parece que el mundo es peligroso. Tendré que ir con mucho cuidado".

La madre que está contínuamente pendiente de lo que piensen los demás de ella, que tras haber estado su hija en casa de unos amigos le acribilla a preguntas sobre su comportamiento, sobre si se portó bien para que los otros se hayan llevado una buena opinión de la niña, está proyectando su temor en ésta y logrará pronto que la hija esté igualmente pendiente de lo que los demás opinen de ella.

Es difícil, pero hay que intentar de todas las formas que el hijo o alumno no se vea "predestinado" a cumplir las expectativas que tienen sus padres respecto a él, a curar sus frustraciones o a cumplir sus esperanzas.

Por supuesto que todo educador que lea esto, pensará: "pero yo quiero lo mejor para el niño" y la actitud que proponemos, que es la de aceptar al niño con sus ideas y actitudes y dejarle tener las experiencias a él, es igualmente sabida como difícil de realizar. Nuestra propuesta es: analizar las propias ideas y temores y reflexionar si hay alguna que pueda ser "irracional", fruto de alguna experiencia dolorosa que el niño no tiene por qué pasar. Esa idea es la que no tenemos derecho a intentar "colar" al niño sin que él nos lo haya pedido ni sus experiencias nos lo hayan hecho necesario transmitir. Sí podemos, por supuesto, darle consejos o contarle nuestras experiencias, pero nunca de forma categórica ni estableciendo reglas ( "todo el mundo es así", "nadie te va a ayudar", "no te fíes de nadie", etc.)

**Regla n° 2:** No confundir un error puntual con una característica de la personalidad.

Un método muy poderoso para no permitir que se desarrolle la autoestima es tachar al niño de "malo", "vago" o "desobediente" cuando ha hecho algo mal. En este caso, se está confundiendo una cosa puntual con toda la personalidad del niño. Aunque el adulto tenga claro que un niño no es "malo" , estrictamente hablando. por el hecho de haber pegado a un compañero, el propio niño no lo tiene tan claro. Si oye una y otra vez "eres malo" ante cada acto agresivo que come­ta, llegará a la conclusión de que él es, efectivamente, una mala persona y, sobre todo, que no tiene remedio. Una persona que desde siempre piense que "es mala" no podrá desarrollar una sana autoestima, porque está convencida de que eso es inamovible y de que no hay nada que hacer con él. Todos sus actos estarán marcados por el hecho de "ser malo". Sabiendo que todos los niños quieren, en el fondo, ser "buenos" ¿qué hará el niño al que se le ha hecho sentir que es intrínsecamente malo? Tiene varias opciones, pero ninguna encaminada a desarrollar una autoestima sana ni, por supuesto, una conducta asertiva correcta.

Lo mismo ocurre con un niño que una y otra vez oye que es "cobarde" o "tonto". Es muy diferente decirle "hoy no te has defendido bien cuando aquél niño se burló de tí" que "eres un tonto. Todo el mundo te toma el pelo". Seguramente, además, este niño comenzará pronto a actuar según le están diciendo que es, y de forma cada vez más sistemática. Lejos de enseñarle conductas concretas que podría modificar, se le seguirá tachando de "tonto", entrando así en un círculo vicioso del que es difícil salir y que al niño no le aporta ningún beneficio.

**Regla nº 3**: Asegurarse de que las expectativas que se tienen respecto al niño son razonables y adecuadas a su nivel y edad.

Un niño no es igual de asertivo a los 5 que a los 9 años, lo mismo que tampoco es igual de sociable o de creativo. A cada nivel madurativo le corresponden unas pautas de conducta que, antes o después, estarían desfasadas.

El problema que tienen muchos niños es que se les exijen cosas para las que todavía no están preparados. Así, a veces, se piden ciertas "responsabilidades" cuando el niño todavía no es lo suficientemente maduro como para captar la situación en su totalidad. Pedirle a un niño de 10 años que estudie porque es bueno para su futuro seguramente no servirá más que para que odie la asignatura. Todavía no se da cuenta de la importancia del estudio y habrá que encontrar otros elementos que le motiven a estudiar.

Lo mismo ocurre con la asertividad: muchas veces se espera que un niño pequeño reaccione de forma mucho más "valiente" ante ataques y regañinas de lo que todavía es capaz. Estas expectativas se traducen luego en grandes regañinas si el niño no se ha comportado como "debería". Un ejemplo son los niños "llorones", (hablamos de un margen de edad entre los 5 y los 8 años) que ante un ataque o una situación que les ponga inseguros rompen a llorar o se refugian en el adulto que más confianza les dé. Si a este niño se le tacha de "cobarde", se le recuerda que debe de sentir "vergüenza" ante los demás o se le regaña porque debería de haberse enfrentado a la situación, no se hace más que agravar el problema: el niño tendrá cada vez más ansiedad porque nadie le está explicando realmente cuál es la conducta adecuada y, además, no se le deja tiempo para que pueda experimentar otras conductas. Hemos visto en consulta muchos niños completamente aterrorizados ante lo que puedan decirles sus padres después de haber "vuelto a llorar en el cole".

Otro ejemplo sería la tendencia, por suerte cada vez menos extendida, de no permitir que un niño (varón) llore o se muestre débil, ya que "los hombres no lloran".

Para este tema no se pueden establecer reglas generales: no hay una edad en la que el niño ya no "debería" de ser cobarde o débil. Cada niño madura a su ritmo y en su momento y tenemos que permitir que nuestro hijo o alumno se tome el tiempo que él necesita para aprender a ser asertivo. Por supuesto que podemos ayudarle, y de eso trata el capítulo siguiente, pero de ninguna forma coartarle en su desarrollo a base de meterle miedo o someterle a presión.

**7.2.2. El niño no es asertivo, ¿qué hacer?**

En todas las escuelas hay niños más atrevidos y seguros y niños más apocados y "cobardes". En casi todas las clases hay "el tonto de la clase" que puede ser el típico payasín que busca gustar a los demás con sus tonterías, o el niño del que todos se ríen o un ser anónimo que está sentado en la última fila y que, aparentemente, no se entera de nada. Exceptuando los problemas de aprendizaje que puedan tener, la mayoría de estos niños tendrán problemas de asertividad.

¿Qué puede hacer un profesor si observa conductas de este estilo en alguno de sus alumnos? ¿Y qué puede hacer un padre si ve que su hijo se está convirtiendo en ese "tonto de la clase"? Las actitudes que ambos deben de tomar son diferentes ya que las responsabilidades, el tiempo de dedicación y muchos otros factores son muy distintos. Sin embargo, vamos a atrevernos a dar unas pautas generales, para que cada uno las adapte a su realidad y las pueda aplicar como mejor se ajuste a su contexto con el niño.

La asertividad se puede enseñar de forma directa o indirecta. Cuuando hablamos de "forma directa" nos referimos a técnicas concretas a aplicar con un niño que muestra dificultades de asertividad, hablándolo con él e incluso ensayando situaciones que le causan problema. Y la "forma indirecta" es todo lo que podemos modificar en el niño sin que éste se dé realmente cuenta, como puede ser reforzarle conductas correctas o hacer de modelo con él. Veamos ambas formas de ayudar al niño.

**FORMAS INDIRECTAS DE ENSEÑAR ASERTIVIDAD**

Antes de aplicar cualquier tipo de estrategia debemos de plantearnos muy seriamente una pregunta: ¿sabemos exacta­mente qué le pasa a nuestro hijo o alumno? ¿podríamos describir con precisión qué es lo que le está afectando y en qué medida?

Al igual que ocurre cuando nos intentamos "tratar" a nosotros mismos, antes de decidir qué hacer para paliar un problema hay que haberlo observado durante un tiempo con la mayor objetividad posible. Esto pasa por todo lo que describíamos en el capítulo 4, pero también por un detalle muy importante: escuchar al niño.

Y escuchar no significa "oír" lo que cuenta a la hora de la comida o en una excursión, sino: dedicarle tiempo, dejarle claro que nos interesa lo que nos cuenta, pero que no nos angustia, ser activos al escucharle (hacerle preguntas, pedirle aclaraciones, etc.), ser empáticos, es decir, ponernos en su lugar y ver el problema desde su punto de vista, etc.

Muchas veces el niño no acude espontáneamente a contar cosas, quizás porque el tema que le peocupa es demasiado duro para él, quizás también porque, simplemente, no está acostumbrado a explicar sus problemas. En cualquier caso, habría que invitarle (¡no obligarle!) a que nos contara. Y eso significa que hay que estar preparado y descansado, para que él no vea signos de fatiga o aburrimiento en nosotros y se frustre en sus intentos de explicar. También, por supuesto, nos tiene que ver con los cinco sentidos puestos en él, sin distraernos (es decir: no estar viendo la tele de reojo o vigilando a otros niños a la vez que le estamos escuchando).

Si sabemos escuchar lo que nuestro niño nos quiere decir, evitaremos sacar conclusiones arbitrarias que, como he podido observar repetidamente en mi consulta, no hacen más que enturbiar el asunto y angustiar o aislar al niño.

En todo momento, sobre todo si vemos que el niño comienza a tener dificultades de relación, conviene hacerle consciente del tema de sus "derechos". Es éste un concepto que, como decíamos en otro capítulo, no se suele enseñar a los niños y tenemos que aprenderlo siendo ya mayores.

Unos padres conscientes de este tema podrían introducir en sus conversaciones diarias, sobre todo si el niño está presente y atento, alusiones a los propios derechos. Ya sea comentando noticias o anécdotas que cuenten unos y otros o aplicando este tema a las propias discusiones y conversáciones, la cuestión es que se repitan muchas frases del estilo: "lo que le han dicho a tu amigo es injusto, porque él tenía derecho a decir lo que pensaba"; "este señor de la tele está pisando el derecho del otro a expresar lo que quiere"; "por favor, deja que diga mi opinión antes de decir que son tonterías. Tengo derecho a ello"; " tu hermana tiene derecho a hablar, es su turno. Luego hablarás tú", etc.

De esta forma, el niño irá incorporando a sus conocimientos el de la existencia de unos derechos que él tiene que respetar, pero que también han de respetarse en él.

Cuando veamos que el niño comienza a tener conductas que más adelante le pueden causar problemas, podemos aplicar un programa de "modificación de conducta". Esto consiste simplemente en estar muy atentos a sus manifestaciones y comportamientos y reforzar, por medio de halagos, atención especial o juegos conjuntos, aquellas conductas que se aproximen a la correcta. De la misma forma, deberíamos de ignorar sistemáticamente toda expresión de no-asertividad o agresividad. Sobre todo para este último caso, esta técnica es muy efectiva.

Si lo hacemos bien, el niño no tiene porqué darse cuenta conscientemente de que le estamos "enseñando" a comportarse de una forma concreta. Nuestra labor consiste solamente en hacer consciente al niño de las muestras de capacidad asertiva que pueda dar en un momento. Por ejemplo: ante un niño que tiende a ser muy agresivo con los demás, la actitud sería de ignorar "descaradamente" cualquier manifestación de agresividad. Tan pronto como exprese algún deseo de pegar o gritar, debería de retirársele la atención y dedicarnos a otros niños o menesteres o incluso salir de la habitación y dejarle solo con sus pataletas. Si se ha portado muy mal podemos castigarle, por supuesto, pero no de forma que él vea que nos exaspera, sino lo más fríamente posible. A cambio, debemos de estar muy atentos ante manifestaciones de no agresión. Esto es más difícil de lo que parece, ya que las conductas "buenas" las damos por supuestas, mientras que las "malas" nos llaman la atención enseguida. Pero al igual que debemos de enseñar al niño que, si quiere nuestra atención, debe comportarse correctamente, también nosotros tenemos que realizar un cambio de mentalidad, estando atentos a cuando es o dice algo "pacífico" y amable a otros, para reforzarle de inmediato con atención, halagos ("muy bien, te has defendido sin tener que pelearte con Juan"; " eso de defender a un niño pequeño está muy bien. No todo el mundo se atreve", etc.) o hasta algún pequeño premio, aunque él, aparentemente, no sepa a qué viene ese regalo repentino ("como hoy has sido muy bueno, nos vamos a comer a una hamburguesería).

Una buena idea es reforzar capacidades. Ante una conducta correcta (por ejemplo, haberse enfrentado correctamente a un compañero que se burlaba del niño, en el caso de una no-asertividad; o no haber atacado a otro niño, ante una agresividad), tiene mucho efecto dirigir el halago hacia la totalidad de la persona: "esto demuestra que eres capaz de cortar a Enrique si se pone bruto contigo" o " muy bien, está claro que tienes capacidad para darte cuenta de que no puedes pegar a niños más pequeños", etc.

Tenemos también que darle al niño la oportunidad de mostrar su capacidad, por muy mínima que ésta nos parezca: hacerle partícipe en discusiones y enseñarle mediante refuerzos a conversar correctamente; cuando veamos que tiende a evitar pequeñas situaciones que sabemos que puede afrontar, ayudarle a hacerlo, etc.

Por otra parte, los halagos hay que dispensarlos con cuidado, ya que el elogio excesivo incomoda a los niños. La cuestión no es pasarnos el día entero alabando al niño por cualquier cosa que haga, sino dirigir nuestra atención a lo que queremos modificar y esperar cualquier mínima manifestación de la conducta correcta para reforzarla. Cuando veamos que una conducta ya está instaurada, podemos pasar a reforzar conductas más difíciles o elaboradas.

Por último, un detalle que muchas veces se nos escapa es el de nuestro lenguaje. A oídos de un niño, es muy diferente escuchar: "no deberías de haber hecho esto" a " la próxima vez hazlo mejor". Es decir, debemos de reflexionar si nos estamos dirigiendo a nuestros niños de forma positiva y constructiva o negativa y destructiva. Un lenguaje positivo implica expresarse de forma afirmativa y fijarse en lo positivo de una situación o, cuando menos, en cómo puede solucionarse una próxima vez. Un lenguaje negativo hará énfasis en lo erróneo de la situación y caerá en argumentos reiterativos del estilo: "otra vez...", "siempre haces...", etc.

**FORMAS DIRECTAS DE ENSEÑAR ASERTIVIDAD**

Muchos problemas, tanto de adultos como de niños, se mantienen no porque la persona no sea consciente de ellos, sino porque no sabe la forma de combatirlos. La persona sabe qué debería de hacer, pero na sabe cómo hacerlo. El saber cuál debería ser la conducta correcta no significa que sepamos las maneras exactas de aplicarla y esto es la razón de que muchas personas se autorreprochen y desesperen consigo mismas por no solucionar su problema. Están confundiendo el "qué" con el "cómo".

En general siempre, pero particularmente si el niño muestra grandes dificultades o está muy angustiado con su problema, no bastará con decirle: "pues si Pedro se ha reído de tí, le pegas un corte y ya está", porque esto es seguramente lo que más fervientemente está deseando poder hacer el niño. El problema es que no sabe cómo hacerlo. Frases del estilo: "tú no te dejes achantar. Si te pegan, devuélvesela" o , al revés, "deja ya de pegar a tu hermano. Tienes que aprender a conversar con él", sólo pueden angustiar al niño al ver éste que se le está pidiendo repetidamente una conducta que, ya que no se le explica, parece obvio que "debería" saber.

Cuando un niño nos haya relatado su preocupación respecto a su conducta no asertiva y/o hayamos observado que, efectivamente, tiene bastantes problemas en su relación con los demás, podemos iniciar una especie de "trabajo de equipo" con él. Es decir, aparte de las formas de corrección indirectas que describíamos antes y que no hay que dejar nunca, podemos hacer consciente al niño de que tiene unas dificultades y que existen unos métodos para mejorarlas. Para ello, debemos de ser nosotros los primeros en creernos que, efectivamente, hay solución y que, además, está en manos del niño, con nuestra ayuda. Si nosotros dudamos o estamos muy angustiados, el niño lo captará enseguida, también si tenemos mucha prisa en que mejore y nos desesperamos si va demasiado lento para nuestro entender. Si se da alguno de estos casos, es mejor que el niño acuda a un profesional (psicólogo), que evaluará y tratará el problema de forma mucho más objetiva y racional.

Imaginemos a Daniel: un niño tímido y callado de 8 años, tendente al llanto cuando algo no le sale bien. Aunque tiene la misma edad que los demás niños de su clase, parece más pequeño, ya que siempre está pendiente de lo que propongan los demás, sin aportar él nunca nada. Habla en susurros y con la mirada baja y cuando no sabe hacer algo, se retira o se echa a llorar y, por supuesto, no sabe defenderse en absoluto ante los ataques físicos y psicológicos a los que le somete Iván, una especie de "matón" que hay en la clase de al lado.

El padre de Daniel, ante este problema, debería primero de escucharle, valorar su problema como algo a tomar en serio (repetimos: sin angustia) y encaminarle hacia el afrontamiento. Debe de repasar con Daniel sus derechos, traduciéndolos a un lenguaje que entienda el niño y le sea cercano, por medio de ejemplos propios de su edad.

También debería de clarificar metas, definiendo muy concretamente qué es lo que quiere cambiar. Como ya describíamos en el capítulo 4, no vale con decir "quiero ser como Juan", sino "quiero que no me quiten mis cosas; quiero que no se rían de mí; quiero que me dejen jugar al fútbol con ellos", etc.

En un momento en el que ambos tuvieran ganas, podría ensayar conductas asertivas que podría exhibir Daniel respecto a Iván. El padre asumiría el papel de Iván (previa descripción de su comportamiento y respuestas por parte de Daniel) y Daniel el que hace normalmente. Ambos analizarían qué es lo incorrecto de la conducta de Daniel o qué es lo que provoca a Iván a burlarse de éste. Luego, el padre puede sugerirle varias alternativas de conducta, previa consulta de las técnicas explicadas en capítulos precedentes (5 y 6). Estas estrategias están descritas para ser aplicadas por una persona adulta, pero son muy fácilmente transformables al lenguaje infantil. Daniel podría, por ejemplo, tener preparados automensajes alentadores, que le faciliten la no huída. Por ejemplo: "cuando vea que se acerca Iván, no saldré corriendo. Seguiré con lo que estaba haciendo"; "si me llama "Daniel, cara de tortel", le diré que me deje en paz, pero sin llorar"; "si tengo ganas de llorar, respiraré hondo y pensaré en la película de esta tarde".

También debería de tener preparadas unas estrategias de conducta particulares para cuando Iván se burle de él ( por ejemplo, no huir ni llorar ni mostrar miedo, pero tampoco intentar enfrentarse a él. Pedirle firmemente que le deje en paz) y otras generales para su comportamiento habitual en clase ( de nuevo: no llorar, utilizando la respiración; no refugiarse en la profesora, sino intentar resolver los problemas por sí solo, etc.).

Todo ello debe de ensayarse varias veces por medio del ensayo o role-playing y/o haciendo que Daniel se imagine situaciones peligrosas e intente afrontarlas en la imaginación.

Es importante ofrecer al niño varias alternativas de conducta. Por un lado, esto fomenta su capacidad de decisión, ya que será él el que elija cuál estrategia le gusta más; y por otro lado, si la técnica elegida le falla, siempre podrá contar con otras alternativas.

Es bueno ilustrarle el problema contándole una historia sobre otra persona que pasó por situaciones similares, también pasándolo mal. Si se quiere, se puede utilizar un ejemplo propio, ya sea real o inventado, ya que esto le animará mucho más a cambiar ("a mí me pasaba algo parecido con un chico mayor que siempre me perseguía. No sabía cómo quitármelo de encima y me lo pasaba fatal. Hasta que un día decidí.....", etc.)

Por muy efectiva que sea la estrategia elegida, nunca se solucionará el problema del niño de un golpe. Conviene tener presente que siempre hay que ir paso a paso. Ni los padres ni el niño deben de pretender que, de un golpe, el niño se haga asertivo.

Esto es conveniente tenerlo muy presente para prevenir situaciones de fracaso. ¡Cuidado con crear falsas expectativas!

El niño tiene que tener muy claro que no va a haber un cambio radical a la primera intentona. Por nuestra parte, debemos de tener claro que lo "reforzable", por lo que vamos a alabar y premiar al niño, va a ser el desafío, el intento de superación, no el éxito, ya que éste puede tardar mucho en aparecer.

Hay que ayudarle a sentirse bien consigo mismo aun en situaciones de derrota porque si no, el niño no querrá volver a repetir la experiencia de afrontamiento ni intentar ninguna otra estrategia. Ante una derrota se puede, por ejemplo, analizar qué puede haber habido de positivo en la actuación, qué se puede haber aprendido para otra vez o, simplemente, resaltar otras buenas cualidades que el niño puede haber mostrado.

En el caso de que el niño muestre su conducta no asertiva delante de nosotros,( por ejemplo: el padre de Daniel le va a recoger al colegio y observa que se están metiendo con él y que él se echa a llorar y sale corriendo; o nos damos cuenta de que nuestro hijo está pegando a un niño más pequeño) se le puede hacer consciente del error que está cometiendo e intentar corregirle sobre la marcha. La forma de hacerlo debería de seguir aproximadamente esta fórmula:

* **Descripción de la conducta:** "he visto cómo se burlaban de tí y tú llorabas y te ibas corriendo" o "has pegado a Carlitos hasta hacerle llorar".
* **Una razón para el cambio**: "así se están creyendo que valen más que tú y continuarán riéndose de ti "o "Carlitos es más débil que tú y no se puede defender".
* **Reconocimiento de los sentimientos del niño**: "debes de sentirte fatal cuando te ocurre esto" o "ya sé que quieres que los demás vean que eres muy fuerte".
* **Una formulación clara de lo que se espera del niño:** "¿Recuerdas lo que ensayábamos en casa? ¿Porqué no pasas delante de Iván y, si se mete contigo, continúas como si tal cosa?" o "demúestrales que eres el más fuerte jugando al fútbol, seguro que te admirarán más".

En general, no se debe rechazar, generalizar ("siempre estás igual") ni insultar y evitar asimismo los silencios y las manifestaciones despreciativas, las amenazas vagas o las violentas: todo ello solo estanca al niño en su problema.

Hemos descrito estas pautas dirigiéndonos especialmente a los padres, ya que comprendemos que un profesor difícilmente puede ocuparse de un alumno individualmente, hasta el punto de lograr un cambio de conducta en él. Ni es ni debe ser su trabajo. Pero sí puede, sobre todo si observa algún problema de esta índole en algún alumno, actuar deliberadamente para fomentar en él conductas asertivas, por ejemplo: fomentando debates y discusiones en clase y haciéndole ser partícipe, reforzando cualquier manifestación asertiva que exhiba el niño. Otra estrategia que puede adoptar es colocarle junto a alumnos que le refuercen de alguna manera, por ser especialmente amables o pacíficos y no meterse con él. A la hora de formar grupos de trabajo, debería de colocarse al niño con problemas de asertividad con aquellos alumnos que le permitan expresarse y no se burlen de él. Hasta podría hablar con alguno de ellos y pedirle una pequeña colaboración. Estas actitudes no fomentan la huída de las situaciones peligrosas, como podría entenderse, porque a la vez que hace esto, el profesor debería de hablar seriamente con los padres del niño no asertivo y exponerles las observaciones que ha hecho.

En cualquier caso, conviene recordar, a modo de conclusión, dos cosas importantes: todo, absolutamente todo lo referido a asertividad es mejorable, ya sea a base de aplicar métodos indirectos de corrección, métodos directos o acudiendo a un psicólogo. La segunda cosa a recordar es que hay que ser paciente con los progresos de un niño. Este puede necesitar un tiempo para conocer un nuevo entorno, por ejemplo, o para saber exactamente cómo debe de comportarse y atreverse a hacerlo

1. 3Asartcastanyer_Pic1 [↑](#footnote-ref-1)