

Entrenamiento en asertividad a estudiantes de 2do grado nivel primario, víctimas de discriminación racial en el Centro Educativo Prof. María Paulina Abreu, Distrito Educativo 06-06, Moca, Año Escolar 2024-2025

Assertiveness Training for Second Students. Primary Level Grade, Victims of Racial Discrimination in The Educational Center Prof. María Paulina Abreu, Educational District 06-06, Moca, School Year 2024-2025

¹Inés Margarita Vásquez Aquino, ²Clara Luz Peña Capellán

¹Psicóloga Educativa en el Centro Educativo Prof. María Paulina Abreu, MINERD, República Dominicana. La Palmita, Moca. email: inesmargaritavasqueza00@gmail.com

²Psicóloga en el Centro Educativo Reverendo Diógenes Hernández, MINERD, República Dominicana. email: claraluzpenacapellan@gmail.com

Recibido: 5/1/2025

Aprobado: 4/4/2025



Entrenamiento en asertividad a estudiantes de 2do grado nivel primario, víctimas de discriminación racial en el Centro Educativo Prof. María Paulina Abreu, Distrito Educativo 06-06, Moca, Año Escolar 2024-2025 © 2025 by Inés Margarita Vásquez Aquino; Clara Luz Peña Capellán is licensed under CC BY-NC-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Resumen

La asertividad es herramienta para empoderar a los estudiantes, ayudándoles a expresar sus sentimientos y defender sus derechos, y promoviendo un entorno escolar inclusivo y respetuoso. El presente estudio tuvo como objetivo

Abstract

Assertiveness is a tool to empower students, helping them express their feelings and defend their rights, and promoting an inclusive and respectful school environment. The present study had as objective general implement a proposal for

general implementar una propuesta de entrenamiento en asertividad para estudiantes de 2do grado de primaria que fueron víctimas de discriminación racial. El estudio adoptó un enfoque cualitativo y utilizó una metodología de diseño, ejecución y valoración de la propuesta de entrenamiento en asertividad, incorporando técnicas innovadoras como la cocreación y juegos interactivos desarrollados en las plataformas Educaplay y Wordwall, lo que enriqueció el proceso. El diseño práctico permitió evaluar la efectividad de las estrategias implementadas. La propuesta incluyó actividades y talleres centrados en el desarrollo de habilidades asertivas, fomentando la autoexpresión y el respeto mutuo entre los estudiantes. En cuanto a los resultados, los hallazgos demuestran que el entrenamiento en asertividad ha sido eficaz y esencial para el desarrollo integral de los alumnos. Además de abordar la discriminación racial. En definitiva, la propuesta ha fortalecido sus habilidades sociales y emocionales, promoviendo y contribuyendo a crear un entorno educativo más inclusivo y respetuoso.

Palabras claves: Entrenamiento en asertividad, discriminación racial, Educaplay, Wordwall.

assertiveness training for 2nd grade primary school students who were victims of racial discrimination. This methodology focused on the design, execution and assessment of the assertiveness training proposal, incorporating innovative techniques such as co-creation and interactive games developed on the Educaplay and Wordwall platforms, which enriched the process. The practical design allowed us to evaluate the effectiveness of the implemented strategies. The proposal included activities and workshops focused on the development of assertive skills, encouraging self-expression and mutual respect among students. Regarding the results, the findings demonstrate that assertiveness training has been effective and essential for the comprehensive development of students. In addition to addressing racial discrimination. In short, the proposal has strengthened their social and emotional skills, promoting and contributing to creating a more inclusive and respectful educational environment.

Keywords: Assertiveness training, racial discrimination, Educaplay, Wordwall.

INTRODUCCIÓN

Esta investigación se realiza, teniendo en cuenta la identificación de una problemática recurrente relacionada con la discriminación racial hacia los estudiantes de segundo grado. A través de entrevistas con la maestra guía y observaciones en el contexto escolar, se ha evidenciado que estos estudiantes son objeto de comentarios despectivos y exclusión por parte de sus compañeros, quienes los discriminan por su color de piel y su origen extranjero, afectando negativamente su bienestar emocional y rendimiento académico.

La discriminación racial es un fenómeno social que afecta el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes, especialmente en el ámbito educativo. La presente investigación tiene como objetivo implementar un entrenamiento en asertividad para estudiantes de segundo grado que han sido víctimas de discriminación racial.

La asertividad se presenta como una herramienta para empoderar a los estudiantes, ayudándoles a expresar sus sentimientos y defender sus derechos, y promoviendo un entorno escolar inclusivo y respetuoso. Esta propuesta genera un impacto positivo en el entorno escolar y fomenta valores como la empatía y solidaridad. La investigación indica que el entrenamiento en asertividad puede ser una herramienta eficaz para combatir los efectos de la discriminación racial y promover un ambiente escolar más inclusivo.

La discriminación étnico-racial es un fenómeno social que se manifiesta a través de prácticas de exclusión y maltrato dirigidas a individuos de ciertos grupos étnicos. Este tipo de discriminación no solo afecta el acceso a derechos fundamentales, sino que también perpetúa la desigualdad y la marginalización. Reconocer y desafiar las estructuras que sustentan la discriminación étnico-racial es crucial para construir sociedades más justas e inclusivas.

En este contexto, la discriminación étnico-racial se manifiesta en un conjunto de prácticas de maltrato dirigidas hacia personas pertenecientes a ciertos grupos étnicos o con características físicas racializadas. Estas prácticas menoscaban el acceso a sus derechos, contribuyen a la reproducción de condiciones de desventaja social y, en última instancia, constituyen un mecanismo de reproducción de la desigualdad social. (Krozer et al., 2023, p. 2).

En la República Dominicana, a lo largo de la historia ha existido la discriminación por rasgos físicos o culturales. A pesar de esta ser una nacionalidad con una combinación simbiótica de varios colectivos étnicos, desde la antigüedad de la colonización se han ejecutado actos inconcebibles basados en la discriminación racial, el cual ha perdurado a través de los años. (Dicló, 2019, p. 20)

La cohesión social y la igualdad todavía se ven afectadas por actos de discriminación racial desde la colonización. Esto

subraya la necesidad de entender cómo estas prácticas han evolucionado y desarrollan estrategias efectivas para promover la inclusión. La persistencia de la discriminación indica la urgencia de un enfoque más profundo en la educación y políticas para erradicar el racismo en el país. La discriminación racial en la escuela primaria afecta negativamente el bienestar emocional, el rendimiento académico y el desarrollo socioemocional de los niños. Sin embargo, puede causar diversas situaciones como estrés, ansiedad, disminuir la motivación y limitar las habilidades sociales, impactando su integración y crecimiento personal en el entorno escolar.

Según Revelo Panchi (2023)

Los niños que han experimentado discriminación étnica en el contexto escolar pueden enfrentar problemas psicológicos significativos. Esta situación puede manifestarse en timidez excesiva y bajo rendimiento académico. Estos efectos adversos de la discriminación racial, ya sea intencional o no, tienen un impacto directo en la autoestima de los niños y en su participación en la vida escolar, lo que puede tener consecuencias a largo plazo en su desarrollo y bienestar emocional. (p. 56)

Además, el autor resalta que el impacto profundo de la discriminación étnica en los niños dentro del entorno educativo, subrayando la necesidad de estrategias pedagógicas inclusivas y empáticas. Revelo Panchi, enfatiza la importancia de

abordar este problema para proteger el bienestar psicológico y emocional de los estudiantes, y destaca la urgencia de implementar medidas concretas para erradicar la discriminación y promover un entorno educativo equitativo.

Sin embargo, en una sociedad caracterizada por la diversidad, la complejidad de situaciones y conflictos, la asertividad se presenta como un elemento esencial para lograr interacciones eficaces y armoniosas. Esta habilidad permite a las personas expresar sus necesidades y opiniones de manera clara y respetuosa, favoreciendo la resolución de conflictos y la construcción de relaciones equilibradas.

Según, Olvera (2023) define la asertividad como “la capacidad de expresar de manera clara y respetuosa los propios deseos y necesidades, manteniendo un equilibrio entre el respeto hacia uno mismo y hacia los demás”. (p. 58). El autor se enfoca en la importancia de mantener un equilibrio entre el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. Además, fomenta una comunicación efectiva que evita malentendidos y conflictos.

En relación con el concepto, este es fundamental no solo para el bienestar personal, sino también para la construcción de relaciones interpersonales efectivas y saludables. Esta habilidad permite a las personas expresar sus opiniones, sentimientos y necesidades de manera clara y directa, lo que facilita la comunicación abierta y reduce la posibilidad de malentendidos. Asegura que tanto los derechos

propios como los de los demás sean considerados y valorados.

MÉTODOS

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo que (González, 2020) permite explorar las emociones, percepciones y significados que los estudiantes atribuyen a sus experiencias de discriminación racial. Para ello, se utilizó una metodología que se centró en el diseño, ejecución y valoración de una propuesta de entrenamiento en asertividad. Esta propuesta incorporó técnicas como la co-creación y juegos interactivos desarrollados en las plataformas Educaplay y Wordwall, lo que enriqueció el proceso.

La propuesta incluyó actividades y talleres enfocados en el desarrollo de habilidades asertivas, promoviendo la autoexpresión y el respeto mutuo entre los estudiantes.

Además, esta investigación es descriptiva y de campo. La investigación descriptiva se emplea para caracterizar las experiencias de discriminación racial, detallando sus manifestaciones, las características de los estudiantes afectados y las consecuencias en su aprendizaje y desarrollo personal (Hernández et al., 2022). La investigación de campo, según Ruiz (2021), permite recopilar datos directamente desde la realidad, lo que facilita entender el fenómeno en su contexto específico.

Población y Muestra

La población de esta investigación, seleccionada de manera intencional, está compuesta por 6 estudiantes de segundo grado del primer ciclo de primaria y su maestra guía. Según Hernández et al. (2022), la población incluye personas u objetos con características comunes de interés para el estudio. La selección intencional asegura que los resultados reflejen de manera precisa las experiencias de los estudiantes, permitiendo desarrollar acciones efectivas para promover la asertividad y el respeto.

Técnicas e instrumentos

Esta investigación emplea observación, entrevistas y grupos focales para obtener una comprensión integral del fenómeno. La observación se utiliza para analizar el comportamiento de los estudiantes durante el entrenamiento en asertividad, identificando patrones y reacciones sociales (López, 2022). Se aplica una guía de observación para garantizar una recolección sistemática de datos.

Por ende, la entrevista con la maestra guía proporciona una perspectiva pedagógica sobre la discriminación racial en el aula. Abarca et al (2013), plantean que “la técnica de la entrevista se entiende como un procedimiento de recolección de información que se basa en la interacción entre dos o más personas, utilizando la conversación como herramienta principal” (p.100) Esta técnica se realiza antes y después del entrenamiento para evaluar su impacto.

Además, se realizan grupos focales con los estudiantes al inicio, durante y al final del taller para explorar sus experiencias. Los grupos focales son una técnica de investigación que fomenta la discusión guiada por un moderador sobre un tema específico (González et al., 2023, p. 47). Estas técnicas combinadas permiten una comprensión profunda de las dinámicas sociales y emocionales relacionadas con la discriminación racial.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los datos obtenidos durante el estudio realizado en la Escuela Primaria Prof. María Paulina Abreu reflejan que los estudiantes de segundo grado enfrentaban situaciones significativas de discriminación racial, tales como exclusión social, estigmatización y agresiones verbales o físicas, lo cual afectaba directamente su bienestar emocional y rendimiento académico.

De acuerdo con los incidentes observados en la escuela, la discriminación racial se manifestaba de diversas formas, como la exclusión en actividades escolares y la agresión hacia aquellos estudiantes de orígenes raciales diversos. En respuesta a estas situaciones, la intervención propuesta, que consistió en un programa de seis sesiones con un enfoque basado en la co-creación y el uso de herramientas tecnológicas, mostró resultados positivos. Los estudiantes participaron activamente en el diseño de las actividades, lo que demostró un alto nivel de compromiso y

motivación. La combinación de talleres interactivos, juegos de rol y el uso de plataformas tecnológicas como Educaplay y Wordwall permitió a los estudiantes practicar respuestas asertivas, gestionar sus emociones y mejorar sus habilidades de comunicación.

Un cambio notable fue la mejora en las actitudes de los alumnos, quienes comenzaron a involucrarse de manera más activa en las actividades y mostraron un mayor respeto hacia sus compañeros, independientemente de su origen racial. Además, los estudiantes experimentaron una mejora significativa en su autoestima, lo que se reflejó en una mayor confianza para expresar sus emociones y necesidades.

Asimismo, los resultados indican que los estudiantes no solo mejoraron sus habilidades de comunicación, sino que también se mostró un cambio en la percepción de la diversidad. Los alumnos comenzaron a reconocer la importancia de la inclusión y el respeto hacia las diferencias, lo que contribuyó a crear un ambiente escolar más positivo.

Otro aspecto relevante fue la sostenibilidad de los aprendizajes adquiridos. A lo largo del proceso, se evidenció que los estudiantes no solo adquirieron habilidades para manejar situaciones de discriminación, sino que también empezaron a aplicar estas habilidades en su vida cotidiana.

En resumen, la intervención implementada demostró ser efectiva para mejorar

la autoestima, las habilidades de comunicación asertiva y la creación de un ambiente escolar inclusivo. Los resultados obtenidos coinciden con la literatura existente sobre la importancia de las intervenciones basadas en la asertividad para contrarrestar la discriminación y fomentar un entorno educativo más respetuoso y equitativo. Los hallazgos sugieren que la inclusión activa de los estudiantes en el diseño de las actividades y el uso de herramientas tecnológicas innovadoras contribuyen significativamente a la efectividad de este tipo de programas. Además, se refuerza la necesidad de seguir implementando estrategias similares que permitan mantener y fortalecer los avances logrados en el bienestar emocional y social de los estudiantes.

Los hallazgos de esta investigación se alinean con estudios previos, como el de Pérez y Martínez (2023), quienes destacan que la discriminación racial perpetúa desigualdades que limitan las oportunidades educativas y el desarrollo integral de los estudiantes. De manera similar, Krozer et al. (2023) indican que el maltrato racial contribuye a la reproducción de desigualdades sociales, lo que tiene repercusiones tanto inmediatas como a largo plazo en la salud emocional y académica de los estudiantes afectados. Los resultados del presente estudio también coinciden con la descripción de Revelo Panchi (2023), quien argumenta que la discriminación racial no solo impacta el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también reduce sus perspectivas de futuro, creando un ciclo de exclusión

y marginación difícil de romper. En este sentido, los datos obtenidos durante la investigación refuerzan la necesidad urgente de implementar intervenciones educativas que aborden directamente estas problemáticas.

Frente a estas situaciones de discriminación, se implementó una intervención basada en la co-creación y el uso de herramientas tecnológicas, con el objetivo de promover la inclusión y mejorar la gestión emocional y las habilidades de comunicación de los estudiantes. La participación activa de los estudiantes en el diseño de las actividades fue un elemento clave en el éxito de la intervención, ya que mostró un alto nivel de compromiso y motivación por parte de los alumnos.

Este enfoque es coherente con lo propuesto por López y García (2023), quienes sostienen que el diseño participativo y la creación de un entorno inclusivo fomentan el desarrollo integral de los estudiantes. El uso de herramientas tecnológicas como Educaplay y Wordwall permitió a los estudiantes practicar habilidades asertivas, gestionar sus emociones y mejorar su comunicación, lo que coincide con las recomendaciones de la literatura sobre la importancia de las intervenciones basadas en el uso de tecnologías para promover la inclusión y la participación activa de los estudiantes.

Un cambio notable que se observó durante la intervención fue la mejora en las actitudes de los alumnos, quienes comenzaron a involucrarse de manera más

activa en las actividades y mostraron un mayor respeto hacia sus compañeros, independientemente de su origen racial. Este hallazgo es consistente con los estudios de Fernández (2022), quien enfatiza la importancia de fomentar la expresión clara y respetuosa de las emociones para el desarrollo de la confianza en los estudiantes. Los participantes indicaron que se sentían más seguros al expresarse y comunicarse con sus compañeros, lo que sugiere una mejora en la autoestima y en la habilidad para gestionar conflictos de manera pacífica y respetuosa.

Además, los estudiantes no solo mejoraron sus habilidades de comunicación, sino que también se evidenció un cambio en la percepción de la diversidad. A través de las actividades realizadas, los estudiantes comenzaron a reconocer la importancia de la inclusión y el respeto hacia las diferencias, lo que contribuyó a la creación de un ambiente escolar más positivo.

Los hallazgos obtenidos en este estudio coinciden con la propuesta de Montes (2022), quien señala que el entrenamiento en asertividad facilita un equilibrio entre la comunicación agresiva y pasiva, lo que permite a los estudiantes defender sus derechos de manera respetuosa y no confrontacional, promoviendo así un clima de convivencia armónica.

Un aspecto importante de la intervención fue la sostenibilidad de los aprendizajes adquiridos. A lo largo del proceso, se observó que los estudiantes no solo

adquirieron herramientas para manejar situaciones de discriminación, sino que también comenzaron a aplicar estas habilidades en su vida cotidiana. La declaración de uno de los estudiantes, quien expresó sentirse “más listo para enfrentar esas situaciones”, evidencia un nivel de preparación alcanzado que sugiere que la intervención tuvo un impacto positivo y duradero en su capacidad para afrontar situaciones de exclusión y discriminación.

En conclusión, los resultados de este estudio demuestran que la intervención basada en la co-creación y el uso de herramientas tecnológicas fue efectiva para mejorar la autoestima, las habilidades de comunicación asertiva y la creación de un ambiente escolar inclusivo. Estos hallazgos coinciden con la literatura existente, que destaca la efectividad de las intervenciones orientadas a promover la asertividad para contrarrestar la discriminación y fomentar un entorno educativo más respetuoso y equitativo.

Además, la inclusión activa de los estudiantes en el diseño de las actividades y el uso de tecnologías innovadoras parecen ser factores clave para el éxito de este tipo de programas, lo que refuerza la necesidad de seguir implementando estrategias similares que contribuyan al fortalecimiento del bienestar emocional y social de los estudiantes. Este estudio aporta evidencia empírica sobre la importancia de adoptar enfoques educativos participativos y basados en tecnologías para abordar la discriminación racial en el ámbito escolar, y sugiere que tales

enfoques pueden ser fundamentales para la construcción de un entorno educativo más inclusivo y respetuoso.

En ese sentido, las dinámicas lúdicas consolidaron los aprendizajes, dejando a los estudiantes entusiasmados y motivados para aplicar lo aprendido en su vida cotidiana. Estas actividades no sólo reforzaron su comprensión de los conceptos, sino que también fomentaron un sentido de comunidad y pertenencia. En conjunto, el programa demostró ser eficaz para equipar a los estudiantes con habilidades de comunicación asertiva y promover un ambiente escolar más inclusivo y respetuoso.

Con respecto al cuarto objetivo correspondiente a la evaluación de la propuesta, se realizó la entrevista final a la docente, quien reveló cambios positivos en el comportamiento de los estudiantes hacia sus compañeros, lo que indica un avance notable en la inclusión de todos. Además, la docente expresó que una niña, que solía mantenerse al margen, comenzó a participar activamente en las actividades, levantando la mano con confianza para compartir sus ideas. Este aumento en la participación contribuye a su desarrollo personal, y enriquece el ambiente del aula, promoviendo un espacio más inclusivo y solidario.

Las estrategias y herramientas aprendidas durante el entrenamiento han sido efectivas para practicar respuestas asertivas ante situaciones de discriminación. El uso de juegos interactivos en platafor-

mas como Educaplay y Wordwall, junto con dinámicas grupales, ha fomentado la empatía entre los estudiantes. La docente subrayó cómo estas actividades les han enseñado a apoyarse mutuamente, fortaleciendo el sentido de pertenencia en el aula, un factor crucial para desarrollar relaciones sanas y respetuosas.

A través de las entrevistas de grupo focal, también se obtuvo información que revela aumento en la confianza de los estudiantes al expresar sus emociones y necesidades. Este cambio en la percepción personal indica que el entrenamiento ha logrado su objetivo de empoderar a los estudiantes.

Los estudiantes han notado cambios positivos en sus relaciones interpersonales, señalando que sus compañeros son ahora más comprensivos y respetuosos, lo que ha fortalecido sus amistades, resaltando la importancia de un ambiente de aula que promueva la comunicación y el entendimiento mutuo. Los participantes compartieron ejemplos concretos de cómo han aplicado lo aprendido. Este tipo de experiencias prácticas refuerza la efectividad del entrenamiento en situaciones cotidianas.

En ese sentido, la docente recomendó la implementación continua de actividades que fomenten la empatía y la autoestima. Sugirió crear un espacio seguro para la expresión emocional y realizar talleres regulares sobre diversidad e inclusión. Además, la colaboración entre grupos diversos a través de proyectos conjuntos

se presenta como una estrategia poderosa para cultivar un clima de respeto y aceptación, asegurando que las lecciones aprendidas durante el entrenamiento perduren en el tiempo.

En cuanto al uso de juegos interactivos y actividades de roles, se destacaron como unos de los componentes más útiles del entrenamiento. Los estudiantes señalaron que estas dinámicas les permitieron practicar respuestas en situaciones difíciles, lo que les ha brindado una mayor preparación para enfrentar conflictos reales. La experiencia les mostró que, aunque al principio pueden sentirse incómodos, la práctica y la escucha activa facilitan el proceso de aprendizaje.

Por lo tanto, estos resultados son alentadores y subrayan la importancia de continuar implementando programas de entrenamiento en asertividad que fortalezcan la inclusión y el respeto en el aula. Las recomendaciones de los participantes reflejan un deseo de seguir desarrollando estas habilidades, destacando que un ambiente colaborativo y empático es fundamental para su crecimiento personal y social.

En definitiva, a medida que se implementan estas estrategias de forma continua, se espera que los beneficios se mantengan y se expandan en la comunidad escolar, promoviendo un futuro más justo y equitativo. Esto no solo mejorará el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también fomentará un sentido de pertenencia esencial para su desarrollo.

Así, se contribuirá a formar ciudadanos más empáticos y respetuosos, capaces de enfrentar y desafiar la discriminación en el futuro.

CONCLUSIONES

La implementación de la propuesta enfocada en el entrenamiento en asertividad es fundamental para abordar la discriminación racial en estudiantes de segundo grado. Este entrenamiento no solo capacita a los estudiantes para manejar situaciones de discriminación, sino que también promueven un ambiente escolar más inclusivo y respetuoso.

En relación al primer objetivo, se ha documentado en el centro educativo Prof. María Paulina Abreu una variedad de situaciones de discriminación racial que afectan a los estudiantes de segundo grado. Las entrevistas revelaron experiencias de exclusión basadas en la apariencia física y el color de piel, subrayando la gravedad del problema y la necesidad urgente de implementar medidas efectivas para abordarlo.

Asimismo, las reacciones de los estudiantes víctimas de discriminación fueron preocupantes. Muchos expresaron sentimientos de tristeza y soledad, lo que se traduce en un desinterés por participar en actividades grupales. Estas respuestas indican que la discriminación afecta la autoestima de los alumnos y obstaculiza su motivación para aprender y relacionarse, resaltando la urgente necesidad de

abordar estos problemas en el contexto educativo.

La docente ha realizado un esfuerzo notable para crear un ambiente inclusivo y acogedor en el aula, especialmente para aquellos estudiantes que han sido víctimas de discriminación racial. Entre las estrategias que ha implementado, se destacan varias actividades grupales que buscan no solo la integración, sino también el fortalecimiento de la empatía y el respeto mutuo.

En relación al segundo objetivo se diseñó una propuesta educativa fundamentada a partir de la observación y entrevistas de grupo focal, con el fin de comprender en profundidad el contexto y las experiencias de los estudiantes.

Esta metodología permitió identificar tanto las necesidades específicas como las áreas de mejora en sus habilidades de comunicación y sociales. Al ser implementada, la propuesta generó un notable compromiso de los alumnos, quienes demostraron una mayor autoconfianza en sus interacciones con compañeros, promoviendo así un ambiente de aula más inclusivo y colaborativo.

En cuanto al tercer objetivo los estudiantes practicaron habilidades asertivas en situaciones simuladas de discriminación, adquiriendo herramientas para manejar conflictos y desarrollando empatía hacia sus compañeros, crucial para su crecimiento emocional y social.

Concerniente al uso innovador de herramientas tecnológicas mediante plataformas como Educaplay y Wordwall facilitó un aprendizaje dinámico y adaptado a las necesidades de los estudiantes. Los juegos de asociación y pareo aumentaron la participación y mejoraron la retención de conceptos clave sobre asertividad, haciendo el aprendizaje más atractivo y reforzando la capacidad de los alumnos para aplicar lo aprendido en situaciones cotidianas.

En relación con los ejercicios de relajación, como la inhalación y exhalación controlada, demostraron ser efectivos en la reducción de la ansiedad y la mejora del autocontrol emocional. Estos ejercicios ayudaron a crear un entorno más seguro y cómodo para los estudiantes, favoreciendo su participación en las actividades. En conjunto, estos elementos generaron un ambiente propicio para el aprendizaje, con estudiantes más tranquilos y dispuestos a expresarse de manera asertiva.

En la ejecución de la propuesta de entrenamiento en asertividad, se observó un progreso notable en los estudiantes a lo largo de las seis sesiones. Desde la primera jornada, donde se estableció un ambiente acogedor y de reflexión, los alumnos comenzaron a explorar la temática de la discriminación racial, participando activamente en discusiones y juegos que les permitieron entender el impacto de estas experiencias en su vida diaria.

De modo que, las últimas sesiones se

centraron en el fortalecimiento de la autoestima y la confianza. A través de actividades como “El espejo de los halagos”, los estudiantes pudieron reconocer y valorar las cualidades de sus compañeros, lo que resultó en un ambiente positivo y de apoyo mutuo. Esta práctica no solo fomentó relaciones más sólidas entre ellos, sino que también les ayudó a desarrollar una autoimagen más positiva y resiliente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abarca, S., Pérez, M., & González, F. (2013). El uso de técnicas cualitativas en la investigación educativa: Métodos y estrategias (1a ed.). Editorial Académica.

Dicló, C. (2019). La discriminación racial en la República Dominicana: Historia y evolución. Editorial ABC. [itstream/handle/20.500.12692/38902/Garay_ADFAE.pdf?sequence=1](http://itstream.handle/20.500.12692/38902/Garay_ADFAE.pdf?sequence=1)

González, A., & Martínez, R. (2023). *La educación inclusiva: Retos y oportunidades*. Editorial Universitaria.

Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2022). *Metodología de la investigación (7.ª ed.)*.

Krozer, Güémez, Martínez & Solís (2023) *Seminario «Discriminación étnico-racial y desigualdad social»*. https://discriminacion.colmex.mx/?page_id=3010

López, J., & García, M. (2022). Comunicación asertiva y bienestar emocional: Un enfoque práctico. Editorial Educativa.

López, J., & García, M. (2023). *Educación inclusiva y diversidad cultural: El papel del psicopedagogo*. Editorial Académico

Olvera, J. (2023). *Psicología de la Asertividad: Teoría y Práctica*. Editorial Ciencias Humanas. p. 58.

Pérez, J., & Martínez, A. (2023). *La discriminación en contextos educativos: Teoría y práctica*. Editorial Académica.

Revelo Panchi, M. F. (2023). *La discriminación étnica en el proceso de enseñanza y aprendizaje en los niños de segundo de educación general básica. Estudio de caso en una unidad educativa en la ciudad de Quito* [Tesis de maestría, Universidad de Quito]. Recuperado de <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/26360>

Ruiz Olabuenaga, J. I. (2021). *Metodología de la investigación cualitativa: Cuadernos metodológicos*. Chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/programas/p4p.12203/pp.12203.pdf>.