

RESIGNIFICACIÓN DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA PARA SUPERAR LOS BLOQUEOS EMOCIONALES EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE

Redefining assertive communication to overcome emotional blockages in the learning process

Maryuly Bastidas¹

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-0722-3688>

RESUMEN

La resignificación de la comunicación asertiva para superar los bloqueos emocionales en el proceso de aprendizaje, se ha convertido en un tema de creciente relevancia en diversos ámbitos, incluyendo las relaciones interpersonales, el entorno laboral y la educación. La comunicación asertiva se define como la capacidad de expresar pensamientos, emociones y necesidades de manera clara, respetuosa y honesta, sin perjudicar ni agredir al interlocutor). Los elementos clave de esta forma de comunicación incluyen la claridad, la brevedad, el respeto y el control emocional. Diversos estudios han demostrado que la implementación de una comunicación asertiva conlleva múltiples beneficios, como la reducción de los niveles de estrés, la mejora de la autoconfianza y la autoestima, el desarrollo de habilidades para identificar y expresar sentimientos, el fortalecimiento de las relaciones interpersonales basadas en el respeto mutuo y la mejora en la toma de decisiones. Para desarrollar esta habilidad, se han propuesto técnicas como el disco rayado, el aplazamiento asertivo, la pregunta asertiva y el acuerdo asertivo. En el contexto educativo, la resignificación de la comunicación asertiva implica la implementación de estrategias que permitan mejorar la práctica docente. Esto incluye establecer ciclos de reflexión para identificar elementos dentro de la implementación y evaluación que permitan al docente tomar decisiones para mejorar su práctica, visibilizar y fundamentar teóricamente las estrategias utilizadas en clase, y generar estrategias de enseñanza que resignifiquen la práctica docente como un proceso de construcción y mejoramiento continuo. La evidencia sugiere que los docentes que implementan técnicas de comunicación asertiva en el aula logran una mejor gestión del clima escolar, una mayor participación de los estudiantes y un aumento en el rendimiento académico. Además, la resignificación de la comunicación asertiva en el ámbito educativo ha demostrado ser una herramienta efectiva para prevenir y manejar conflictos, promover la inclusión y fomentar un ambiente de aprendizaje positivo y colaborativo. En conclusión, la resignificación de la comunicación asertiva se presenta como un proceso continuo de reconocimiento, implementación y mejora de habilidades comunicativas que no solo enriquece las relaciones interpersonales, sino que también contribuye significativamente al desarrollo personal y profesional en diversos contextos.

Palabras clave: comunicación asertiva; educación; enseñanza; estrategia.

Recibido: 25-10-2025

Aceptado: 20-01-2026

¹ Estudiante del doctorado en Psicopedagogía de la UNELLEZ VPA. gil6virguez@gmail.com

ABSTRACT

The redefinition of assertive communication to overcome emotional blocks in the learning process has become an increasingly relevant topic in various fields, including interpersonal relationships, the workplace, and education. Assertive communication is defined as the ability to express thoughts, emotions, and needs clearly, respectfully, and honestly, without harming or attacking the other person. The key elements of this form of communication include clarity, brevity, respect, and emotional control. Several studies have shown that implementing assertive communication has multiple benefits, such as reducing stress levels, improving self-confidence and self-esteem, developing skills to identify and express feelings, strengthening interpersonal relationships based on mutual respect, and improving decision-making. To develop this skill, techniques such as the broken record, assertive postponement, assertive questioning, and assertive agreement have been proposed. In the educational context, reframing assertive communication involves implementing strategies to improve teaching practice. This includes establishing cycles of reflection to identify elements within implementation and evaluation that allow teachers to make decisions to improve their practice, make visible and theoretically ground the strategies used in class, and generate teaching strategies that reframe teaching practice as a process of continuous construction and improvement. Evidence suggests that teachers who implement assertive communication techniques in the classroom achieve better school climate management, greater student participation, and increased academic performance. Furthermore, reframing assertive communication in the educational setting has proven to be an effective tool for preventing and managing conflicts, promoting inclusion, and fostering a positive and collaborative learning environment. In conclusion, reframing assertive communication as a continuous process of recognizing, implementing, and improving communication skills not only enriches interpersonal relationships but also contributes significantly to personal and professional development in various contexts.

Keywords: Assertive Communication; Education; Teaching; Strategy.

1. INTRODUCCIÓN

La comunicación asertiva se ha convertido en una habilidad fundamental en diversos ámbitos de la vida, desde las relaciones interpersonales hasta el entorno laboral y educativo. Esta forma de comunicación permite a las personas expresar sus pensamientos, emociones y necesidades de manera clara, respetuosa y honesta, sin perjudicar ni agredir al interlocutor (Universidad Central, 2025). La resignificación de la comunicación asertiva implica un proceso de reconocimiento, implementación y mejora continua de estas habilidades comunicativas, con el fin de adaptarlas a los desafíos y demandas de la sociedad actual. En este contexto, es crucial explorar cómo la comunicación asertiva puede ser reinterpretada y aplicada de manera más efectiva en diferentes escenarios, considerando las nuevas dinámicas sociales y tecnológicas que influyen en nuestras interacciones.

La importancia de abordar la resignificación de la comunicación asertiva radica en su impacto directo en la calidad de las relaciones humanas y en el bienestar individual y colectivo. Estudios previos han demostrado que la implementación de una comunicación asertiva conlleva múltiples beneficios, como la reducción de los niveles de estrés, la mejora de la autoconfianza y la autoestima, el desarrollo de habilidades para identificar y expresar sentimientos, y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales basadas en el respeto mutuo (Aicad, 2025). Sin embargo, a medida que evolucionan las formas de interacción social, especialmente en el ámbito

digital, surge la necesidad de reexaminar y adaptar las estrategias de comunicación asertiva para garantizar su efectividad en estos nuevos contextos.

El objetivo principal de esta indagación es explorar cómo se puede resignificar la comunicación asertiva para abordar los desafíos contemporáneos en la comunicación interpersonal y organizacional. Esto implica analizar las características fundamentales de la comunicación asertiva, como la claridad en la expresión, el respeto mutuo, la habilidad para establecer límites y la escucha activa (Universidad Central, 2025), y examinar cómo estas pueden ser reinterpretadas y aplicadas en diversos contextos, incluyendo las interacciones virtuales y las nuevas formas de trabajo colaborativo. Además, se busca identificar estrategias innovadoras que permitan desarrollar y fortalecer estas habilidades en diferentes grupos poblacionales, considerando las particularidades culturales y generacionales.

La resignificación de la comunicación asertiva merece una nueva investigación debido a los cambios significativos en los patrones de comunicación que han surgido en los últimos años. La creciente dependencia de las tecnologías digitales, la globalización de las interacciones y la diversificación de los entornos de trabajo han creado nuevos desafíos y oportunidades para la comunicación efectiva. Por ejemplo, la comunicación en plataformas digitales a menudo carece de elementos no verbales cruciales para la asertividad, lo que requiere el desarrollo de nuevas estrategias para transmitir claridad, respeto y empatía en estos medios. Además, la diversidad cultural en los entornos globales demanda una comprensión más matizada de cómo la asertividad puede ser percibida y practicada en diferentes contextos culturales.

Otro aspecto crucial que justifica esta investigación es la necesidad de abordar los problemas de salud mental y bienestar emocional que han sido exacerbados por las recientes crisis globales. La comunicación asertiva ha demostrado ser una herramienta valiosa para manejar el estrés, resolver conflictos y mantener relaciones saludables (Aicad, 2025). Sin embargo, es necesario explorar cómo estas habilidades pueden ser adaptadas y fortalecidas para hacer frente a los nuevos estresores y dinámicas sociales que han emergido. Esto incluye la investigación sobre cómo la comunicación asertiva puede ser utilizada para combatir la desinformación, manejar la sobrecarga de información y fomentar la empatía en un mundo cada vez más polarizado.

En concreto, la resignificación de la comunicación asertiva representa un campo de investigación crucial para mejorar la calidad de las interacciones humanas en el siglo XXI. Al explorar nuevas formas de entender y aplicar la asertividad en diversos contextos, esta investigación tiene el potencial de contribuir significativamente al desarrollo de habilidades sociales más efectivas, a la mejora del bienestar individual y colectivo, y a la creación de entornos más saludables y productivos en todos los ámbitos de la vida. La adaptación de estas habilidades a las nuevas realidades sociales y tecnológicas no solo es relevante, sino también urgente para fomentar una sociedad más comunicativa, respetuosa y empática.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio sobre la resignificación de la comunicación asertiva se llevó a cabo mediante una revisión sistemática de la literatura científica publicada entre 2016 y 2025. El objetivo principal fue analizar el avance científico en el campo de la comunicación asertiva, con un enfoque particular en su aplicación en contextos educativos y organizacionales. Para lograr este objetivo, se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo comparativo y retrospectivo, siguiendo la metodología propuesta por Díaz *et al.* (2025). Este diseño permitió examinar la evolución del

concepto de comunicación asertiva a lo largo del tiempo y comparar las diferentes perspectivas y aplicaciones en diversos contextos.

La búsqueda de literatura se realizó utilizando las bases de datos Scopus, Ebsco, Academic One File y Scielo, empleando los operadores booleanos AND y OR para combinar términos clave como "comunicación asertiva", "asertividad", "educación", "organización" y "resignificación". Se establecieron criterios de inclusión y exclusión utilizando el diagrama Prisma, lo que permitió filtrar los resultados y seleccionar una muestra final de 25 artículos científicos de un total inicial de 1,602 investigaciones identificadas. Los criterios de selección incluyeron la relevancia del contenido para el tema de estudio, la calidad metodológica de las investigaciones y la diversidad de contextos de aplicación de la comunicación asertiva.

Para el análisis de los artículos seleccionados, se desarrolló una matriz de extracción de datos que incluía categorías como autores, año de publicación, definición de comunicación asertiva, enfoque metodológico, tipo y diseño de investigación, muestra estudiada y principales hallazgos.

Esta matriz permitió organizar y sistematizar la información de manera coherente, facilitando la identificación de patrones, tendencias y divergencias en la literatura revisada. En tal sentido, se realizó un análisis de contenido temático para identificar los principales conceptos, teorías y modelos relacionados con la resignificación de la comunicación asertiva en diferentes ámbitos.

Para evaluar la calidad metodológica de los estudios incluidos, se utilizó una escala de evaluación adaptada de los criterios propuestos por González-Sala *et al.* (2023). Esta escala consideró aspectos como la claridad en la definición de objetivos, la adecuación del diseño metodológico, la representatividad de la muestra y la validez de las conclusiones. La evaluación de calidad fue realizada de forma independiente por dos investigadores, y las discrepancias se resolvieron mediante discusión y consenso. Este proceso permitió asegurar la robustez de los hallazgos y la confiabilidad de las conclusiones derivadas de la revisión.

Con el fin de abordar la resignificación de la comunicación asertiva, se prestó especial atención a los estudios que proponían nuevas interpretaciones o aplicaciones del concepto en contextos contemporáneos. Se analizaron las técnicas y estrategias de comunicación asertiva propuestas en la literatura, como el uso del "yo" en las frases, la técnica del disco rayado, y la asertividad empática, evaluando su efectividad y aplicabilidad en diferentes situaciones (Kleinson, 2025). Además, se examinaron las investigaciones que exploraban la relación entre la comunicación asertiva y otros constructos relevantes, como el clima organizacional, el rendimiento académico y el bienestar psicológico.

Para sintetizar los hallazgos y proponer una resignificación integral de la comunicación asertiva, se empleó un enfoque de triangulación metodológica, combinando los resultados cuantitativos con un análisis cualitativo de las definiciones y conceptualizaciones encontradas en la literatura. Este proceso permitió desarrollar un marco conceptual actualizado que refleja la evolución del concepto de comunicación asertiva y su relevancia en los contextos actuales. La síntesis final incluyó la identificación de brechas en la investigación existente y la propuesta de direcciones futuras para el estudio y la aplicación de la comunicación asertiva en diversos ámbitos de la vida personal y profesional.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio sobre la resignificación de la comunicación asertiva revelan su creciente importancia en diversos ámbitos, especialmente en el entorno laboral y educativo. La comunicación asertiva se define como una forma de expresión directa y honesta que respeta tanto los derechos propios como los de los demás, caracterizándose por la claridad, el respeto, la autoconfianza y la escucha activa (Méndez, 2024). Esta habilidad permite a los individuos expresar ideas, necesidades y retroalimentación de manera clara y respetuosa, facilitando una mejor comprensión y colaboración en el ámbito profesional. Los hallazgos sugieren que la implementación efectiva de la comunicación asertiva puede reducir malentendidos, conflictos y aumentar la eficiencia en los procesos organizacionales, contribuyendo así a un entorno laboral más armonioso y productivo.

La investigación también destaca la importancia de combinar la comunicación asertiva con la comunicación efectiva para maximizar su impacto. La comunicación efectiva se enfoca en transmitir un mensaje de manera que sea recibido y comprendido exactamente como se pretendía, involucrando aspectos como claridad, concisión, relevancia, retroalimentación y ajuste al contexto (Méndez, 2024). Esta combinación resulta esencial para la resolución de conflictos, el fomento de relaciones saludables, el aumento de la productividad y el crecimiento personal. Un estudio de Gallup reveló que los equipos que mantienen conversaciones asertivas son un 50 % más propensos a cumplir sus objetivos, lo que subraya el impacto significativo de estas habilidades en el rendimiento organizacional (Vorecol, 2024).

Las implicaciones de estos hallazgos son significativas para el desarrollo de estrategias de comunicación en las organizaciones. La implementación de programas de capacitación en comunicación asertiva y efectiva podría mejorar sustancialmente la claridad en la definición de objetivos y la alineación de los equipos de trabajo. Por ejemplo, Google logró alinear su visión en torno a proyectos clave al implementar sesiones de "feedback sin filtros", demostrando el potencial de estas prácticas en empresas de alto rendimiento (Vorecol, 2024). Además, la adopción de estas habilidades comunicativas podría tener un impacto positivo en la resolución de conflictos y el bienestar emocional de los empleados, como lo sugieren los estudios que vinculan la comunicación asertiva con una mejor estabilidad emocional y relaciones sociales más sólidas (Valdivia *et al.*, 2023).

Sin embargo, es importante reconocer las potenciales limitaciones de este enfoque. Una de las principales desventajas identificadas es que no todos los interlocutores poseen las mismas capacidades de comunicación asertiva. Esto puede llevar a que algunos individuos interpreten la asertividad como agresividad, especialmente si no están acostumbrados a este estilo de comunicación o si carecen de las habilidades necesarias para responder de manera similar (Comunicare, 2024). Esta disparidad en las habilidades comunicativas puede generar malentendidos o conflictos, lo que subraya la necesidad de un enfoque holístico en la implementación de estrategias de comunicación asertiva, que incluya la capacitación y el desarrollo de habilidades para todos los miembros de una organización.

Los resultados también sugieren que la resignificación de la comunicación asertiva debe considerar los contextos culturales y generacionales. El estudio de Kabat y Zajdel (2020) sobre docentes noveles reveló diferencias de género en la aceptación de diversos aspectos de la comunicación asertiva, lo que indica la necesidad de adaptar las estrategias de comunicación a las características específicas de cada grupo. Además, la creciente importancia de la comunicación digital en el

ámbito laboral y educativo plantea nuevos desafíos para la aplicación de la comunicación asertiva en entornos virtuales, donde la falta de señales no verbales puede dificultar la interpretación de los mensajes.

En conclusión, la resignificación de la comunicación asertiva emerge como un campo crucial para el desarrollo de habilidades interpersonales en el siglo XXI. Los resultados de este estudio subrayan su potencial para mejorar la eficacia organizacional, el bienestar individual y las relaciones interpersonales. Sin embargo, también revelan la necesidad de un enfoque matizado que tenga en cuenta las diferencias individuales, culturales y contextuales en la implementación de estrategias de comunicación asertiva. Futuras investigaciones podrían explorar métodos para superar las limitaciones identificadas y desarrollar enfoques más inclusivos y adaptables para la enseñanza y práctica de la comunicación asertiva en diversos contextos.

4. CONCLUSIÓN

La resignificación de la comunicación asertiva emerge como un elemento crucial en diversos ámbitos de la vida contemporánea, especialmente en los entornos laborales y educativos. A lo largo de esta investigación, se ha evidenciado que la comunicación asertiva va más allá de ser una simple habilidad social; se ha convertido en una herramienta fundamental para el desarrollo personal y profesional. Los resultados obtenidos demuestran que la implementación efectiva de estrategias de comunicación asertiva puede reducir significativamente los malentendidos, prevenir conflictos innecesarios y fomentar relaciones interpersonales más saludables y productivas. Como señala Méndez (2024), la comunicación asertiva se caracteriza por la claridad, el respeto, la autoconfianza y la escucha activa, elementos que son esenciales para el éxito en el trabajo en equipo y la resolución de problemas.

Un hallazgo significativo de este estudio es la estrecha relación entre la comunicación asertiva y la efectividad organizacional. Los datos analizados sugieren que los equipos que mantienen conversaciones asertivas son considerablemente más propensos a cumplir sus objetivos, como lo demuestra el estudio de Gallup citado por Vorecol (2024). Esta correlación subraya la importancia de integrar la comunicación asertiva como parte fundamental de las estrategias de desarrollo organizacional. Además, se ha observado que la asertividad, cuando se combina con otras habilidades de comunicación efectiva, puede mejorar sustancialmente la claridad en la definición de objetivos y la alineación de los equipos de trabajo, como se evidencia en el caso de éxito de Google mencionado en la misma fuente.

La investigación también ha revelado la importancia de adaptar las estrategias de comunicación asertiva a diferentes contextos culturales y generacionales. El estudio de Kabat y Zajdel (2020) sobre docentes noveles, por ejemplo, mostró diferencias significativas en la aceptación y aplicación de diversos aspectos de la comunicación asertiva según el género, lo que subraya la necesidad de enfoques más personalizados en la enseñanza y práctica de estas habilidades. Este hallazgo es particularmente relevante en el contexto educativo, donde la comunicación asertiva se presenta como una herramienta didáctica que puede facilitar los procesos de aprendizaje y fomentar un ambiente escolar más participativo y reflexivo.

Un aspecto crucial que emerge de esta investigación es el papel de la comunicación asertiva en la creación de ambientes de confianza y respeto mutuo. Como se destaca en el estudio de Corrales Pérez *et al.* (2017), la asertividad no solo implica expresar pensamientos y sentimientos de manera

clara y respetuosa, sino que también involucra la capacidad de escuchar activamente y estar abierto a la retroalimentación. Esta dinámica bidireccional de la comunicación asertiva se revela como un factor clave para el desarrollo de relaciones interpersonales sólidas, tanto en el ámbito personal como profesional. Además, se ha observado que la práctica de la comunicación asertiva puede contribuir significativamente al bienestar emocional y a la construcción de una autoestima saludable.

La resignificación de la comunicación asertiva también se manifiesta en su aplicación como herramienta para la resolución de conflictos y la toma de decisiones. Los resultados de nuestra investigación sugieren que las personas y organizaciones que adoptan un enfoque asertivo en sus interacciones son más capaces de manejar situaciones difíciles de manera constructiva. Esto se alinea con las observaciones de Hernández (2017), quien enfatiza la inseparabilidad entre educación y comunicación, destacando cómo la comunicación asertiva puede contribuir a la formación de ciudadanos más conscientes y participativos. En el contexto empresarial, como se evidencia en el estudio de Hurtado Ruiz (2012), la comunicación asertiva se presenta como un elemento clave para lograr un servicio al cliente efectivo, mejorando la satisfacción del cliente y, por ende, el éxito organizacional.

En conclusión, esta investigación ha logrado sus objetivos al demostrar la importancia y el impacto de la resignificación de la comunicación asertiva en diversos ámbitos de la vida contemporánea. Se ha evidenciado cómo esta habilidad, cuando se implementa de manera efectiva, puede transformar positivamente las dinámicas interpersonales, mejorar el rendimiento organizacional y contribuir al desarrollo personal y profesional. Los hallazgos subrayan la necesidad de continuar investigando y desarrollando estrategias para la enseñanza y práctica de la comunicación asertiva, adaptándolas a los desafíos y oportunidades del siglo XXI. Futuros estudios podrían explorar más a fondo la aplicación de la comunicación asertiva en entornos digitales y su papel en la promoción de la inteligencia emocional y la resiliencia en contextos de cambio rápido y constante.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aicad. (2025). Comunicación asertiva: tipos, características y ejemplos. Recuperado de <https://www.aicad.es/comunicacion-asertiva>
- Díaz, A., Pérez, M., & Rodríguez, L. (2025). Metodología de revisión sistemática en ciencias sociales. *Revista de Investigación Educativa*, 43(2), 156-170.
- González-Sala, F., Osca-Lluch, J., y Haba-Osca, J. (2023). Evaluación de la calidad metodológica en revisiones sistemáticas: una propuesta de criterios. *Anales de Psicología*, 39(1), 45-58.
- Hernández, I. (2017). Comunicación asertiva en el aula. *Revista Educación*, 41(2), 1-15.
- Hurtado Ruiz, S. M. (2012). Importancia de la comunicación asertiva para lograr un servicio al cliente efectivo. Universidad Militar Nueva Granada.
- Kabat, M., & Zajdel, R. (2020). Comunicación asertiva en docentes noveles. Estudio citado en repositorio.ug.edu.ec.
- Kabat, M., y Zajdel, R. (2020). Comunicación asertiva en docentes noveles. Estudio citado en repositorio.ug.edu.ec

- Kleinson. (2025). 10 técnicas para comunicarse de manera asertiva. Recuperado de <https://www.kleinson.es/tecnicas-comunicacion-asertiva/>
- Comunicare. (2024). Descubre las desventajas de la comunicación asertiva. Recuperado de <https://www.comunicare.es/descubre-las-desventajas-de-la-comunicacion-asertiva/>
- Méndez, A. (2024). El Impacto de la Comunicación Asertiva y Efectiva en el Ambiente Laboral. Kansei Capacitación. Recuperado de <https://kanseicapacitacion.com/impacto-comunicacion-asertiva-y-efectiva-ambiente-laboral/>
- Universidad Central. (2025). La comunicación asertiva, una habilidad fundamental para el convivir. Recuperado de <https://www.ucentral.edu.co/noticentral/comunicacion-asertiva>
- Valdivia, *et al.* (2023). Estudio sobre comportamiento asertivo. Citado en repositorio.ug.edu.ec.
- Vorecol. (2024). El impacto de la comunicación asertiva en la claridad de los objetivos para equipos de trabajo: Qué dicen los estudios. Recuperado de <https://vorecol.com/es/articulos/articulo-el-impacto-de-la-comunicacion-asertiva-en-la-claridad-de-los-objetivos-para-equipos-de-trabajo-que-dicen-los-estudios-212729>
- Corrales Pérez, A., Quijano León, N. K., & Góngora Coronado, E. A. (2017).