

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO**



**PROGRAMA AUTOCONTROL EMOCIONAL EN LA CONDUCTA
AGRESIVA EN PRE ADOLESCENTES DEL QUINTO GRADO DE
PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN PEDRO –
HUÁNUCO 2013**

**TESIS PARA OPTAR GRADO DE MAGÍSTER EN:
EDUCACIÓN
MENCIÓN: INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA SUPERIOR**

TESISTA : SANDOVAL OSORIO, Faviola Ynes

HUÁNUCO, PERÚ

2016

DEDICATORIA

A Dios por la guía, fortaleza y sus bendiciones durante toda mi vida.

A mis tres amores; Ibett, Franco y Fredy, por el soporte a seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

A la Dra. Janni Monago M. por el seguimiento y revisión durante el tiempo que se llevó el curso de Tesis I, II, y III.

Al Ing. Mg. Rosario Vargas Roncal, por el asesoramiento en el término de la elaboración del proyecto tesis.

RESUMEN

Esta investigación estuvo orientada a determinar la presencia de la conducta agresiva de los alumnos, preadolescentes del quinto grado "E" de primaria de la Institución Educativa "San Pedro" de Huánuco. Así mismo se evaluó el impacto del programa "Autocontrol Emocional" que tuvo efecto en la reducción de la conducta agresiva donde se orientó al conocimiento y manejo de alternativas de solución a través de la aplicación del programa mediante las siguientes técnicas: Taller de: "Reconocimiento de emociones", "manejo de emociones", "la propia motivación", "la empatía" y "manejo de relaciones interpersonales". La hipótesis sustantiva afirmaba si, se aplica el Programa de "Autocontrol Emocional" entonces se reduce la conducta agresiva de los alumnos preadolescentes.

El método empleado fue el experimental, con un diseño de pre test y pos test de un solo grupo. Se evaluó la variable dependiente mediante el Cuestionario de agresividad ante la conducta agresiva (Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión, subtes escala 24 ítems (IESM "HD-HN" Lima), en la que se evaluó a 12 alumnos que equivale el (100%) de alumnos preadolescentes. Donde se muestran en el pre test en un nivel bajo lo obtuvieron 7 preadolescentes, lo que nos indica un 58.3%; mientras que en el nivel promedio de la conducta agresiva se encontró a 5 preadolescentes, lo que equivale a un 41.7%; En el postest es menor el nivel de la conducta agresiva de los preadolescentes, mostrando un puntaje promedio de 4 que equivale al 33.3%; en cuanto al nivel alto, 7 preadolescentes obtuvieron al 58.3%, y a un nivel muy alto a 1 preadolescente lo equivalente a un 8.3%.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se rechaza la hipótesis nula por lo tanto se acepta la hipótesis alterna, es decir el programa de "Autocontrol Emocional" ha sido efectivo en cuanto a la reducción de la conducta agresiva de los preadolescentes de la Institución Educativa "San Pedro" – Huánuco - 2013, existiendo diferencias significativas entre el pretest y postest. Porque; $T_c = 5.52$ es mayor a $T_t = 1.72$.

Considerando según los resultados, de los que se ubicaban en la categoría alto de agresividad, pasaron a una categoría promedio, y estos resultados se dieron gracias a los efectos del programa aplicado.

SUMMARY

This research was aimed at determining the presence of the aggressive behavior of students, fifth grade tweens "E" Primary School "San Pedro" of Huánuco. Workshop: Also the impact was effective in reducing aggressive behavior which was oriented to the knowledge and management of alternative solutions through the implementation of the program by the following techniques "emotional self-control" program was evaluated "Recognition emotions ", "managing emotions ", " own motivation, "" empathy "and" interpersonal skills ". The substantive hypothesis stated if the Program "emotional self-control" then reduces the aggressive behavior of students applies tweens.

The method used was e I experimental design with a pretest and post-test single group. The dependent variable was assessed by questionnaire aggressiveness to aggressive behavior (Questionnaire anger, irritability and aggression, subtest level 24 items (AIMS "HD-HN" Lima), in which 12 students were evaluated which equals the (100 .%) of preteens students where shown in

the pretest at a low level it obtained seven preteens, which indicates 58.3%, while the average level of aggressive behavior was found 05 preteens, equivalent to a 41.7% is lower in the posttest level of aggressive behavior of tweens, showing an average score of 4 is equivalent to 33.3% as at the highest level, seven preteens obtained at 58.3%, and at a very high level 1 preteen equivalent to 8.3%.

According to the results, the null hypothesis therefore the alternative hypothesis, i.e. the program of "emotional self-control" has been effective in terms of reducing the aggressive behavior of tweens of School accepted rejects "San Pedro "- Huánuco - 2013, with significant differences between pretest and posttest. Why; $T_c = 5.52$ is greater than $T_t = 1.72$.

Whereas according to the results of which were located in the highest category of aggressiveness, upgraded to a category average, and these results thanks to the effects of the applied program were given.

INTRODUCCIÓN

La finalidad de la investigación fue determinar el efecto del programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado “E” de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”- Huánuco, 2013; donde se les enseñó a los alumnos a manejar sus impulsos, controlar sus emociones y mejorar sus relaciones interpersonales, incrementando de esta manera la comunicación. Para el desarrollo del programa, se evaluó con el Cuestionario (CIA), cuestionario de cólera, ira, agresión, subtest de escala de 24 items, (IESM “HD-HN” Lima), en los preadolescentes antes y después de la aplicación del Programa “Autocontrol Emocional”. El programa consistió en una secuencia de actividades tales como: dinámica de presentación, animación (cuento, canto y baile), lluvia de ideas, lecturas reflexivas etc. Los talleres: “Reconocimiento de emociones” “Manejo de emociones”, “La propia motivación” “La empatía”, “Manejo de relaciones interpersonales”; teniendo como estructura de la tesis, lo siguiente:

En el I capítulo tenemos: La descripción del problema, donde se menciona la formulación del problema, los objetivos generales, específicos, la hipótesis, las variables, la justificación e importancia, la viabilidad y las limitaciones del estudio.

En el II capítulo: Constituye el marco teórico, se plantea los antecedentes, las bases teóricas, las definiciones conceptuales y las bases epistemológicas del estudio.

En el III capítulo: Marco metodológico, que aborda al ámbito de estudio, la población; el grupo de participantes preadolescentes, tipo y diseño de investigación, la población y muestra, señalando sus características, criterio de

inclusión e exclusión, y las técnicas de recolección de datos, las técnicas del instrumento de evaluación y tratamiento, el procedimiento durante el programa “Autocontrol Emocional” de acuerdo al diseño y los objetivos, el procesamiento de datos, la prueba estadística que se utilizó, y el procedimiento general de las acciones llevadas a cabo durante la investigación.

En el IV capítulo; Resultados de acuerdo a los objetivos específicos desarrollados.

En el V capítulo; Resultados, considera la presentación, análisis e interpretación de los datos y los procesos de prueba de hipótesis, llegando así a la elaboración del artículo.

En la parte final se encuentran las conclusiones, recomendaciones, y los anexos donde se muestran: la matriz de consistencia, la ficha técnica de instrumento utilizado, el plan de tratamiento, láminas, cuento y el panel fotográfico de la ejecución del programa.

La tesista

ÍNDICE DEL CONTENIDO

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	iv
Abstract	v
Introducción	vi
CAPITULO I	
PROBLEMA DE INVESTIGACION	
1	
1.1. Descripción del problema.	1
1.2. Formulación del problema.	5
1.3. Objetivos.	5
1.3.1 Generales.	5
1.3.2 Específicos.	5
1.4. Hipótesis	6
1.5. Variables	7
1.6. Justificación e Importancia	8
1.6.1. Justificación	8
1.6.2. Importancia	9
1.7. Viabilidad	9
1.8. Limitaciones	10
CAPTILULO II	
MARCO TEÓRICO	11
2.1. Antecedentes	11
2.1.1 A nivel Internacional	11
2.1.2 A nivel Nacional y local	15
2.2. Bases Teóricas	17
2.2.1. Definiciones conceptuales	17
2.2.1.1 Autocontrol Emocional	17
2.2.1.2 La emoción	17
2.2.1.3 Clasificación de las emociones	18
2.2.1.4 Función de las emociones	19
2.2.1.5 La expresión de las emociones	20
2.2.1.6 Teoría de las emociones	21
2.3 Definición conceptual de términos	22
2.3.1 Agresividad	22
2.3.1.1 Definiciones	22
2.3.1.2 Conducta agresiva	23
2.3.1.3 Bullying	23
2.3.2 Tipos de la agresión	24
a.- Agresión colérica	24
b.- Agresión operante	24
2.3.3 Agresión en la niñez	25
2.3.4 Autocontrol emocional	27
2.3.5 Toma de conciencia de las emociones	28
2.3.6 Las habilidades sociales y el autocontrol emocional	28
2.3.7 La familia y el aprendizaje del autocontrol emocional	29
2.3.8 Los programas de alfabetización emocional	30
2.3.9 Los programas de alfabetización emoc. en las esc.	31

2.4. Bases Epistemológicas	33
CAPITULO III	
MARCO METODOLÓGICO	36
3.1. Tipo de investigación	36
3.2. Diseño y esquema de investigación	37
3.2.1. Diseño.	37
3.2.2. Esquema simbólico y leyenda.	38
3.3 Población y muestra.	38
3.3.1. Población; criterio de inclusión y exclusión	38
3.3.2 Muestra.	40
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	41
3.4.1. De evaluación	41
3.4.2 De tratamiento	42
3.4.3 Procesamiento de datos	43
CAPITULO IV	
RESULTADO	45
4.1 Presentación de resultados	45
4.1.1 Adaptación del instrumento de administración	45
4.1.2 Evaluación del pretest	45
Cuadro No. 1.	46
Grafico No. 1.	47
4.1.3 Aplicación del programa	49
4.1.4 Evaluación del postest	50
Cuadro No. 2	50
Grafico No. 2	51
4.1.5 Comparación del pretest y postest	54
Cuadro No. 3	54
4.2 Presentación de resultados	55
4.2.1 Docimación de hipótesis.	55
Tabla No. 1	56
La prueba estadística	56
CAPITULO V	
RESULTADOS	59
5.1 Discusión de resultados.	59
5.2 Discusión.	62
CONCLUSIONES	65
RECOMENDACIONES	66
REFERENCIA BIBLIOGRAFICA	67
PAGINAS WEB CONSULTADAS	69
ENTREVISTA	69
ANEXOS	70

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad, la agresión escolar es uno de los fenómenos que más se está viviendo e incidiendo entre los estudiantes a nivel mundial.

Los docentes no pueden realizar sus clases con tranquilidad dentro del aula, ya que cada día son más los discentes que presentan comportamientos violentos contra sus pares, ya sea, a nivel físico, psicológico y social. Además, este comportamiento inadecuado de los estudiantes, no sólo se ve reflejado en las aulas, sino también en los horarios de descanso (recreos) dentro del establecimiento y también, desarrollan este tipo de comportamientos a través de las tecnologías de la Información y Comunicación.

Se conoce en forma directa e indirecta que la práctica del Bullying ha traído consigo consecuencias fatales, porque, es tanto el hostigamiento que provocan algunos alumnos hacia sus pares que éstos toman la drástica decisión de suicidarse.

El ser humano por su propia naturaleza lo percibe a través de la visión, este factor es aprovechado por los dueños de los medios de comunicación para bombardearnos con propagandas, serie, películas, etc. que incitan a la

agresión tal es el caso como la de “lucha libre” donde se sobre entiende, que el más fuerte domina al más débil, este mensaje es recogido por los niños quienes lo asimilan de una forma más rápida. Nuestra naturaleza agresiva nos planteaba que el problema de hoy en día, se da cuando la decisión de recurrir a la fuerza podría destruir a toda la civilización. Y ahora, por esta razón, es absolutamente esencial para nuestra supervivencia como especie que entendemos mejor en que consiste la agresión humana y la dirijamos hacia alternativas más pacíficas, pero comprender el problema es solo parte de la solución.

En el Perú, a la profunda crisis social, se le ha sumado la violencia política como una forma desesperada de resolverla. Paradójicamente, se quiere solucionar la violencia con más violencia.

Actualmente las guerras son consecuencias de una agresividad descontrolada del pueblo u hombres movidos por un instinto territorial, la realidad es que intervienen otros factores que se retroalimentan unos a otros. Las guerras las diseñan y planifican, unos pocos usando el poder. La violencia familiar puede corresponder formas de definir la relación y el poder; cuando dos personas en conflicto quieren tener la razón y utilizar cada vez más agresividad uno contra el otro. En nuestro país se han venido produciendo casos de agresividad infantil de tal magnitud que ha dado lugar a que los medios de comunicación se hayan ocupado del problema con notable frecuencia. El comportamiento agresivo por parte de los niños es quizá uno de los que mayor poder tienen para controlar tanto a los adultos como a los propios compañeros, esto es así debido al carácter aversivo de este tipo de conductas para el medio social en que se desenvuelve el niño (Serrano P, Isabel, [2001](#)).

La conducta violenta, agresiva, de los jóvenes, es uno de los problemas de alta prevalencia. Actualmente, existen 700 pandillas juveniles, de personas entre 13 y 24 años, que representa el 70% del total de la violencia. (Ortiz, C. 2005).

Las noticias en los diferentes medios de información hablan de asesinatos, asaltos, suicidios; son pruebas amplias del grado en que las personas puedan perjudicarse o perjudicar a los demás. Los psicólogos preocupados por estas cuestiones se han enfocado al estudio de la agresión, la cual puede definirse como la conducta física o verbal efectuada con la intención de lesionar o destruir. (Phillip G. Zimbardo, 2008).

Con respecto al tipo de violencia más frecuente de los estudios destacan la violencia física con un 75%, la violencia psicológica con un 25% y la violencia sexual con un 5%. Conceptualizando la variable gravedad como aquella violencia que pone en riesgo significativo de salud del niño (a), en estudios realizados por la UNICEF se encontró el 65% de los niños manifestó sufrir una forma de violencia física por parte de los padres 30% tipo leve, 35% de tipo grave.

En nuestra región las estadísticas nos muestran que nos encontramos en el tercer lugar de violencia, donde la televisión es uno de los medios más influyentes en la actitud agresiva de las personas.

Según el Programa de Salud Mental DIRESA Huánuco (1997) informa que el 2% de Niños menores sufren de violencia intrafamiliar. Al respecto en el Centro de Emergencia Mujer de la ciudad de Huánuco – MINDES informa que en el año 2007 56% de niños sufren maltrato físico, el 35% maltrato psicológico y el 24% Violencia sexual. Según PROMUDEH – Amarilis informa

que entre Enero y Junio Del 2008, un 32% de las familias presentan problemas de tenencia de menor, 39% presentan agresión física de la madre y un 49,1% presentan maltrato de Menor.

Este problema se ha proliferado por la escasa intervención y apoyo de parte del entorno educativo que involucra a todos los docentes, tutores y padres de familia, por ende al alumnado en general.

Es por esta situación que el tema ha sido objeto de interés de los científicos durante estos últimos años.

Lo descrito líneas arriba, fundamenta el objetivo de la presente investigación, lo cual busca reducir la conducta agresiva, aplicando un Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco.

Frente a todo lo expuesto y ante la necesidad de abordar esta problemática nace la siguiente interrogante.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

1.2.1 Problema General

¿Cuál es el efecto del Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco - 2013?

1.3. OBJETIVOS.

1.3.1 Objetivo General:

- Determinar el efecto del Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco 2013.

1.3.2. Objetivos Específicos:

- Adaptar a la realidad el Instrumento validado “Cuestionario de cólera, ira y agresión (CIA), subtest escala de agresividad” para ser administrado en los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco - 2013.
- Evaluar la conducta agresiva antes de aplicar el Programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco – 2013.
- Aplicar el Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco - 2013.
- Evaluar la conducta agresiva después de aplicar el programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco - 2013.
- Comparar los resultados obtenidos de la conducta agresiva antes y después de la aplicación del programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco - 2013.

1.4. HIPÓTESIS

1.4.1 Hipótesis general

Si se aplica el Programa “Autocontrol Emocional”, entonces se reduce la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.

1.5. VARIABLES

Se definen en función a las Respuestas del Cuestionario de Cólera, Irritabilidad y Agresividad (CIA), subtest de agresividad, del IESM “HD-HN”- Lima.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
VI : Programa de “Autocontrol Emocional”	<p>- Cognitivo.</p> <p>- Emocional.</p> <p>- Conductual.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Técnicas participativas <ul style="list-style-type: none"> - Historietas - Actividad - Recordatorio - Anclajes. ▪ Técnicas participativas <ul style="list-style-type: none"> - Historietas - Actividad - Recordatorio ▪ Respiración y relajación progresiva, digito presión.
VD: Conducta agresiva	<p>Agresión física</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Patadas • Puñetes • Jalada de pelos • Pellizcos
	<p>Agresión psicológica: Verbal y no verbal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Insultos • Humillación • Gritos • Poner sobrenombres

1.6. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

1.6.1 Justificación

La agresividad infantil es uno de los trastornos que generan grandes problemas sociales, psicológicos y el deterioro de las relaciones entre los seres humanos en todos los sectores del mundo y de nuestro país, reflejándose estos en las malas relaciones interpersonales e intrapersonales que preocupan a los padres y maestros. A menudo nos enfrentamos a niños agresivos, manipuladores o rebeldes pero no sabemos muy bien cómo debemos actuar con ellos o cómo podemos incidir en su conducta para llegar a cambiarla. El comportamiento agresivo complica las relaciones sociales que va estableciendo a lo largo de su desarrollo y dificulta por tanto su correcta integración en cualquier ambiente. El trabajo por tanto tiene por objeto de interactuar el efecto del programa de autocontrol emocional; es decir, corregir el comportamiento agresivo para que derive hacia un estilo de comportamiento asertivo.

Un comportamiento excesivamente agresivo en la infancia si no se trata a tiempo derivará probablemente en un fracaso escolar, en una conducta antisocial en la adolescencia y en la edad adulta, porque principalmente son niños con dificultades para socializarse y adaptarse a su propio ambiente, por ello la importancia de la investigación presente, radica en identificar el efecto de un Programa en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto grado de primaria de la I. E. "San Pedro", Huánuco 2013.

1.6.2. Importancia

El Programa “Autocontrol Emocional” es importante porque tiene como objetivo principal enseñar la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios así como los de los demás, de discriminar entre ellos sus pensamientos y acciones reduciendo de esta manera las conductas agresivas en los niños, (Shapiro, Lawrence, 2002) ya que el “Autocontrol Emocional” constituye el vínculo entre sentimientos e impulsos.

Dicho Programa se aplicó en alumnos preadolescentes con problemas de conductas agresivas por lo que se redujo en un porcentaje significativo estas conductas negativas, este comportamiento inadecuado es un problema que se va incrementando y teniendo consecuencias posteriores en todas sus áreas del desarrollo normal del adolescente. (Sandoval O. F. Y., Tesista 2013)

1.7. VIABILIDAD.

La investigación fue pertinente y viable porque se analizaron experiencias psicoeducativas mientras duró la ejecución del programa en la Institución Educativa en referencia, confrontando el aprendizaje del control de impulsos para contribuir en el mejoramiento y desarrollo de la calidad de vida de los preadolescentes frente a los retos de la sociedad actual.

1.8. LIMITACIONES:

- **Tiempo:** La ejecución del programa se adecuó al horario establecido por la Institución y a la disposición de tiempo de los sujetos en estudio, habiéndose realizado en 16 sesiones y, las sesiones estimadas podrían haber sido en 20 sesiones.
- **Presupuesto:** Reducidos medios de financiamiento para poder ejecutar el proyecto de investigación.
- **Financiamiento:** No se solicitó financiamiento a ninguna Institución financiera, solo ha sido financiado con los recursos propios de la Tesista.
- **Bibliográfica y Logística:** Escasa información respecto al tema, falta de útiles de escritorio para el último taller.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES

En la presente investigación se considera como antecedentes teóricos, los siguientes estudios:

2.1.1. A NIVEL INTERNACIONAL

Aracaro Marisol (2008) proyecto de tesis; Descripción de la agresión entre pares del NB4 NB6, en escuelas municipales, de la comuna de San Carlos, región Del Bio_ Bio, Chile.

En relación a las investigaciones realizadas en Chile, se destacan los aportes de Lecannlir (2002), quien realizó una investigación con una muestra de 2400 alumnos de la provincia de Concepción y sectores aledaños, y se encontró que entre el 50% y el 60% de ellos han vivido u observado conductas que podrían ser calificadas como Bullying, no encontrándose diferencias entre niveles socioeconómicos, además, las edades que presentaron más actos violentos se encontraban entre los 10 y 13 años. De estos adolescentes el 98% no informaba en caso de sufrir maltrato y el 41% actuaba en defensa de algún amigo.

Papalia, E. Diane (2010), en estudio titulado "Desarrollo Humano" 11va edición. Concluye que: Los padres, normalmente, enseñan a sus hijos a no pegar primero a los demás, a no pegar a los niños más pequeños y a no pegar a los padres. Pero cuando éstos dicen a sus hijos que no peguen a los demás y ellos mismos sí les pegan, les están enviando mensajes confusos que proporcionan un doble incentivo hacia la violencia. A parte del dolor y la humillación, que probablemente provocará una reacción agresiva, los niños ven un ejemplo de un adulto, con el que se identifican que está actuando violentamente. Los padres ejercen una gran influencia sobre la agresividad en los niños.

Garrísón, Mark, (2005) "Psicología; Conflicto y cooperación en los grupos" 2da edición opina que: "El niño en el entorno escolar" menciona que son varios los acontecimientos que ocurren en niños entre los 10 a 12 años. Algunos niños, al finalizar este periodo de tiempo pasarán de cursar Educación Primaria a hacerlo en Educación Secundaria, hecho éste que supone un cambio significativo en sus vidas y que requerirá de una adaptación a las nuevas circunstancias y a las exigencias horarias, procedimentales y académicas de la nueva etapa. Los niños y adolescentes que a estas edades presentan agresividad e ira continuada constituyen un grupo complicado, ya que sus problemas radican en el control de emociones y de regulación de su propio comportamiento. Estos niños suelen ser considerados como "malos" y muchas veces las personas que les rodean no comprenden que están sufriendo y que necesitan apoyo para superar su condición de chicos antisociales y conflictivos. Es necesario que aprendan a controlar sus impulsos y a manejar los

sentimientos de enfado e ira que todas las personas sufren en un momento u otro de sus vidas.

Meyers, David G.,(2005). "Psicología Social", 8va edición. Refiere: La influencia de los medios televisivos, que observan un modelo agresivo puede desatar los impulsos agresivos de los niños y enseñarles nuevas formas de agresión. También hemos visto que después de mirar una agresión sexual, muchos hombres airados se comportarán más violentamente con las mujeres. ¿La televisión tiene efectos semejantes?, en el hogar promedio, la televisión está encendida siete horas al día. Como cada miembro de la familia ve un promedio de tres a cuatro horas, esto significa que si alguien vive hasta la edad de los 80 años, habrá dedicado una década a mirar televisión. Las mujeres ven más televisión que los hombres, los no blancos más que los blancos, los preescolares y jubilados más que los escolarizados. En su mayor parte, estos hechos sobre los hábitos televisivos de los estadounidenses también son característicos de los europeos, los australianos y los japoneses.

Goleman, D., (2008) "La Inteligencia Emocional", 7ma ed. Estudios realizados acerca de los efectos del Programa de autocontrol emocional, proyecto de los componentes activos de los programas de prevención realmente eficaces son los siguientes; en habilidades emocionales: Controlar los sentimientos, controlar los impulsos, conocer la diferencia entre los sentimientos y las acciones. En las habilidades cognitivas: Comprender las normas de conducta (lo que es y lo que no es una conducta aceptable). Habilidades de conducta: No verbales; comunicarse a través del contacto visual, la expresión facial, el tono de voz, los gestos, etcétera, Verbales; enviar mensajes claros, responder eficazmente a la crítica, resistir las influencias

negativas, escuchar a los demás, participar en grupos de compañeros positivos. Aprendizaje Social Y Emocional, Proyecto de desarrollo infantil Eric Schaps, Developmental Studies Center, Oakland, California Evaluación realizada en California del Norte y valorada por observadores independientes comparando los resultados obtenidos con escuelas normales que sirvieron como grupo de control cuyos resultados son; más responsables, más asertivos, más habilidades de resolución de conflictos.

Goleman, D., (2008). “La Inteligencia Emocional”, 7ma ed. Concluye que: Algunos estudios anglosajones han encontrado datos empíricos entre la “**Autocontrol Emocional**” y las relaciones interpersonales. Por ejemplo, mediante auto informes se han encontrado relaciones positivas entre una elevada AE y mejor calidad de las relaciones sociales (Schutte, Malouff, Bobik *et al.*, 2001). En la misma línea, Mayer, Caruso y Salovey (1999) mediante una medida de habilidad (MEIS) encontraron que los estudiantes universitarios con mayor puntuación en IE tenían también mayor puntuación en empatía. Otros estudios han sido realizados en etapas más tempranas, por ejemplo, se ha encontrado que los alumnos de primaria que obtenían mayores puntuaciones en una versión infantil del MEIS eran evaluados por sus compañeros como menos agresivos y sus profesores los consideraban más propensos a los comportamientos pro sociales que los estudiantes con puntuación baja en AE.

2.1.2. A NIVEL NACIONAL Y LOCAL

2.1.2.1. A Nivel Nacional Y Local.

- Espinosa (1996 en Lima) investigó la relación entre la conducta agresiva y el ambiente familiar en niños de educación primaria, constatando que la presencia de un ambiente familiar adverso (problemas de pareja, familia extensa, maltrato infantil) está asociada a conductas agresivas en los niños, y que mayor problemas familiares se correlacionan con una mayor dificultad infantil.

- Castro (1996 en Lima) investigó acerca de las características familiares y psicosociales que influyen en la conducta agresiva de los niños preescolares del Cono Norte de Lima, hizo un estudio descriptivo analítico de corte transversal de treinta niños entre 3 y 6 años de edad con sus respectivos parientes, los instrumentos que empleó fueron: ficha de recolección de datos de la familia, un Cuestionario de agresividad para niños (preferencias televisivas) y otra para adultos de Buss Durkee. Los resultados a los que llegó le permitieron establecer que existe relación entre los modelos de la conducta; padres familiares, la televisión y la conducta del niño. Por lo tanto concluyó que el puntaje de agresividad del niño tiene que ver con una mala relación con sus familiares (agresiva-autoritaria) Encontró además una relación estadísticamente significativa ($p < 0,01$) entre la agresividad del niño y sus preferencias por programas infantiles de televisión (programas infantiles agresivos), además halló que en las familias conformadas por más de 5 miembros presentaba una agresividad alta.

- Hurtado Hinostroza, Víctor y Rojas Ordóñez Silvana realizaron investigaciones sobre la influencia del programa televisivo “Dragón Ball en la agresividad física y moral de los niños del 2do grado “A” del C. N. “Marcos Durand Martel”, en el año 1999. Concluye diciendo: “que un alto porcentaje de los alumnos del 2do grado “A” del C. N Marcos Durand Martel tiene una marcada inclinación hacia la generación de los conflictos y problemas en su casa, entre los vecinos y finalmente en la sección donde estudian. El programa “Dragón Ball” de América Televisión influye negativamente en la conducta de los niños porque estimula un tipo de conducta negativa como queda demostrado en esta investigación”

- Otra investigación de Briceño Aranda, Medaly Rocío, titulada “Influencia de los programas televisivos de los dibujos animados en la formación de la conducta agresiva de los **alumnos del 5to grado “A” de la I. E N° 32962 San Luís, sector 4 de amarilis - Huánuco**”, 2000, concluye: “que los programas televisivos de los dibujos animados tiene una influencia negativa; que Influye significativamente en la agresividad, determinando además imitaciones.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. Definiciones Conceptuales:

2.2.1.1. Autocontrol Emocional:

Es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros. (Goleman, D., 2008).

De acuerdo con el autor, La inteligencia emocional de una persona está formada por un conjunto de variables como la atención, la capacidad de observación, la memoria, el aprendizaje, las habilidades sociales etc, que permiten al individuo enfrentarse cotidianamente al mundo que nos rodea a todos.

Asimismo, El Autocontrol Emocional ayuda a controlar los impulsos y equilibrar las emociones de la persona. (Tesisista, *Sandoval O. F., 2012*).

2.2.1.2. La emoción:

Agitación o perturbación de la mente; sentimiento; pasión; cualquier estado mental vehemente o agitado. (*Goleman, D. 2008*).

Sentimiento como el miedo, la alegría o la sorpresa que energiza y dirige la conducta. (*Morris, Charles G., 2005*).

A mi parecer, la emoción, es la manifestación del comportamiento causado por el estrés Negativo y estrés positivo.

Por lo tanto *El Autocontrol Emocional*, sirve para controlar las emociones y sentimientos del ser humano como es; el miedo, la alegría o la sorpresa que energiza y dirige la ira y otros sentimientos.

Según otros autores mencionan, que es un fenómeno psicofisiológico que supone una adaptación a los cambios registrados de las demandas ambientales.

Asimismo nos mencionan, que es la variación profunda pero efímera del ánimo, la cual puede ser agradable o penosa y presentarse junto a cierta conmoción somática. Por otra parte, tal como señala la Real Academia Española (RAE) en su diccionario, constituye un interés repleto de expectativa con que se participa en algo que está sucediendo.

La inteligencia emocional consiste en una serie de actividades que sirven para apreciar y expresar de manera justa nuestras propias emociones y las de otros y para emplear nuestra sensibilidad a fin de motivarnos, planificar y realizar de manera cabal nuestra vida.

2.2.1.3. Clasificación de emociones.

Goleman D. (2008), propone la siguiente clasificación de emociones:

- **Ira:** rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad y, en caso extremo, odio y violencia.

- **Tristeza:** aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación y. en caso patológico, depresión grave.
- **Miedo:** ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y. en el caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.
- **Alegría:** felicidad, gozo, tranquilidad, contento, beatitud, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis y. en caso extremo, manía.
- **Amor:** aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.
- **Sorpresa:** sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
- **Aversión:** desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.
- **Vergüenza:** culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y aflicción.

2.2.1.4. Función de las emociones

Cuando los sociobiólogos buscan una explicación al relevante papel que la evolución ha asignado a las emociones en el psiquismo humano, no dudan en destacar la preponderancia del corazón sobre la cabeza en los momentos realmente cruciales. Son las emociones afirman las que nos permiten afrontar situaciones demasiado difíciles, el riesgo,

las pérdidas irreparables, la persistencia en el logro de un objetivo a pesar de las frustraciones, la relación de pareja, la creación de una familia, etcétera como para ser resueltas exclusivamente con el intelecto. Cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción; cada una de ellas nos señala una dirección que, en el pasado, permitió resolver adecuadamente los innumerables desafíos a que se ha visto sometida la existencia humana. En este sentido, nuestro bagaje emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas de nuestro corazón. (Goleman, D., 2008)

2.2.1.5. La expresión de las emociones.

Capacidad de expresar los propios sentimientos constituye una habilidad social fundamental.

Existen varios tipos fundamentales de **despliegue de roles**. Uno de ellos consiste en **minimizar** las **emociones** (la norma japonesa para expresar los sentimientos en presencia de una figura de autoridad que consiste en esconder el disgusto tras una cara de póker). Otro consiste en **exagerar** lo que uno siente magnificando la expresión **emocional** (una estrategia utilizada con mucha frecuencia por los niños pequeños que consiste en fruncir patéticamente el ceño y estremecer los labios mientras se quejan a su madre de que sus hermanos mayores les toman el pelo). Un tercero consiste en **sustituir** un **sentimiento** por otro (algo que suele tener lugar, por ejemplo, en aquellas culturas orientales en las que decir

«no» se considera de mala educación y. en su lugar, se expresan emociones positivas aunque falsas). El conocimiento de estas estrategias y del momento en que pueden manifestarse constituye un factor esencial de la inteligencia emocional. (Goleman, D., 2008).

2.2.1.6. Teorías de las emociones.

2.2.1.6.1. Teoría de la emoción de James – Lange.- En 1880 se presentó la primera teoría sobre las emociones, es conocida como la teoría de James-Lange, según ésta, los estímulos provocan cambios fisiológicos en nuestro cuerpo y las emociones serían solo una concientización de estos cambios.

2.2.1.6.2. Teoría de la emoción de Cannon-Bard.- quienes proponen que las emociones y las respuestas corporales ocurren simultáneamente y que lo que se percibe es determinante para la experiencia emocional.

Ellos fueron los primeros en hablar de la “emergencia” de las emociones, atribuida al simpático. (Morris, Charles G., 2005).

2.2.1.6.3. Teoría Cognoscitiva por varios Psicólogos.- quienes afirmaban que el juicio de una situación era lo esencial para la experiencia emocional, y que eso hace posible que el sentimiento esté acorde con el pensamiento de ese momento.

Pero todas estas han sido rechazadas por nuevas ideas y es así como esta última es criticada argumentando que los sentimientos aparecen antes de las cogniciones y que más bien el sistema afectivo responde instantáneamente sin dar opción a

interpretaciones y precisamente en esto se basa la Teoría de la Inteligencia Emocional. (Morris, Charles G., 2005).

2.3. DEFINICION CONCEPTUAL DE TÉRMINOS

2.3.1. La agresividad

2.3.1.1 Definiciones:

Agresividad. Estado emocional que consiste en sentimientos de odio y deseos de dañar a otra persona, animal u objeto. La agresión desde cualquier forma de conducta pretende herir física y/o psicológicamente a alguien. (Morris, Charles G. 2005).

Conjunto de patrones y actividades que pueden manifestarse con intensidad variables incluyendo desde la pelea física hasta los gestos o expresiones verbales.

2.3.1.2. Conducta agresiva.

Es toda aquella que pretende herir física o psicológicamente a alguien. (Papalia E. Diane, 2010).

2.3.1.3 Bullying.

El bullying (anglicismo de uso universal para referirse al acoso o maltrato escolar), es un fenómeno de actualidad a nivel internacional que trastoca las relaciones interpersonales.

(Bustos, 2009; Cid, Díaz, Pérez, Torruella & Valderrama, 2008; Muñoz, 2008; Ramírez, 2007).

Agresión. El termino agresión alude al comportamiento que lleva a dañar o destruir algo, ya sea otro organismo o un objeto inanimado.

Cualquier comportamiento destinado a dañar a alguien o algo que nos rodea. (Papalia, E. D., 2010).

Conducta agresiva. Es toda aquella que pretende herir física o psicológicamente a alguien. Es una conducta que pretende obtener algo, coaccionar a otro enseñándole lo que no debe hacer para evitar que se haga lo no deseado, expresa poder y dominio, tratar de impresionar y demostrar respetabilidad.

Violencia. Definida como una acción destructiva contra las personas o propiedades. (Papalia, Diane E., 2001).

En conclusión; la agresividad, la conducta agresiva, el bullying, la agresión y la violencia, guardan una mera relación conflictiva en el comportamiento del individuo (adolescente) como ser humano; donde los niveles de agresividad efectuadas por los adolescentes se van incrementando cada vez con intensidad más alta y que va traspasando las aulas observándose graves problemas sociales. (Sandoval O., F. Tesista 2013)

2.3.2 Tipos de agresión:

a). Agresión colérica.- Esta es la forma clásica. Por lo general se acompaña de signos de excitación emocional y a menudo es producto de dolor y frustración.

b). Agresión operante.- Un organismo puede realizar un acto agresivo sencillamente porque recibe una recompensa. (Darley, Jhon. Glucksberg, Sam, 2002).

2.3.2.1 Las teorías de la agresión: Algunas de ellas son:

a).Las teorías psicodinámicas, que consideran que existen factores innatos en el individuo que lo llevan a presentar una conducta agresiva. Es una búsqueda de placer, es un instinto primario (destrucción o muerte).

b). La agresión adquirida por condicionamiento clásico por el uso de los premios y castigos como moldeadores de la conducta. Ellis (2006).

c). La agresión adquirida por aprendizaje social a través de la observación. Bandura (2005)

d). La teoría de Aprendizaje de Skinner (20005), que evidencia que la agresión es adquirida por condicionamiento operante.

e). Maslow (2005) de la agresión un origen cultural y dice que surge como "una reacción ante la frustración de las necesidades biológicas o ante la incapacidad de satisfacerlas".

f). Mussen y otros (2005), sostienen que la agresión es el resultado de prácticas de socialización en el seno familiar y que los niños que emiten conductas agresivas, provienen de hogares donde la agresión es exhibida libremente, existe una disciplina inconsistente o un uso errático del castigo. (Garrísón Marx, 2005).

2.3.3. Agresión en la niñez.

La expresión agresiva comienza en la infancia y termina con la muerte.

Los lactantes expresan sus necesidades inespecíficas en forma de reacciones difusas con gritos, llantos y sollozos incontrolables, en la primera infancia. A medida que los niños crecen son capaces de expresarse mejor con palabras, se reducen la frecuencia, la iniciación y la duración de los episodios agresivos.

La mayoría de los niños se torna menos agresiva después de los seis o siete años, época en que por lo general la empatía reemplaza al egocentrismo y los niños tienen más capacidad de ponerse en el lugar de los demás, comprender por qué alguien actúa como lo hace y desarrollar maneras positivas de relacionarse con los otros. Pero no todos los niños

aprenden a controlar la agresión; algunos se toman cada vez más destructivos. Aunque la agresión puede ser un modo de responder a los principales problemas que se presentan en la vida de un niño.

En la etapa preescolar, los niños suelen dirigir su ira hacia otras personas, sobre todo hacia sus compañeros o hacia niños más pequeños. En los primeros años de escolarización, los niños suelen pelearse entre sí. En el pre-adolescencia, la mayoría de los niños dejan de pegarse con los demás y canalizan su agresividad hacia actividades físicas, como deportes de competición o el ejercicio físico. Otras manifestaciones de los sentimientos agresivos durante la edad escolar son las burlas, las bromas. A medida que la persona crece, también lo hace su control de impulsos y emocional. (Papalia, E. Diane, 2010).

2.3.4. El autocontrol emocional

Es la capacidad que nos permite controlar a nosotros mismos nuestras emociones y no que estas nos controlen a nosotros, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento de nuestra vida.

Nosotros somos los actores o hacedores de nuestra vida ya que de las pequeñas y grandes elecciones depende nuestra existencia; tenemos la importante posibilidad de hacer feliz o no nuestra vida, a pesar de los acontecimientos externos. Esos acontecimientos no son los que manejan nuestra vida, sino nosotros mismos, como

sujetos activos manejamos nuestra felicidad dependiendo de la interpretación que hacemos de ellos.

Somos lo que pensamos y si aprendemos a controlar nuestros pensamientos también así podremos controlar nuestras emociones.

Sentimiento, lo podemos definir como una reacción física a un pensamiento. Si no tuviéramos cerebro no sentiríamos, con algunas lesiones en el cerebro no se siente ni el dolor físico.

Todas las sensaciones llegan precedidas por un pensamiento y sin la función del cerebro no se pueden experimentar sensaciones.

Si se controlan los pensamientos...y las sensaciones y sentimientos vienen de los pensamientos, entonces ya se es capaz de tener un autocontrol emocional.

Todos tenemos derecho a hacer, pensar y sentir lo que queremos, siempre y cuando no perjudiquemos a nadie.

(<http://www.apsique.com/anor/agresividadhtml> (2008))

2.3.5 La toma de conciencia de las emociones y el autocontrol emocional

Este tipo de conciencia de uno mismo parece requerir una activación del neocórtex, especialmente de las áreas del lenguaje destinadas a identificar y nombrar las emociones. La conciencia de uno mismo no es un tipo de atención que se vea fácilmente arrastrada por las emociones, que reaccione en demasía o que amplifique lo que se perciba sino que, por el contrario, constituye una **actividad neutra que** mantiene la atención sobre uno mismo

aun en medio de la más turbulenta agitación emocional. La toma de conciencia de las emociones constituye la habilidad emocional fundamental, el cimiento sobre el que se edifican otras habilidades de este tipo, como el autocontrol emocional. (Goleman, D., 2008).

El autocontrol emocional es la toma de conciencia del ser humano, (adolescente) que servirá para controlar los sentimientos e impulsos y así desarrollar habilidades adecuadas para su vida. (Sandoval O. F. Tesista 2013)

2.3.6 Las habilidades sociales y el autocontrol emocional

Es precisamente sobre la base del autocontrol y la empatía sobre la que se desarrollan las «habilidades interpersonales». Estas son las aptitudes sociales que garantizan la eficacia en el trato con los demás y cuya falta conduce a la ineptitud social o al fracaso interpersonal reiterado. Y también es precisamente la carencia de estas habilidades la causante de que hasta las personas intelectualmente más brillantes fracasen en sus relaciones y resulten arrogantes, insensibles y hasta odiosas. Estas habilidades sociales son las que nos permiten relacionarnos con los demás, movilizarles, inspirarles, persuadirles, influirles y tranquilizarles profundizar, en suma, en el mundo de las relaciones. (Goleman, D., 2008).

2.3.7 La familia y el aprendizaje del autocontrol emocional

La vida familiar es la primera escuela de aprendizaje emocional; es el crisol doméstico en el que aprendemos a sentirnos

a nosotros mismos y en donde aprendemos la forma en que los demás reaccionan ante nuestros sentimientos; ahí es también donde aprendemos a pensar en nuestros sentimientos, en nuestras posibilidades de respuesta y en la forma de interpretar y expresar nuestras esperanzas y nuestros temores.

Este aprendizaje emocional no sólo opera a través de lo que los padres dicen y hacen directamente a sus hijos, sino que también se manifiesta en los modelos que les ofrecen para manejar sus propios sentimientos y en todo lo que ocurre entre marido y mujer. En este sentido, hay padres que son auténticos maestros mientras que otros, por el contrario, son verdaderos desastres. (Goleman, D., 2008).

2.3.8 Los programas de alfabetización emocional

Algunos de los programas de alfabetización emocional más eficaces se diseñaron como respuesta a problemas concretos, entre los que cabe destacar la violencia.

Una de las claves del éxito del programa de solución de conflictos hay que buscarla en su aplicación más allá del aula hasta el patio y la cafetería, los lugares en los que es más probable que se desaten los conflictos. Con ese objetivo, algunos estudiantes son formados como mediadores un papel que pueden comenzar a desempeñar en los últimos años de la escuela elemental, aprendiendo a manejar peleas, provocaciones, amenazas,

problemas interraciales y otros incidentes potencialmente violentos de la vida escolar.

Los efectos de los programas de alfabetización emocional consisten en detectar los cambios que han tenido lugar en un determinado grupo de estudiantes, basándose en unas cuantas medidas objetivas de su conducta (como el número de peleas que tienen lugar en el patio de recreo o el número de suspensiones provisionales) antes y después de haber participado en el programa. Los datos de estos estudios muestran la considerable mejora que suponen para la competencia emocional y social de los alumnos, para su conducta dentro y fuera del aula y para su capacidad de aprendizaje:

Autoconciencia Emocional; mayor comprensión de las causas de los sentimientos, reconocimiento de las diferencias existentes entre los sentimientos y las acciones. El Control de las Emociones; mayor tolerancia a la frustración y mejor manejo de la ira, conducta menos agresiva y menos autodestructiva. Aprovechamiento Productivo de las Emociones; capacidad de concentración y de prestar atención a la tarea que se lleve a cabo, menor impulsividad y mayor autocontrol. Empatía: La Comprensión de las Emociones; capacidad de asumir el punto de vista de otra persona, mayor capacidad de escuchar al otro. Dirigir las Relaciones; mayor capacidad de analizar y comprender las relaciones, Mejora en la capacidad de resolver conflictos y negociar desacuerdos, mejora en la solución de los problemas de relación, más sociables y

armoniosos en los grupos, más participativos, cooperadores y solidarios, más democráticos en el trato con los demás. (Goleman, D., 2008).

2.3.9 Los programas de alfabetización emocional en las escuelas.

Es comprensible que muchos profesores se sientan sobrecargados por un programa escolar excesivamente repleto de nuevas materias y se resistan a dedicar un tiempo extra a enseñar los fundamentos de otra asignatura. Por esto, una de las estrategias utilizadas actualmente para realizar el proceso de alfabetización emocional no consiste tanto en imponer una nueva asignatura como en yuxtaponer las lecciones sobre sentimientos y emociones a las asignaturas habituales. Porque la verdad es que las lecciones emocionales pueden entremezclarse de manera natural con la lectura, la escritura, la salud, la ciencia, los estudios sociales y muchas otras asignaturas.

Otra forma de integrar la enseñanza de las habilidades emocionales en el marco de la vida escolar consiste en ayudar a los maestros a pensar nuevas formas de corregir a los estudiantes que se porten mal. El Child Development Center considera que esos momentos constituyen una oportunidad inestimable para enseñar a los niños las habilidades de las que carecen -el dominio de los impulsos, la expresión de los sentimientos, la resolución de conflictos, etcétera, algo que resulta imposible de conseguir

recurriendo exclusivamente a la mera coerción. Por ejemplo, un maestro que ve que tres alumnos de primer grado se empujan para llegar primero al comedor puede sugerirles que echen a suertes el orden de llegada. Así les permite dirimir de una forma imparcial mucho más positiva que el rotundo y autoritario «¡ya está bien!» tanto este problema como otros de naturaleza similar (después de todo, la actitud «¡yo primero!» no sólo es endémica de los primeros cursos de la escuela sino que, de una forma u otra, perdura durante toda la vida), recalcando también la posibilidad de encontrar soluciones negociadas. (Goleman, D., 2008).

2.4. BASES EPISTEMOLÓGICAS

Según Henenkohl, Egolf y Henenkohl (1997) evaluaron antecedentes preescolares para la conducta antisocial adolescente en un seguimiento de 16 años a 457 niños preescolares con y sin maltrato. Los sujetos fueron detectados entre los 18 meses y 6 años de edad en una evaluación preescolar (referida a la dinámica familiar y a la estrategia de afronte en familias abusadoras y no abusadoras) evidenciándose que la disciplina física severa, una negativa calidad en las interacciones madre-hijo, y la experiencia de abuso sexual, están relacionados con una mayor conducta antisocial adolescente en niños que provienen de familias abusadoras comparado con niños que provienen de familias no abusadoras.

Para Espinosa (1996 en Lima) investigó la relación entre la conducta agresiva y el ambiente familiar en niños de educación primaria, constatando que la presencia de un ambiente familiar adverso (problemas de pareja, familia extensa, maltrato infantil) está asociada a conductas agresivas en los niños, y que mayor problemas familiares se correlacionan con una mayor dificultad infantil.

Por su parte Castro (1996 en Lima) menciona acerca de las características familiares y psicosociales que influyen en la conducta agresiva de los niños preescolares del Cono Norte de Lima, hizo un estudio descriptivo analítico de corte transversal de treinta niños entre 3 y 6 años de edad con sus respectivos parientes, los instrumentos que empleó fueron: ficha de recolección de datos de la familia, un

Cuestionario de agresividad para niños (preferencias televisivas) y otra para adultos de Buss Durkee. Los resultados a los que llegó le permitieron establecer que existe relación entre los modelos de la conducta; padres familiares, la televisión y la conducta del niño. Por lo tanto concluyó que el puntaje de agresividad del niño tiene que ver con una mala relación con sus familiares (agresiva-autoritaria) Encontró además una relación estadísticamente significativa ($p < 0,01$) entre la agresividad del niño y sus preferencias por programas infantiles de televisión (programas infantiles agresivos), además halló que en las familias conformadas por más de 5 miembros presentaba una agresividad alta.

Para Hurtado Hinostraza, Víctor y Rojas Ordóñez Silvana realizaron investigaciones sobre la influencia del programa televisivo “Dragón Ball en la agresividad física y moral de los niños del 2do grado “A” del C. N. “Marcos Durand Martel”, en el año 1999. Concluye diciendo: “que un alto porcentaje de los alumnos del 2do grado “A” del C. N Marcos Durand Martel tiene una marcada inclinación hacia la generación de los conflictos y problemas en su casa, entre los vecinos y finalmente en la sección donde estudian. El programa “Dragón Ball” de América Televisión influye negativamente en la conducta de los niños porque estimula un tipo de conducta negativa como queda demostrado en esta investigación”.

Otra investigación de Briceño Aranda, Medaly Rocío, titulada “Influencia de los programas televisivos de los dibujos animados en la formación de la conducta agresiva de los alumnos del 6to grado “A” de la I. E N° 32962 San Luís, sector 4 de amarilis”, 2000, concluye: “que los programas

televisivos de los dibujos animados tiene una influencia negativa; que influye significativamente en la agresividad, determinando además imitaciones.

Los escritos de Freud representan la fuente básica de los trabajos psicoanalíticos centrados en las emociones. Algunos autores (Lyons, 1993) defienden que Freud nunca abordó directamente el tema de las emociones, limitándose, como mucho, al análisis de ciertos factores afectivos, como la ansiedad, y siempre con connotaciones de tratamiento o psicoterapia. Sin embargo, creemos que, en alguna medida, Freud se refirió de forma clara a determinadas características emocionales de interés, proponiendo que el afecto comprende, por una parte, ciertas inervaciones motoras o descargas, y, por otra parte, ciertos sentimientos.

Para Freud, las emociones podrían ser consideradas como la reacción a sucesos traumáticos, que no es necesario hayan acaecido al sujeto en cuestión, sino que simplemente forman parte de su bagaje heredado, inconsciente y reprimido. Desde este punto de vista, la emoción sería una “resurrección” del estado afectivo traumático originario, desencadenada por un evento actual que activa ese recuerdo. La aportación de Freud al campo de la emoción se fundamenta en el papel que juega el inconsciente, proponiendo que la emoción, al igual que muchos eventos mentales, puede ser localizada en el inconsciente, lo cual no impide que siga ejerciendo ciertos efectos sobre la persona, influyendo sobre las distintas manifestaciones conductuales que ésta lleva a cabo.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.

Tecnológico.- Porque responde al problema técnico y está orientada a demostrar la efectividad o validez de las técnicas empleadas en un programa, en las que se aplica principios científicos que demuestra su eficacia en la modificación o transformación de un hecho o fenómeno.

La investigación tecnológica aprovecha del conocimiento teórico científico producto de la investigación básica o sustantiva y organiza reglas técnicas cuya aplicación posibilita cambios en la realidad. (Sánchez, Hugo y Reyes, Carlos - 1998).

3.2. DISEÑO Y ESQUEMA DE INVESTIGACIÓN.

3.2.1 DISEÑO

Experimental.- Consiste en organizar deliberadamente condiciones, de acuerdo con un plan previo, con el fin de investigar las posibles relaciones causa – efecto exponiendo a uno o más grupos experimentales a la acción de una variable experimental y contrastando sus resultados con grupos de control o de comparación.

Hacen uso del método experimental los diseños de investigación pre – experimental. (Sánchez, C. y Reyes, C. - 1998).

Pre experimental.- Toma este nombre por la razón de que no tiene la capacidad de controlar adecuadamente los factores que influyen contra la validez interna así como también de la validez externa. Sin embargo es útil comenzar la discusión y descripción de los diseños experimentales de investigación con este tipo de diseño, por dos razones: porque son electos de los diseños experimentales y porque ilustran la forma en que las variables extrañas pueden influir en la validez interna del diseño (Sánchez, Hugo y Reyes, Carlos – 1998).

Diseño Pre y Post Test con un solo grupo.

A un grupo se le aplica una prueba previa al tratamiento experimental, después se le administra el tratamiento y finalmente se le aplica una prueba posterior al tratamiento. (Hernández Sampieri, Roberto, Fernández Carlos – Collado, Baptista Lucio, Pilar –2010).

3.2.2. ESQUEMA SIMBÓLICO Y LEYENDA.

O1 X O2

Leyenda:

O1 = Evaluación de la conducta agresiva antes de aplicar el Programa de “Autocontrol Emocional”

X = Aplicación del Programa de “Autocontrol Emocional”

O2 = Evaluar la conducta agresiva después de aplicar el Programa “Autocontrol emocional”.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 POBLACIÓN

Está constituida por 12 alumnos preadolescentes del quinto grado “E” de primaria, de la Institución Educativa “San Pedro” de la ciudad de Huánuco, y que solo se tomaron en cuenta los que presentaron las siguientes características:

A. Criterio de inclusión.

- ✓ Referido por el docente por presentar conductas agresivas
- ✓ Obtener el puntaje directo en el Cuestionario de CIA, subtest de agresividad, mayor de 73 puntos.
- ✓ Adecuado ambiente para la aplicación del cuestionario de la conducta agresiva.
- ✓ Asistencia con regularidad a las clases.
- ✓ Edades entre 10 a 12 años.

- ✓ Todos se encuentran cursando el quinto grado del nivel primario.

B. Criterio de exclusión.

- * Inasistencia de los alumnos al lugar pactado para la aplicación del cuestionario.
- * Obtener el puntaje en el Cuestionario del CIA, subtest agresividad menor a 73.
- * Edades menores de 10 o mayores de 12 años.
- * Inadecuado ambiente para la aplicación del cuestionario de la conducta agresiva.
- * Inasistencia de los alumnos a clases.

3.3.2 MUESTRA.

La muestra se obtuvo de manera no probabilística - intencional de los alumnos preadolescentes del quinto grado "E" del nivel primaria de la Institución Educativa "San Pedro" Huánuco – 2013.

A. Tamaño de la muestra:

12 alumnos del quinto grado "E" de la Institución Educativa "San Pedro"

B. Tipo de muestreo.

No probabilístico – intencional

3.4. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. De evaluación.

TÉCNICA DE EVALUACIÓN	Técnicas	Instrumentos	Fuentes
	ψ Fichaje	ψ Fichas mixtas ψ Fichas Bibliográficas ψ Fichas textuales	ψ Textos bibliográficos. ψ Textos hemerográfico ψ Textos de Internet. ψ Docentes, alumnos
	ψ Encuesta.	ψ Cuestionario de cólera, ira y agresión (CIA), subtest escala de agresividad de 24 ítems del IESM "HD-HN"-Lima.	participantes del 5to grado.

El instrumento que se utilizó para la recolección de los datos, es el cuestionario de cólera, ira y agresividad (CIA), subtest de la escala de agresividad del Instituto de Enfermedades de Salud Mental "Honorio Delgado-Hideyo Noguchi"- Lima Perú 2007; cuyo objetivo es; diagnosticar la agresividad de los preadolescentes y que evaluara las sub áreas como son; la agresión físico y psicológico del alumno preadolescente, así mismo, su validez y confiabilidad psicométrico, adaptado de Emil Cocaro por el equipo Técnico del

Departamento de Promoción de Salud Mental y de Prevención de Problemas Psicosociales IESM "HD – HN".

3.4.2. De tratamiento.

DE TRATAMIENTO	<p>❖ Talleres:</p> <p>Reconocimiento de emociones, manejo de emociones, expresándonos con amor es mejor, la empatía, y manejo de relaciones interpersonales.</p> <p>❖ Técnicas participativas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dinámica de presentación, de animación (canto, baile, cuentos). - Textos reflexivos. - Lluvia de ideas. - Tareas para la casa. - Relajación y respiración. 	<p style="text-align: center;">Programa de</p> <p style="text-align: center;">“Autocontrol Emocional”</p> <p>El Programa está dirigido a los Alumnos preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013. Conformado por 12 alumnos y 16 sesiones con una duración de 45 minutos por sesión.</p>
-----------------------	---	---

3.4.3. Procesamiento de datos.

Prueba estadística T de Studen para comparar las muestras dependientes Pequeñas (de 30 sujetos a menos), con un nivel de confiabilidad de 0.05, se utilizó la siguiente fórmula.

$$t = \frac{d - ud}{sd \sqrt{n}}$$
$$d = \frac{\sum di}{n}$$

3.4.4 Procedimiento.

- Elaboración y presentación del proyecto de investigación.
- Elaboración del plan de tratamiento “AUTOCONTROL EMOCIONAL”.
- Adaptación del instrumento cuestionario CIA de acuerdo a la realidad de la población.
- Evaluación de la conducta agresiva en los preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “SAN PEDRO”, antes de la aplicación del tratamiento.
- Aplicación del plan de tratamiento “AUTOCONTROL EMOCIONAL”.
- Evaluación de la conducta agresiva después de la aplicación del programa de tratamiento.
- Comparación entre el pretest y posttest.
- Presentación, análisis, interpretación y discusión de los resultados.
- Formulación de conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.

4.1.1. ADAPTACIÓN DEL INSTRUMENTO VALIDADO (CIA)

Se adaptó a la realidad el instrumento validado de administración, cuestionario CIA. (IESM “HD-HN”- Lima), de acuerdo al área y a la realidad de la población de estudiantes preadolescentes de la Institución Educativa “San Pedro Huánuco 2013. (Ver anexo No. 2).

4.1.2. EVALUACION DEL PRETEST

Se evaluó a los alumnos preadolescentes con el cuestionario de cólera, irritabilidad y agresión (CIA), sub test de escala de agresividad adaptado a 24 items, antes de aplicar el Programa “Autocontrol Emocional”, como se muestra en el cuadro de resultados, 12 alumnos entre varones y mujeres preadolescentes con conducta agresiva.

CUADRO N° 1

Participantes preadolescentes por edad según sexo del 5to grado de primaria con CA de la Institución Educativa “San Pedro” Huánuco – 2013.

SEXO EDAD	Mujeres		Varones		TOTAL	
	f	%	F	%	f	%
10	1	8.3 %	2	16.7 %	3	25 %
11	1	8.3 %	3	25 %	4	33.3 %
12	2	16.7 %	3	25 %	5	41.7 %
TOTAL	4	33.3 %	8	66.7 %	12	100%

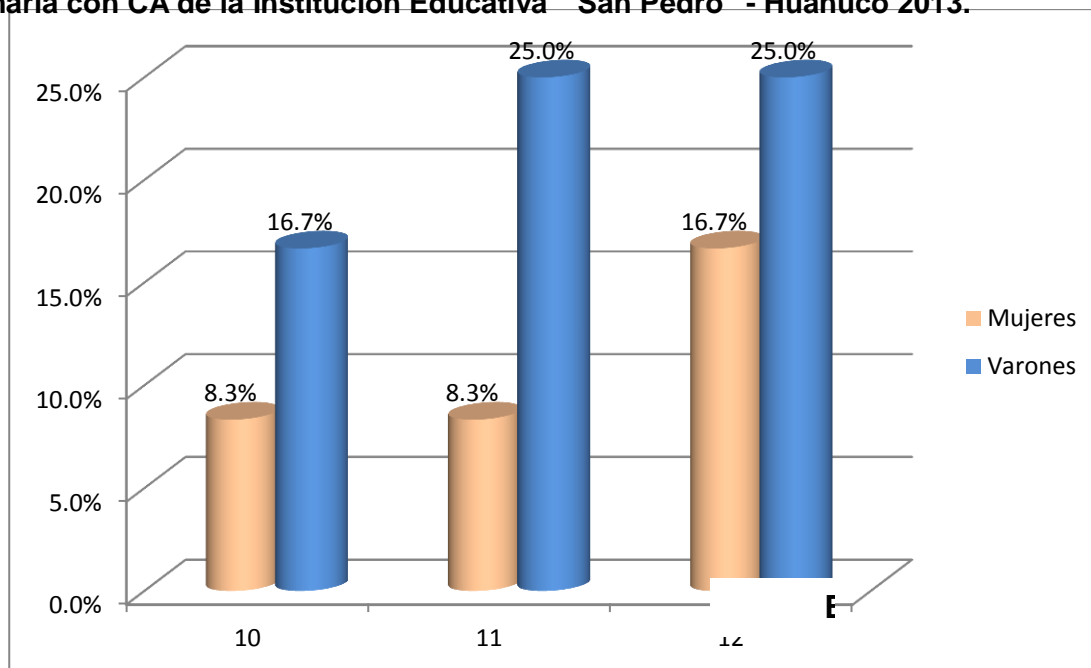
FUENTE: Administración del cuestionario del CIA. (IESM “HD-HN”- Lima).

ELABORACIÓN PROPIA: Sandoval O., Faviola Y.

Según el cuadro N° 1, se muestra que, un 33.3 % de alumnos son mujeres y en un 66.7 % son varones con conducta agresiva.

El 25% de los alumnos tienen edad de 10 años, el 33.33% de 11 y el 41.7% de 12 años de edad con conducta agresiva.

GRAFICO N° 1
Participantes preadolescentes por Edad Según sexo del 5to Grado de
Primaria con CA de la Institución Educativa " San Pedro" - Huánuco 2013.



FUENTE: Administración del cuestionario del CIA. (IESM "HD-HN"- Lima).

ELABORACIÓN PROPIA: Sandoval O., Faviola Y.

PRESENTACIÓN:

Cabe indicar que en el grafico No. 1, se muestra a 3 preadolescentes con conducta agresiva, de 10 años que corresponde a 1 de género femenino con un 8.23% y 2 varones con 16.7% haciendo un total de 25% según cuadro No. 1; seguidamente tenemos a 4 preadolescentes con conducta agresiva, de la edad de 11 años, 1 de género femenino que hace un 8.23%, 3 varones que hacen un 25.0% con un total de 33.33%; y 5 preadolescentes de la edad de 12 años, 2 mujeres con 16% y 3 varones con 25.0 % que corresponden a un 41.67% en total.

ANÁLISIS:

Se observa que la muestra es mayoritariamente de género masculino que tiene un total de 8 preadolescentes con conducta agresiva con un total de (66.7%).

En primer lugar tenemos un mayor porcentaje de 5 preadolescentes con conducta agresiva, que corresponde a la edad de 12 años que se ubica en un 41.67%, seguidamente 4 de la edad de 11 años que corresponde a un 33.33%, y por último se encuentran 3 alumnos preadolescentes con CA en la edad de 10 años con solo 25%.

INTERPRETACIÓN:

La presencia de más **varones** en la muestra, evidencia que ejercen más comportamiento de la conducta agresiva que en el género femenino, esto por la influencia biológica y ambiental.

Aproximadamente la mitad de la muestra seleccionada se ubica en la edad de **12** años, esto sugiere que los cambios propios de la pre adolescencia influencia en la manifestación de la conducta agresiva.

DISCUSIÓN:

De la misma manera nuestros estudios se asemejan con Petrides, Frederickson y Furnham, 2004). Liauet *al.* (2003), por su parte, informan que los alumnos de secundaria con más baja Inteligencia Emocional muestran mayores niveles de Conductas agresivas y comportamientos delincuentes.

Datos preliminares de población adolescente española (de entre 14 y 19 años) muestran también asociaciones en la dirección esperada entre altos niveles de Inteligencia Emocional (evaluada con el TMMS) y menor número de

acciones impulsivas, un temperamento menos agresivo y una menor justificación de la agresión en los preadolescentes.

4.1.2. APLICACIÓN DEL PROGRAMA

Se aplicó el Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los 12 preadolescentes entre varones y mujeres en edades de 10, 11, y 12 años del 5º grado “E” de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco – 2013.

Por otro lado se realizaron los siguientes talleres:

Reconocimiento de emociones, manejo de emociones, expresándonos con amor es mejor, la empatía, y el manejo de relaciones interpersonales. Así mismo se usaron recursos estratégicos para hacer efectivo la ejecución del programa como son: **En las técnicas participativas:**

Mediante esta técnica, dinámica de presentación, de animación como, (canto, baile, cuentos etc.) los alumnos preadolescentes entran en confianza y así se pudo trabajar con los textos reflexivos, lluvia de ideas y para los siguientes talleres posteriores, y para cuando se tenía que dejar las tareas para sus casas, ellos los realizaban.

Los ejercicios de relajación y digito presión, se realizaban constantemente ya que sirvió para mejorar y controlar los impulsos del alumno.

4.1.3. EVALUACIÓN DEL POSTEST

Al término de la aplicación del tratamiento, se realizó la evaluación del posttest de la conducta agresiva después de aplicar el programa “Autocontrol Emocional” a los 12 preadolescentes de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco – 2013, donde se obtuvo resultados de la siguiente manera;

CUADRO Nº 2

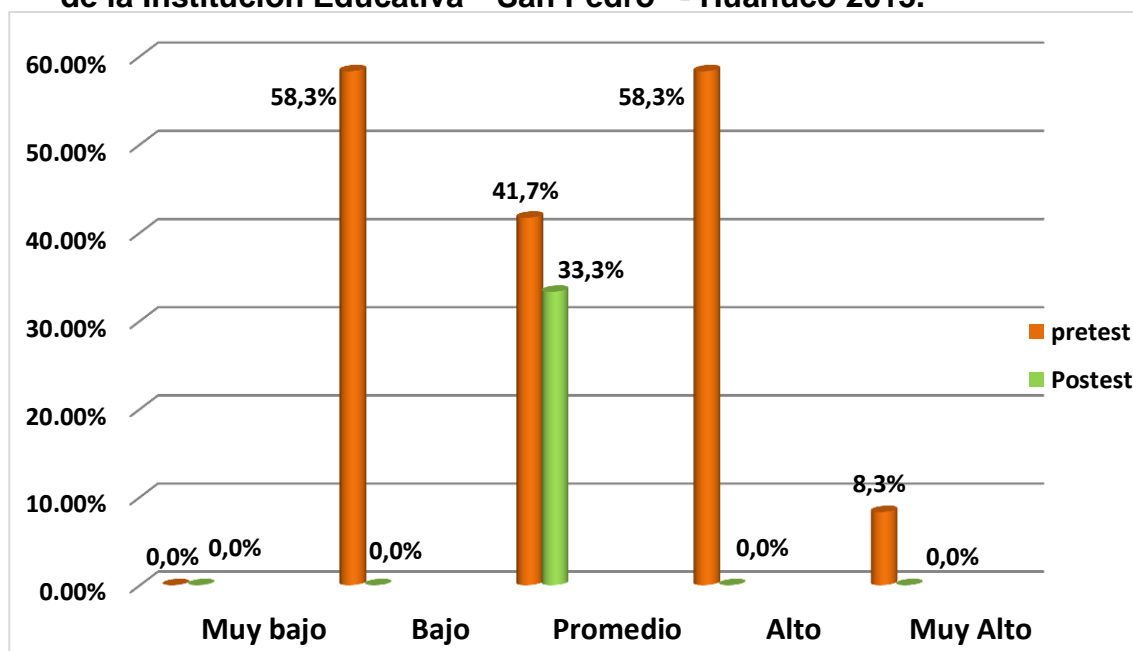
Participantes PA con CA por categoría de la subescala de agresividad del Cuestionario CIA, según pretest y posttest, Huánuco – 2013.

CA	Fa se CC	Pretest		Posttest	
			%	F	%
Mu y bajo			0.0%	0	0.0%
o Baj			58.3%	0	0.0%
o Pr medio			41.7%	4	33.3%
o Alt			58.3%	7	0.0%
y Alto			8.3%	1	0.0%
al Tot		2	100.0%	12	100.0%

FUENTE: Administración del cuestionario de cólera, irritabilidad agresión. (IESM “HD-HN” Lima).

ELABORACIÓN PROPIA: Sandoval O., Faviola Y.

GRAFICO N° 2
Participantes PA según pretest y postest del quinto grado de primaria de la Institución Educativa " San Pedro " - Huánuco 2013.



FUENTE: Administración del cuestionario de cólera, irritabilidad agresión. (IESM "HD-HN" Lima).

ELABORACIÓN PROPIA: Sandoval O., Faviola Y.

PRESENTACIÓN:

En el cuadro N° 2 y el gráfico N° 2, se observa que se encuentra en la categoría muy bajo de agresividad al 0% de los alumnos preadolescentes, en el pre test; como también en el pos test se encuentra en la misma categoría.

En cuanto a la categoría baja de agresividad se encuentra 7 alumnos preadolescentes en el pre test 58.3% y en el pos test 0%, respectivamente

En la categoría promedio, en el pre test se encuentran 5 alumnos preadolescentes con (41.7%) muestran agresividad; y en el postest 4 alumnos preadolescentes (33.3%) obtuvieron categoría promedio de agresividad.

Asimismo, en la categoría alto de agresividad se ubica a 7 alumnos de 58.3% en el pre test; y en el pos test al (0 %) que corresponde a 0 alumnos con un cambio de comportamiento adecuado.

Y en la categoría muy alta de agresividad se encuentra a 1 alumno al 8.3% en el pretest; mientras que en el post test se evidencia, al 0%.

ANÁLISIS:

En el pretest se ubica en la categoría baja de agresividad a 7 preadolescentes (58.3%), pero después de aplicar el programa, en el pos test al (0.0%) de la agresividad, lo cual significa que hubo una reducción al 85% de alumnos que presentaban agresividad en la categoría de nivel bajo.

Así mismo encontramos en el pre test de la categoría promedio de agresividad a 5 participantes con un 41.7%, mientras que en el pos test, después de aplicar el tratamiento encontramos a 4 alumnos con un 33.3%, lo que significa que hubo una reducción del comportamiento de agresividad.

En cuanto a la categoría alto de agresividad se ubica a 7 alumnos de 58.3% en el pre test; y en el pos test al (0 %) que corresponde a 0 alumnos con un cambio de comportamiento adecuado. Mientras que en la categoría muy alta de agresividad se encuentra a 1 alumno al 8.3% en el pretest; mientras que en el post test se evidencia, al 0%.

En conclusión podemos mencionar que, considerando, de la categoría baja en adelante, se puede decir que es aceptable, lo cual que al aplicar el programa tuvo efecto que bajaron a un nivel promedio en unos más que en otros por lo que podríamos decir que sí hubo cambios significativos al aplicar el programa.

Los niveles aceptables de agresividad son; por debajo de la categoría baja de un a 58.33% en el pre test y el post test al 0.0%.

En la categoría promedio, de un 41.7% a un 33.3%, que equivale a un 75% de reducción de la agresividad.

DISCUSIÓN:

El programa ha sido efectivo por lo que se muestra en los resultados estadísticos, asimismo se pueden observar el cambio significativo, de la reducción de las conductas agresivas de los participantes, y esto a su vez se debieron al análisis de los estudios de caso, en el que cada participante daba a conocer su opinión y alternativa de solución, debatiendo así entre ellos de cuáles serían las soluciones más adecuadas para el caso.

Al respecto John Lochman, psicólogo de la Universidad de Duke refiere que: “Las sesiones en las que opinan y discuten situaciones en las cuales se han visto envueltos recientemente, permite a los chicos charlar acerca de cómo podrían haber manejado esa cuestión; lo cual los coloca en posición de ejercer algún tipo de control sin necesidad de comenzar una pelea”.

4.1.4. COMPARACIÓN DEL PRETEST Y POSTEST

Luego de haber aplicado el tratamiento se realiza la comparación de los resultados obtenidos de la conducta agresiva antes y después de la aplicación del programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto grado “E” de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” - Huánuco – 2013 es como sigue;

CUADRO N° 3

Participantes PA por estadígrafos de la conducta agresiva de los participantes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.

Fase	Pretest	Postest
Estadígrafo	F	F
N	12	12
Σ	916	621
X	76.33	51.75
S	9.159	7.51
s ²	83.88	56.40

FUENTE: Administración del cuestionario de cólera, irritabilidad agresión. (IESM “HD-HN” Lima).

ELABORACIÓN PROPIA: Sandoval O., Faviola Y.

PRESENTACIÓN:

En el presente cuadro No. 3 según los Estadígrafos los resultados se observan según el pretest, inicialmente se empezó a trabajar con 12 participantes preadolescentes con conducta agresiva, manteniéndose el mismo número en el postest.

En cuanto a la sumatoria, en los datos se observan un decremento del puntaje de la conducta agresiva de 916 a 621 puntos entre el pretest y postest respectivamente.

En pretest, el **promedio** de la conducta agresiva es de 76.33 disminuyendo el puntaje en el postest a 51.75 puntos.

La **desviación estándar** de la conducta agresiva entre el pre test (9.159) en el pos test (7.51) presenta una ligera diferencia

En cuanto la **varianza** de la conducta agresiva, en el pretest es de 83.88 mientras que en post test es de 56.40, aquí notamos que hay una dispersión semejante y homogénea de los datos, por lo que se ubica alrededor del promedio.

4.2. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1.1. Docimación de hipótesis.

Con la finalidad de someter los resultados encontrados a un análisis estadístico y determinar si las diferencias encontradas entre el pretest y el posttest en los cuadros y gráficos número 1 y 2, presentamos a continuación; en la tabla N° 1, acerca de los puntajes obtenidos por cada uno de los sujetos en ambas fases experimentales en la variable conducta agresiva. Con esta información podemos dar a conocer los resultados obtenidos en los datos estadísticos empleados: Con la prueba T de Studen para datos pareados.

TABLA Nº 1

Participantes preadolescentes por conducta agresiva según fase experimental de la I. E. "San Pedro"- Huánuco, 2013.

S	Pretest	Post test	Di	di2
1	80	51	29	841
2	64	52	12	144
3	65	52	13	169
4	72	56	16	256
5	77	52	25	625
6	69	62	7	49
7	88	46	42	1764
8	78	43	35	1225
9	76	60	16	256
10	89	41	48	2304
11	90	43	47	2209
12	68	63	5	25
Σ	916	621	295	9867

	76.33	
X	33333	51.75
	9.158	7.509
S	53634	08541

Prueba Estadística:

Para este caso se utilizó la prueba de diferencia de medias para muestras dependientes, dado que tenemos pretest y posttest con los mismos elementos, para obtener los resultados que nos permitan probar la Hipótesis nula utilizamos el Minitab como herramienta de análisis, así podemos calcular la T de Student y la probabilidad del error de p.

Los resultados se hallaron aplicando el MINITAB:

IC y Prueba T pareada: Pretest, Post test

T pareada para Pretest - Post test

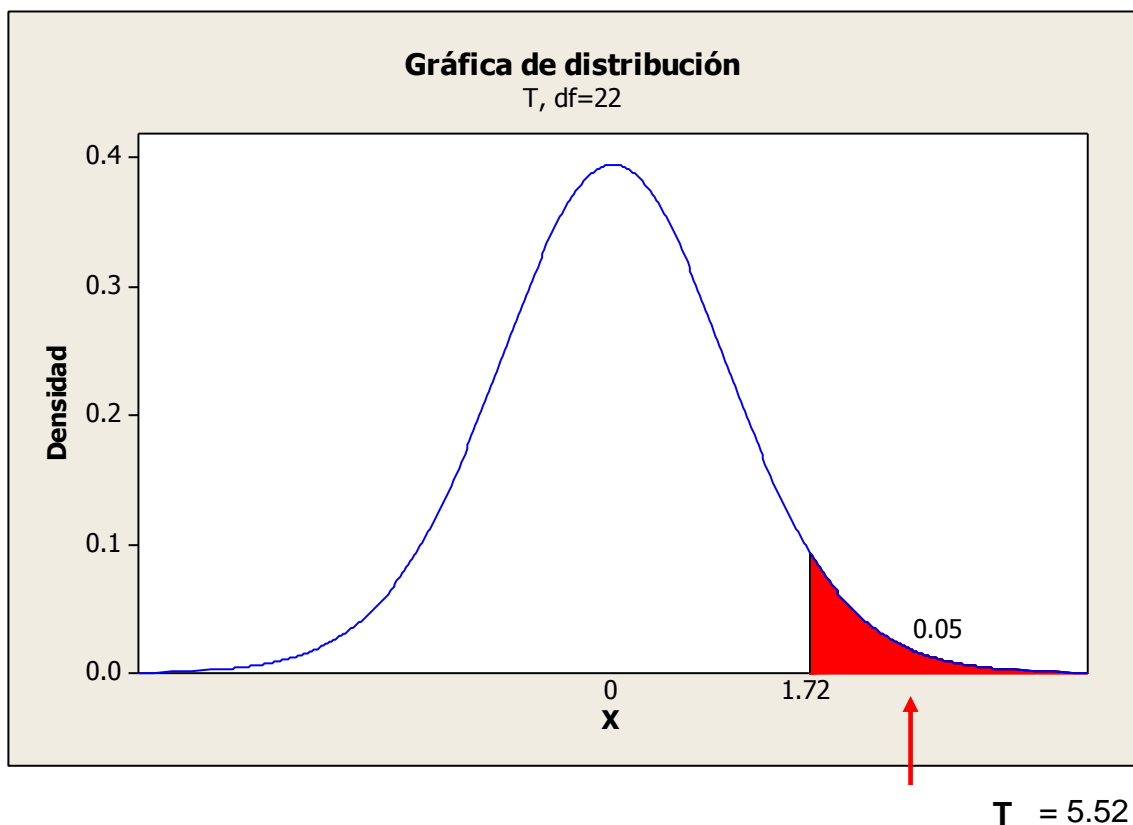
		Media del Error		
	N	Media	Desv. Est.	Estándar
Pretest	12	76.33	9.16	2.64
Post test	12	51.75	7.51	2.17
Diferencia	12	24.58	15.42	4.45

Límite inferior 95% para la diferencia media: 16.59

Prueba t de diferencia media = 0 (vs. > 0): Valor T = 5.52 Valor P = 0.000

Así tenemos $T=5.52$ y $p=0.000$ con 22 grados de libertad.

Luego para concluir vemos la siguiente gráfica



Como observamos en la gráfica; la T calculada es igual a 5.52 y la t de la tabla es 1.72, por ello, como 5.52 es mayor que 1.72 se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, se concluye **que:**

La aplicación del Programa de “Autocontrol Emocional” fue efectiva, por lo que redujo la conducta agresiva de los alumnos preadolescentes del quinto grado “E” de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.

ANÁLISIS:

INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los resultados obtenidos, se rechaza la hipótesis nula por lo tanto se acepta la hipótesis alterna, es decir el programa de “Autocontrol Emocional” ha sido efectivo en cuanto a la reducción de la conducta agresiva de los alumnos preadolescentes de la Institución Educativa “San Pedro” – Huánuco - 2013, existiendo diferencias significativas entre el pretest y postest. Porque $T_c = 5.52$ que es mayor a $T_t = 1.72$

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.

Considerando que la reducción de la agresividad fue de un 75% en los alumnos preadolescentes entre el pretest y el post con la categoría alto de agresividad a bajo, esto obedece el efecto que tuvo el Programa “Autocontrol Emocional”, debido al enfoque de la educación emocional e inteligencia emocional que se aplicó en los participantes en estudio.

En el programa se utilizaron diversas técnicas, estratégicas a nivel afectivo, conductual para así lograr la reducción de la conducta agresiva de los alumnos preadolescentes, en especial del género masculino, quienes según la evaluación fueron los que más generan agresiones físicas y psicológicas.

Al respecto Rosario Panez (2000) refiere que: “las conductas agresivas en los niños y adolescentes están correlacionados con los estilos disciplinarios y experiencias de convivencia con la familia”, puesto que, con la aplicación del programa se les enseñó habilidades de cómo solucionar problemas interpersonales adecuadamente. Asimismo en las sesiones aprendieron a manejar sus emociones, a ponerse en el lugar de sus compañeros cuando

estos se encontraban en situaciones conflictivas, a través del modelaje, estudios de caso, representaciones teatrales y entrenamiento en solución de problemas y asertividad.

Al igual a nuestro programa, Daniel Goleman (2008), refiere que otros programas de autocontrol emocional tienen éxito en ayudar a niños agresivos, en el contenido del programa se les enseña habilidades para la solución de sus problemas como por ejemplo a imaginar que pensaron o sintieron los otros niños en las circunstancias que provocaron su enojo; aprendieron a ponerse en el lugar de los otros niños, adquirieron un entrenamiento en el control del enojo mediante la dramatización de escenas.

Es así que los resultados en el pos test evidencia un mayor Autocontrol Emocional, al trabajar sobre la educación de las emociones que permitió a los participantes que aprendieran a identificar y manejar sus propias emociones en situaciones problemáticas, lo cual les hizo más conscientes y lograron un mayor autocontrol emocional en sus conductas. A su vez les permitió actuar positivamente con su entorno, empleando habilidades de percepción, comprensión y manejo de emociones de los demás. Lo cual podemos mencionar que si hubo ritmo de aprendizaje diferente, y la historia previa de condicionamiento de cada alumno.

Así mismo como menciona Goleman (2008), este tipo de programas mejoran las habilidades de las relaciones interpersonales del individuo, niños y adolescentes.

Los resultados que se obtuvo muestran que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, llegando a la conclusión que el programa de "Autocontrol Emocional" redujo la conducta agresiva de la mayoría de los

alumnos preadolescentes, en cuanto a su comportamiento. Podemos decir que tuvimos resultados positivos y favorables al aplicar el programa “Autocontrol emocional” esto también se debió en gran parte a la disponibilidad, participación de los alumnos preadolescentes y el apoyo de los padres de familia e integrantes de la Institución Educativa, sin embargo nuestros resultados tienen significancia por lo que se observan dispersión, y que muestran resultados favorables en unos más que en otros alumnos preadolescentes.

El programa fue efectivo en cuanto a la reducción de las conductas agresivas en la forma de solucionar sus problemas de los participantes, se trabajó sobre la base de la empatía y el reconocimiento de las emociones de los demás; al igual que refiere Natalio Extremera P. y Pablo Fernández B. (Universidad de Málaga, 2004) en su investigación “Autocontrol Emocional”, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios : “Con respecto a los datos obtenidos en la escala de empatía, parece coherente pensar que la base para la comprensión de las emociones de los demás parte de un conocimiento adecuado de las propias emociones. Así, es posible que las personas con una buena comprensión de sus emociones extrapolen esa habilidad al campo interpersonal.

Los resultados que se aprecian en los cuadros anteriores, especialmente en el cuadro número dos, muestran la diferencia porcentual en las condiciones experimentales, también en el cuadro número tres, podemos ver la diferencia de los resultados del promedio. Esta diferencia cuantitativa sin embargo, en el procesamiento de información mediante la prueba de T de Student para muestras pareadas, si representa diferencias significativas entre los dos

momentos experimentales. Consideramos que estos resultados obtenidos se deben a que, no obstante la eficacia de la ejecución del programa de tratamiento, han actuado variables personales, familiares y comunales que consolidan la conducta agresiva como una práctica habitual.

5.2. DISCUSIÓN.

El programa fue efectivo en cuanto a la reducción de las conductas agresivas en la forma de solucionar sus problemas de los participantes; se trabajó sobre la base de la empatía y el reconocimiento de las emociones de los demás.

Algunos estudios previos realizados por Schutte et al., (2003), refieren que la mayoría en la población estadounidense, presentan relaciones significativas entre autocontrol emocional y las relaciones interpersonales. Realizados mediante medidas de auto-informe, constataron asociaciones positivas entre índices elevados de Autocontrol Emocional de las personas y mejor calidad de sus relaciones interpersonales. Igualmente en nuestro programa se incluyó el componente de relaciones interpersonales como la empatía y el manejo de relaciones interpersonales que influyeron en una disminución de la agresividad de los participantes; los resultados se asemejan a la investigación de Schutte en uno de los componentes que desarrollamos como es la “empatía”, para el desenvolvimiento de las relaciones interpersonales positivas del alumno preadolescente.

Es así que Gohn (2003) considerando como un constructo sobresaliente el Autocontrol o Regulación Emocional que permite el uso positivo de sus emociones por los adolescentes, realiza sus estudios con adolescentes acerca

de cómo estos experimentan sus emociones (rasgos de la meta y claridad de la emoción de la atención y de la intensidad. Nuestro programa se orientaba a que el estudiante identifique en situaciones ficticias y reales los pensamientos que anteceden a sus emociones en situaciones frustrantes o de agresión. Se le enseñaba al estudiante a cambiar dichos pensamientos y experimentar nuevas emociones. De igual modo se le enseñó a eliminar la culpa a través de un análisis racional y el aprendizaje a partir de sus errores.

Según los estudios de Liff (2003) exploró la relación entre la inteligencia emocional y los éxitos sociales y emocionales. Dicha autora se enfocó en las necesidades del estudiante, así como las capacidades para hacer frente a dichas necesidades que a su vez son componentes del paradigma intelectual, social y emocional del adolescente. El contenido temático que incluyó fue el siguiente: timidez, autodefensa, autorregulación de emociones, ajuste de la meta, autoconocimiento, empatía y habilidades sociales. El programa que aplicamos también establece la pertinencia de las habilidades sociales, la comunicación efectiva y la empatía para el buen desarrollo interpersonal demostramos la relación inversa entre habilidades sociales y la educación emocional en la agresividad del alumno.

Otra evaluación realizada por observadores independientes y utilizando criterios objetivos, en comparación con escuelas en las que no se llevó a cabo el programa y que sirvieron como grupo de control; los resultados son; vínculos más positivos con la familia y la escuela, chicos menos agresivos y chicas menos autodestructivas, menos delincuencia. (*Goleman, D., 2008*).

Según el Programa de AE aplicado en alumnos preadolescentes del nivel primario, fue efectivo en unos más que en otros, que se observó cambios conductuales y emocionales favorables.

La conducción del desarrollo del programa fue grupal y personalizada, compartidos en 16 sesiones en 45 minutos por cada sesión, que duró por 9 meses consecutivos.

Las estrategias y técnicas que se utilizaron en la investigación fueron: Lectura reflexiva; técnicas participativas; dinámica de grupos, la encuesta; el fichaje; animación (videos, cuento, canto, baile etc.); técnicas de relajación; ejercicios de respiración y digito presión; los cuales han sido efectivas en la gran mayoría de los sujetos, disminuyendo así su comportamiento de la conducta agresiva.

Asimismo modo se realizaron los siguientes talleres:

Reconocimiento de emociones”; “manejo de emociones”; la propia motivación”; “la empatía”; y el “manejo de las relaciones interpersonales”.

CONCLUSIONES

Según los objetivos y variables estudiados en la investigación, se llegaron a las siguientes conclusiones;

- ❖ Se evaluó a los preadolescentes del grupo en estudio antes de la aplicación del programa de “Autocontrol Emocional” que sirvió para la reducción de la conducta agresiva de los alumnos preadolescentes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa “San Pedro “Huánuco – 2013.

- ❖ Finalmente se evaluó después de la aplicación del programa, donde se concluye realizando la comparación entre el pretest y el posttest del grupo en estudio, donde las estrategias y técnicas empleadas en el transcurso de la ejecución de la investigación ayudaron a la apertura del acercamiento por parte de los alumnos preadolescentes, los cuales en cada taller del programa mostraban un cambio de comportamiento positivo, por esto se cree en la eficacia del Programa “Autocontrol Emocional” después de la aplicación.

- ❖ De acuerdo a las diferencias por categorías del pre y post test tenemos como se muestran en el cuadro y grafico No.2 de la página 58, 59 y 60.

- ❖ Asimismo señalo las diferencias de la media como sigue en el pre test la media es de 76.33, mientras que en el post test es de 51.75, el límite inferior es de 95% para la diferencia de la media que es: 16.59; entonces el valor de $T = 5.52$.

RECOMENDACIONES

A la plana docente de la institución Educativa:

- Ψ Se recomienda la colaboración para la elaboración de programas preventivos promocionales de la salud mental de los alumnos preadolescentes, para la reducción de la conducta agresiva por ende la violencia y el bullying de los alumnos.
- Ψ Sensibilizar con programas de educación emocional en los alumnos, ya que es de mucha importancia para el buen desarrollo en todas sus áreas de los alumnos preadolescentes.
- Ψ Trabajar interdisciplinariamente en la intervención, prevención y promoción de una buena salud mental para el buen desarrollo del preadolescente.
- Ψ Adecuar los horarios de tutoría para el desarrollo de los programas de acuerdo a las necesidades existentes dentro de la institución.

A las autoridades del gobierno Regional:

- Ψ Coordinar con la Dirección de Educación, en la programación de capacitaciones a los Directores de las Instituciones Educativas así como los docentes encargados del curso de tutoría, en temas de violencia familiar, maltrato infantil, escuela de padres, etc.
- Ψ Disponer un presupuesto para la contratación de profesionales Psicólogos en las diferentes Instituciones Educativas que apoye la labor social, tutorial.

BIBLIOGRAFÍA

- [1] Bandura, Albert. (2002) *Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad*. Madrid: Alianza editorial, Garrison, Mark (2005) *Psicología; Conflicto y cooperación en los grupos*". México DF: Editorial Offset S.A.
- [2] Darley, John, Glucksberg, Sam, Kinchla, Ronald (2002) *Psicología*, 4ta Editorial Prentice – Hall Hispanoamericano SA, México D.F.
- [3] Dougie Martínez, Pilar (2001). *Salud Mental, Infancia y Familia*, 1era edición, editorial, Lima IEP/UNICEF.
- [4] Dr. Roberto Hernandez Sampieri, Dr. Carlos Fernandez Collado, Dra. Maria del Pilar Baptista Lucio, (2010). *Metología de la investigación*, quinta edición, Mexico, McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- [5] Ellis, Albert (2006) *Terapia Racional Emotiva Conductual*, Editora Pax Mexico, 2da edición - México, En Garrison, Mark, "Psicología; Conflicto y cooperación en los grupos"; editorial Offset S.A., 2da edición, México - 2005.
- [6] Extremera P. Natalio y Pablo Fernández B. (2004) *Autocontrol Emocional* Universidad de Málaga.
- [7] Francesc Palmero. *Departamento de Psicología Básica, Clínica y Psicobiología*. Universitat Jaume I de Castellón de la Plana. Campus de Riu Sec. 12071 Castellón. España.
- [8] García, M.C.(2000) *Televisión, violencia e infancia, El impacto de los medios*. Editorial Gedisa. Barcelona.

- [9] Garrison, Mark, (2005) *Psicología; Conflicto y cooperación en los grupos*; editorial Offset S.A., 2da edición, México.
- [10] Goleman, Daniel (2008) *La Inteligencia Emocional*, Editorial Kairos S.A. 7ma ed; Barcelona.
- [11] Gohm, L. Mood (2003) Regulation and emotional intelligence: *Individual differences*. Journal of Personality & Social Psychology.
- [12] IESM Honorio delgado-Hideyo Noguchi (2007), *Manual de Habilidades Sociales en Adolescentes Escolares*. Lima: Ministerio de Salud, Dirección Regional de Salud Huánuco.
- [13] Liff, B. S. (2003) *Social Intelligence; Application sfor Develop mental education*. Journal of develop mental Educational.
- [14] Mallqui Ñaupay, Alcides, Director de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.
- [15] Maslow, Abraham (2005) *Personalidad Creadora*, editorial Kairos, 9na ed. En Garrisoón, Mark,(2008) *Psicología; Conflicto y cooperación en los grupos*; editorial Offset S.A., 2da edición, México.
- [16] Myers, David G. (2005) *Psicología Social*, 8va edición, editorial Mc Graw Hill, interamericana, miembro de la Cámara Nacional de Industria Editorial Mexicana.
- [17] Morris, Charles G.(2005)*Introducción a la Psicología*, 11va edición, editorial Pearson.
- [18] Mussen, Paul Henry (2005) *Desarrollo de la Personalidad del niño*, 3ra edición, editorial Trillas, 1990. En Garrisoón, Marx, “Psicología;

Conflicto y cooperación en los grupos”; editorial Offset S.A., 2da edición, México.

- [19] Ortiz, C. A. (2005) *Violencia Juvenil*. Artículo, Lima: APROSEC.
- [20] Papalia, Diane E. y Wendkod Olds, Sally, (2001) *Psicología*, 1ra. Edición, Editorial Mc Graw – Hill SA. México.
- [21] Papalia, E. Diane, (2010) *Desarrollo Humano*, 11va edición, editorial Mc Graw Hill, Interamericana, España.
- [22] Petrides, Frederickson y Furnham, (2004). Liauet *al.* (2003).
- [23] Phillip G. Zimbardo, (2008) *Psicología y Vida*, 17va edición, editorial Pearson educación.
- [24] Programa de Salud Mental DISA Huánuco, 1997.
- [25] Quintana, A. (2003) *Agresividad infantil*, Universidad Nacional Federico Villareal. Lima-Perú.
- [26] Sánchez, Hugo y Reyes, Carlos, (1998) *Metodología y Diseño en la investigación Científica*, Editorial Mantaro, 2da edición Lima.
- [27] Serrano Pintado, Isabel (2001), *Agresividad Infantil*. México: Ediciones Pirámide, 2001; Train, Alan. *Agresividad en Niños y Niñas: Ayudas y Tratamiento*, Madrid. Editorial Narcea.
- [28] Shapiro, Lawrence (2002) *Salud emocional de los niños*, editorial Edaf, 1ra edición, Madrid.
- [29] Schutte, Malouff, Bobiket *al.*, (2001). Mayer, Caruso y Salovey (1999) Salovey y Straus (2003).

- [30] Skinner, Burrhus Federic. (2005) *Aprendizaje Escolar y su Evolución*, editorial Paidós, Ecuador, 1985. En Garrísón, Marx, *Psicología; Conflicto y cooperaci3n en los grupos*; editorial Offset S.A., 2da edici3n, M3xico.

FUENTES ELECTR3NICAS

- ❖ www.psicologia-online.com/colaboradores/jcvicente/manipulacion2002.htm
- ❖ www.ceril.cl/agresividad.2007html
- ❖ <http://definicion.de/inteligencia-emocional/2013>
- ❖ <http://www.inei.gob.pe//2007>
- ❖ <http://www.apsique.com/anor/agresividadhtml2008>
- ❖ <http://perso.wanadoo.es/ladybaby/historiadehuanuco.htm2008>
- ❖ <http://www.monografias.com/trabajoseinfantil.html2009>
- ❖ <http://es.wikipedia.org/wiki/Agresividad2008>
- ❖ www.regionhuanuco.gob.pe.2007
- ❖ www.wikipedia.com2007
- ❖ www.books.google.com2011
- ❖ [www.modificaciondeconducta.com 2013.](http://www.modificaciondeconducta.com 2013)
- ❖ www.palmero@psb.uji.es2013
- ❖ <http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=emoci%C3%B3n 2013>
- ❖ <http://marisolaracaro.blogspot.com/2008/06/proyecto-de-tesis.html2013>

ENTREVISTA

- ❖ Robles Bonifacio, 3ngel, SOT – PNP, Promotor de la Oficina de Participaci3n Ciudadana de la XIX Direcci3n Territorial Policial Hu3nuco, 2012.
- ❖ Mallqui 3aupay, Alcides, Director de la Instituci3n Educativa “San Pedro”, Hu3nuco – 2013.

ANEXOS

ANEXO No. 1

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO ADAPTADO Y

VALIDADO POR EXPERTOS

CUESTIONARIO DE CÓLERA, IRRITABILIDAD Y AGRESIÓN (CIA)

(IESM “HD-HN”- LIMA).

Adaptado por Emil Coccaro por el equipo Técnico del Departamento de Promoción de Salud Mental y de Prevención de Problemas Psicosociales

I.E.SM “HD – HN”.

**CUESTIONARIO DE CÓLERA, IRRITABILIDAD Y AGRESIÓN (CIA)
(IESM "HD-HN"- LIMA).**

AÑO

Y

SECCION:.....EDAD:.....FECHA:.....

INSTRUCCIONES

Este cuestionario esta diseñado para saber sobre tu estado de ánimo. Usando esta escala que sigue a continuación selecciona tu respuesta marcando con una "X" uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios

N = NUNCA

RV = RARAS VECES

AV = A VECES

CS = CASI SIEMPRE

S = SIEMPRE

Recuerda que tu sinceridad es muy importante, no hay respuesta mala ni buena, asegúrate de contestar todas.

ESTADO DE ANIMO					
		V	V	S	
1. Pienso que la gente que constantemente fastidia, esta buscando un puñete o una cachetada.					
2. Peleo con casi toda la gente que conozco.					
3. Si alguien me levanta la voz, le insulto para que					

se calle.					
4. En ocasiones no puedo controlar mi necesidad de hacer daño a otras personas.					
5. Cuando estoy amargo (a) puedo ser capaz de cachetear a alguien.					
6. Pienso que cualquiera que me insulte o insulte a mi familia esta buscando pelea.					
7. Generalmente tengo una buena razón para golpear a alguien.					
8. Si alguien me golpea primero, yo le respondo de igual manera.					
9. Puedo usar los golpes para defender mis derechos si fuera necesario.					
10. Yo golpeo a otro (a) cuando el (ella) me insulta primero.					
11. Se me hace difícil conversar con una persona para resolver un problema.					
12. No puedo evitar discutir con la gente que no está de acuerdo conmigo.					
13. Si alguien me molesta, soy capaz de decirle lo que pienso sobre el (ella).					
14. Cuando la gente me grita, yo también le grito.					
15. Cuando me enojo digo cosas feas.					
16. Generalmente hago amenazas o digo cosas feas					

que después, no cumplo					
17. Cuando discuto, rápidamente alzo la voz.					

CATEGORIA	PUNTAJE DIRECTO
-----------	-----------------

18. Aun cuando estoy enojado (a), no digo malas palabras, ni maldigo.					
19. Prefiero darle la razón a una persona antes que discutir.					
20. Cuando estoy enojado (a) algunas veces golpeo la puerta.					
21. Yo me podría molestar tanto que podría agarrar el objeto más cercano y romperlo.					
22. A veces expreso mi cólera golpeando sobre la mesa.					
23. Me molesto lo suficiente como para arrojar objetos.					
24. Cuando me molesto mucho voto las cosas.					

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

MUY BAJO	91 A +.....
BAJO	73 A.....90
PROMEDIO	53 A.....72
ALTO	42 A.....52

GRUPO AGRESIVIDAD

ANEXO No. 2

MATRIZ DE CONSISTENCIA

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	VARIABLES	INDICADORES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	OBJETIVOS
<p>Cuál es el efecto de un Programa de “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del nivel primario de la Institución Educativa “San Pedro” Huánuco – 2013?</p>	<p>I: Programa de Autocontrol Emocional”.</p>	<p>Sesiones del Programa “Autocontrol Emocional” que consta de 16 sesiones con una duración de 45 minutos cada uno.</p>	<p>Programa; Consiste en el desarrollo de las actividades sistematizadas, donde se emplean diferentes técnicas a fin de reducir la conducta agresiva.</p> <p>Autocontrol Emocional “Es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros.” (Goleman Daniel 2008).</p>	<p>Conjunto de actividades que tienen como propósito de reducir la conducta agresiva que incluyen los siguientes contenidos:</p> <p>Talleres</p> <p>* Técnicas participativas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Historietas - Actividad - Recordatorio 	<p>General: Determinar el efecto de Programa “Autocontrol Emocional” en la conducta agresiva de los preadolescentes del quinto de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Adaptar los Instrumentos validados para utilizar y aplicar en los preadolescentes del quinto de primaria nivel primario de la Institución Educativa “San Pedro” Huánuco – 2013. * Evaluar la conducta agresiva antes de aplicar el Programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco –2013. * Aplicar el Programa “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013. * Evaluar la conducta agresiva después de aplicar el Programa de “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto de primaria de la Institución Educativa “San Pedro” Huánuco –2013. * Comparar la conducta agresiva antes y después de la aplicación del Programa de “Autocontrol Emocional” en los preadolescentes del quinto de primaria de la Institución Educativa “San Pedro”, Huánuco – 2013.
	<p>D: Conducta Agresiva.</p>	<p>Respuesta al cuestionario de cólera, ira y agresividad (CIA) subtest agresividad, del (IESM “HD-HN”-Lima).</p>	<p>Agresividad Conjunto de patrones y actividades que pueden manifestarse con intensidad variables incluyendo desde la pelea física hasta los gestos o expresiones verbales.</p> <p>Conducta agresiva. Es toda aquella que pretende herir física o psicológicamente a alguien. (Papalia E. Diane 2010).</p>	<p>Respiración; relajación progresiva.</p> <p>Conducta agresiva: Los referidos en la subescala de agresividad del CIA, que comprenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Físico: <ul style="list-style-type: none"> - Puñetes - Patadas - Jalar el pelo al compañero(a) - Empujones - Pellizcos • Psicológico: <ul style="list-style-type: none"> - Insultos - Humillación - Gritar - Poner sobre nombres. 	

ANEXO No. 3

PROGRAMA “AUTOCONTROL EMOCIONAL”

PROGRAMA “AUTOCONTROL EMOCIONAL “
PLAN DE TRATAMIENTO

I. INFORMACION GENERAL:

RESPONSABLE:

- Sandoval Osorio, Faviola Ynes

PARTICIPANTES: preadolescentes (as) del Quinto Grado “E” de la Institución Educativa “SAN PEDRO”.

LUGAR: Institución Educativa “SAN PEDRO” Huánuco.

DURACIÓN: Abril – Diciembre 2013

HORARIO: martes – jueves: de 11:30 a 1: 00 pm

II. JUSTIFICACIÓN:

Según, Daniel Goleman (2008) propone pautas a tener en cuenta para la elaboración de programas y estas son:

Habilidades emocionales:

Identificación y designación de sentimientos.

Expresión de sentimientos

Manejo de sentimientos

Dominio de impulsos

Habilidades cognitivas:

Conversación personal.

Lectura e interpretación de señales sociales.

Empleo de pasos para la solución de problemas y toma de decisiones: por ejemplo dominar impulsos, fijar metas, identificar acciones alternativas, anticipar consecuencias.

Comprensión de normas de conducta (cuál es una conducta aceptable y cuál no)

Actitud positiva hacia la vida.

Habilidades de conducta:

No verbales. Comunicarse a través del contacto visual, de la expresividad facial, del tono de voz, etc.

Verbales: Hacer pedidos claros, escuchar a los demás, responder eficazmente a la crítica, resistirse a las influencias negativas.

Los temas que componen la estructura del presente programa fueron elaborados de acuerdo a los componentes de Autocontrol Emocional, al respecto Daniel Goleman (2008) refiere que las emociones también pueden ser inteligentes si se entrenan en dichas habilidades que son: Conocer las propias emociones, manejar las emociones, la propia motivación, reconocer las emociones en los demás y el manejo de las relaciones interpersonales; señalando que las personas se destacan en estas habilidades y se desempeñan adecuadamente en lo que respecta a la interacción equilibrada y serena con los demás.

PROGRAMA "AUTOCONTROL EMOCIONAL"

Procedimiento:

El programa está dividido en 5 temas y 16 sesiones:

- 1) "Reconocimiento de emociones"
- 2) "Manejo de emociones"
- 3) "La propia motivación"
- 4) "La empatía"
- 5) "Manejo de relaciones interpersonales".

III. OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL.

- Lograr el autocontrol emocional en los preadolescentes (as), para reducir las conductas agresivas y mejorar las relaciones interpersonales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Desarrollar la capacidad de reconocimiento de emociones.
- Aprender formas de autocontrol emocional.
- Aprender habilidades cognitivas para el control de impulsos.
- Fomentar el desarrollo de la empatía en los alumnos.
- Adquirir habilidades de interacción social.

IV. METAS:

4.1. GENERAL.

- Lograr que el 80%, como mínimo de los preadolescentes se ubiquen en la categoría bajo respecto al nivel de conducta agresiva en el que será evaluado mediante el Cuestionario de agresividad.
- Disminuir a un 70% de la conducta agresiva en los preadolescentes en relación al cuestionario de agresividad.

4.2. ESPECIFICAS.

- Incrementar un 70% el nivel de autocontrol emocional en los preadolescentes en la conducta agresiva.
- Desarrollar a un 70% las formas de autocontrol emocional
- Incrementar a un 70% el nivel de habilidades cognitivas para el control de impulso en la conducta agresiva de los preadolescentes.
- Desarrollar a un 80% la empatía en los preadolescentes frente a la conducta agresiva.
- Desarrollar a un 80% las habilidades de interacción en los preadolescentes en su conducta agresiva.

V. METODOLOGÍA.

Se aplicó una metodología netamente motivadora, participativa, dinámica y vivencial, en la cual los temas han sido desarrollados de manera, práctica a través de juegos dinámicos que fomentó el cambio del comportamiento de los preadolescentes.

N° DE SESIONES	TEMAS
SESION 01	Pre test - Evaluación
SESION 02, 03 y 04	Reconocimiento de emociones
SESION 05. 06 y 07	Manejo de emociones
SESION 08. 09 y 10	La propia motivación
SESION 11 y 12	La empatía
SESION 13, 14 y 15	Manejo de relaciones interpersonales
SESION 16	Post test – Evaluación

ANEXO No. 4

HERRAMIENTAS AUXILIARES



Ministerio de Salud
Personas que atendemos Personas



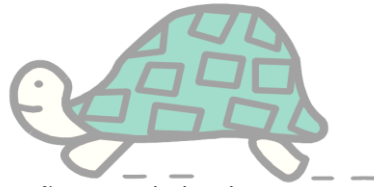
INSTITUTO ESPECIALIZADO DE SALUD MENTAL
"HONORIO DEL GADO - HIDEYO NOGUCHI"
DEIDAE - SALUD COLECTIVA

Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares



EL PERU
AVANZA

LA TORTUGA



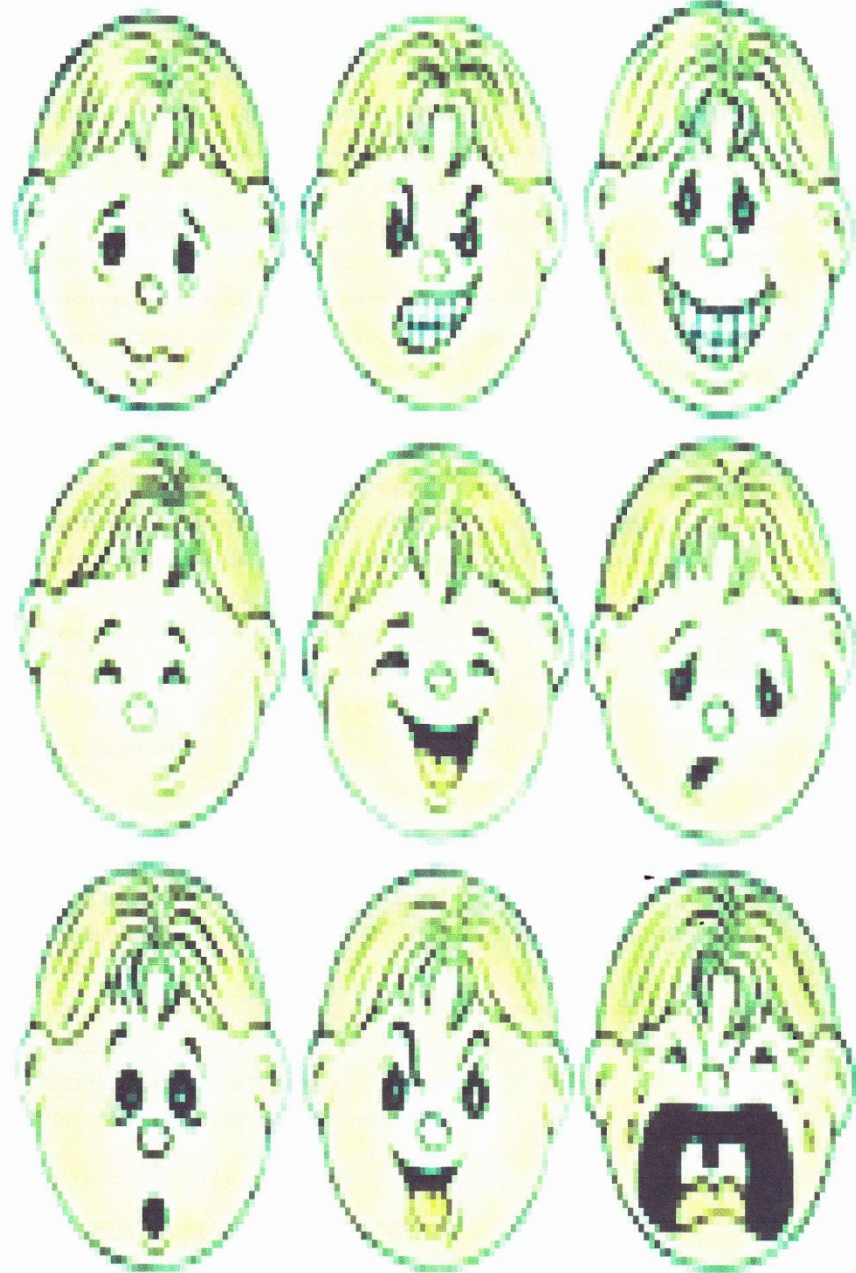
“Antiguamente había una hermosa y joven Tortuga, tenía 11 años y acababa de empezar el colegio. Su nombre era Pequeña Tortuga. A ella no le gustaba mucho ir a la escuela, prefería estar en casa con su hermano menor y con su madre. No le gustaba aprender cosas en el colegio, ella quería correr, jugar,... era demasiado difícil y pesado hacer las tareas y copiar de la pizarra, o participar en algunas de las actividades. No le gustaba escuchar a los profesores, era mucho más divertido para ella hacer ruidos, y molestar a sus compañeros que algunas de las cosas que la profesor/a contaba, y nunca recordaba que tenía que hacer. A ella lo que le gustaba era ir a molestar a los demás niños, hacer, meterse en líos con los demás, y hacer bromas pesadas. Así que el colegio para ella era un poco duro.

Cada día en el camino hacia el colegio se decía a sí misma que haría lo mejor posible para no meterse en líos. Pero a pesar de esto, era fácil que algo o alguien la descontrolara, y al final siempre acababa molesta, enfadada, o se peleaba o le castigaban. “Siempre metida en líos” pensaba “como que esto siga así voy a odiar la escuela y a todos” y la pequeña Tortuga lo pasaba muy pero que muy mal. ..Un día de los que peor se sentía, encontró a la más grande y vieja tortuga que ella hubiera podido imaginar. Era una vieja Tortuga que tenía más de trescientos años y era tan grande como una montaña. La Pequeña Tortuga le hablaba con una voccecita tímida porque estaba algo asustada de la enorme tortuga. Pero la vieja tortuga era tan amable como grande y estaba muy dispuesta a ayudarla y empezó a llamarla ..“¡Oye! ¡Aquí!” dijo con su potente voz, “Te contaré un secreto ¿Tú no te das cuenta que la solución a todos tus problemas la llevas encima de ti?”... La Pequeña Tortuga no sabía de lo que estaba hablando...“¡tu caparazón” le repite, ¡tú caparazón!” le gritaba “¿para qué tienes tu concha? Tú te puedes esconder en tu concha siempre que tengas sentimientos de rabia, de ira, siempre que tengas ganas de romper cosas, de gritar, de pegar... Cuando estés en tu concha puedes descansar un momento, hasta que no te sientas tan enfadada. Así la próxima vez que te enfades, ¡métete en tu caparazón y/o concha!.. A la Pequeña Tortuga le gustó la idea y estaba muy contenta de intentar este nuevo secreto en el colegio.

Al día siguiente lo puso en práctica... De repente... un/a niño/a que estaba delante de ella accidentalmente le dio un golpe en la espalda. La pequeña tortuga empezó a sentirse enfadada y estuvo a punto de perder la paciencia sus nervios le ganaba y estaba por devolverle el golpe, cuando de pronto recordó lo que la vieja tortuga le había dicho. ... Se sujetó los brazos, las piernas y cabeza, tan rápido como un rayo, y se mantuvo quieta hasta que se le pasó el enfado...Le gustó mucho lo bien que estaba en su concha donde nadie le podía molestar. Cuando salió, se sorprendió de encontrarse a su profesora sonriéndole, contenta y orgullosa de ella. Continuó usando su secreto el resto del año. Lo utilizaba siempre que algo o alguien le molestaban, y también cuando ella quería pegar o discutir con alguien. Cuando logró actuar de esta forma tan diferente, se sintió muy contenta en clase, todo el mundo la admiraba y quería saber cuál era su mágico secreto”

Alegría	Alegría	Alegría	Alegría	Alegría
Tristeza	Tristeza	Tristeza	Tristeza	Tristeza
Miedo	Miedo	Miedo	Miedo	Miedo
Cólera	Cólera	Cólera	Cólera	Cólera
Asombro	Asombro	Asombro	Asombro	Asombro
llanto	llanto	llanto	llanto	llanto







CON UNA MOTIVACIÓN, PACIENCIA Y PERSISTENCIA, TODO SE PUEDE.



Psic. Faviola S. O.

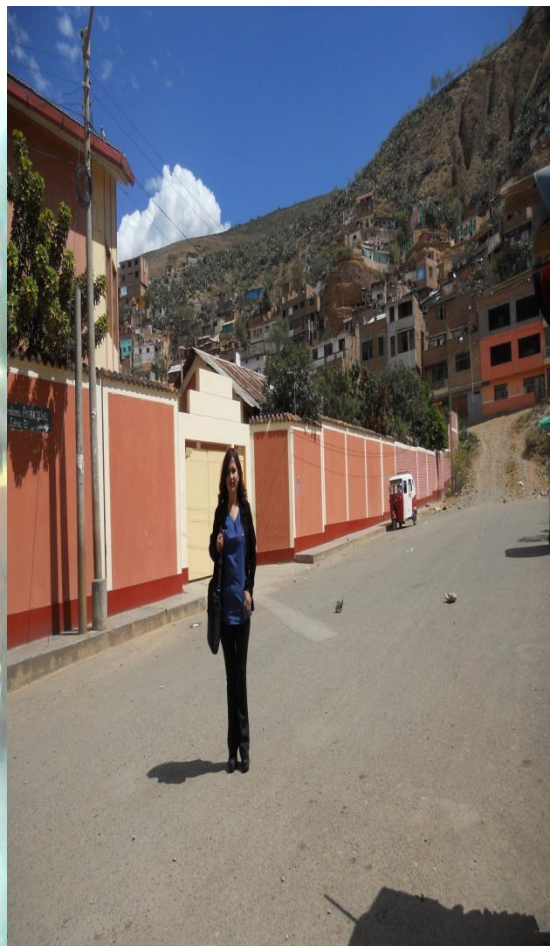
ANEXO NO. 5

PANEL FOTOGRÁFICO

RECAVANDO INFORMACIÓN



ÁMBITO DE ESTUDIO, I.E.P. "SAN PEDRO" HUÁNUCO



PRESENTACIÓN – INSTITUCIÓN - PARA LA EJECUCIÓN DEL P.T.



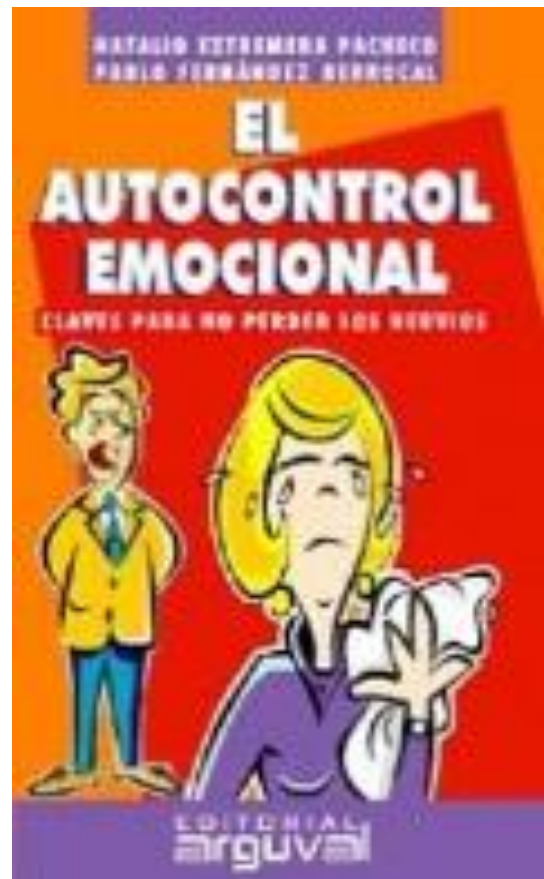
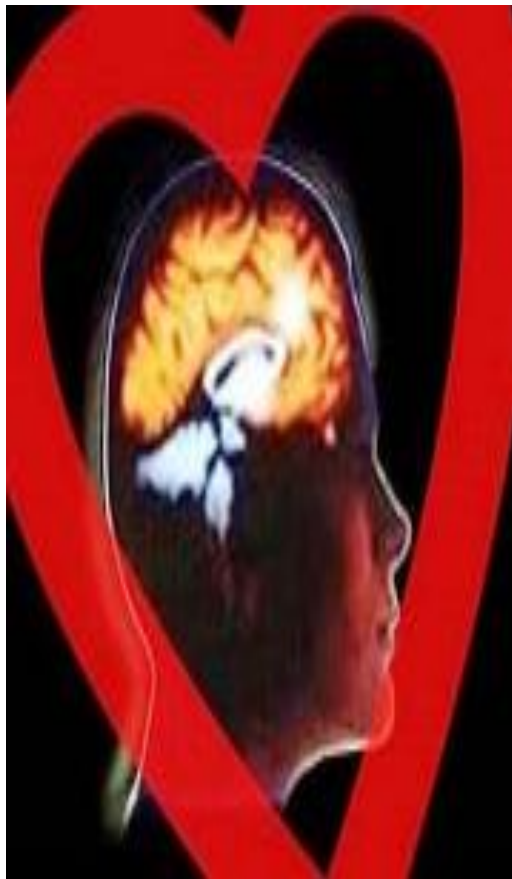
OBSERVANDO LA CONDUCTA AGRESIVA



EVALUACIÓN - PRETEST - CUESTIONARIO (CIA)



LA EMOCIÓN Y EL AUTOCONTROL EMOCIONAL



APLICACIÓN DEL TRATAMIENTO

TALLER: "RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES".



TALLER "MANEJO DE EMOCIONES"



EXPONIENDO UN CASO VIVENCIAL



TALLER "LA PROPIA MOTIVACIÓN".



TALLER “LA EMPATÍA”.



TALLER; “MANEJO DE RELACIONES INTERPERSONALES ADECUADAS”.



EVALUACIÓN DESPUES DEL TRATAMIENTO



REFORZAMIENTO - TRABAJO FAMILIAR - TUTORES



SEGUIMIENTO: CASO INDIVIDUAL - TAREAS PARA LA CASA



FINALIZANDO EL PROGRAMA CON UN COMPARTIR

